

A large, faded, light-grey illustration of a person in a white tank top and shorts, performing a weightlifting exercise. The person is in a squatting position, holding a barbell with a large weight. The background of this illustration is a pattern of overlapping, semi-transparent geometric shapes.

# IDEELLT ARBETE

# *Ideellt arbete !!!???*

Eftersom vi strävar efter att hålla god kvalitet och ha bra utbildning till rimliga priser, så har vi som ni vet ett system där ni ridande hjälper till lite ideellt.

Juniorer har en Cafeteriadag och seniorer har en dag i stallet, och vi är tacksamma om ni med glädje ställer upp den dagen.

Detta gynnar oss alla och den personal som jobbar i stallet den dagen får den hjälp som hon/han så väl behöver.

**Cafeterian behöver vara öppen dels för att vara en samlingspunkt för alla hästintresserade och dom pengar som kommer in går till att kunna köpa utrustning m.m.**

Det behövs naturligtvis folk som har möjlighet att jobba ideellt med mycket annat i föreningen Kontakta oss, ring kontoret om du känner för att hjälpa till tex. Storstädning, småreparationer, hjälp inför och under tävlingar och andra arrangemang, listan kan bli lång

Tänk på att allt som alla ställer upp med gynnar oss alla.

Har du något över som vi kan behöva, vi tar tacksamt emot saker tex. hästgrejor, bullar, bakverk till cafeterian och kontorsmaterial, kanske du har gamla hästböcker till vårt blivande bibliotek där alla ska kunna sitta och plugga in lite teori.

# *En dag i cafeterian*



*Du* blir snabbt dagens/kvällens idol.

*Du* serverar kaffe med tilltugg till dom som är sugna.

*Du* säljer godis till alla godismonster.

*Du* ser till att alla hungriga får sig ett mellanmål så att dom klarar dagens tuffa ridpass.

*Du* säljer dricka och glass när ryttarna kommer in svettiga efter ridlektionen.

*Du* håller snyggt i cafeteria, kök och toaletter

*Du* kanske till och med är så huslig så att du har med dig en hembakad kaka eller bullar att sälja.

Cafeterian är öppen 16.30-20.00 vardagar  
9.00-14.00 lördag - söndag

***Välkommen till en trevlig stund på  
ridskolans populära samlingspunkt***

# *En dag i stallet*

Du kommer hit kl. 7.30 och hjälper ordinarie personal med allt som skall göras på en ridskola under en dag.

Ni börjar med att väcka hästarna och ge dem frukost vilket brukar göra er populära redan från början.

Under tiden hästarna äter börjar ni med rengörning av spiltorna och täckning av de hästar som skall ut i sina rasthagar

Kl. 9.00 börjar ridningen och då fylls stallet med barn och föräldrar, som det är bra om ni kan vara lite behjälpliga vid behov.

Övrigt under dagen är att hålla stallet snyggt och fodra hästarna till lunch och ta in dem från hagarna.

Du har inget som helst krav på dig att du skall kunna allt men ordinarie personal är tacksam för din insats.

*Välkommen till en trevlig dag i stallet.*

