



# CLOGAID IOMÁNA

BILEOG EOLAIS D'IMREOIRÍ AGUS DO THUISMITHEORÍ /  
CHAOMHNÓIRÍ

## AN RIAIL

Meabhraítear do gach imreoir ag gach leibhéal, i ngach cluiche iomána agus i ngach seisiún traenála de chuid na hiomána go bhfuil sé éigeantach agus go bhfuil an t-imreoir féin freagrach as clogad a chaitheamh ina bhfuil cosaint aghaidhe ann. Ní mór don chosaint aghaidhe cloí leis na caighdeáin atá leagtha síos in IS:355 nó cloí le caighdeáin eile atá leagtha síos ag an NSAI (An tÚdarás Um Chaighdeáin Náisiúnta na hÉireann).

Meabhraítear d'imreoirí nach bhfuil siad clúdaithe faoi théarmaí Chiste Sochair um Ghorthuithe CLG i gcás ar bith go mbíonn gortú cloiginn ann, má athraítear an clogad ar bhealach ar bith ón gclogad a rinneadh an chéad lá nó muna bhfuil an clogad oiriúnach de réir na gcaighdeán cuí a bhaineann le clogaid. Nuair a cuireadh an riail i bhfeidhm ag leibhéal faoi aois, bhí laghdú 40% ar an líon drochghortuithe aghaidhe agus súl a bhí ann. Socraíodh an riail a chur i bhfeidhm ag gach leibhéal i 2010.

## AN TORADH A BHÍONN AR CHLOGAID A CHAITHEAMH ATÁ ATHRAITHE NÓ NACH BHFUIL CEADAITHE

- Níl imreoirí clúdaithe faoi théarmaí Chiste Sochair um Ghorthuithe CLG maidir le gortuithe aghaidhe, súl ná cloiginn.
- Bíonn baol i bhfad níos mó ann go mbeidh gortú aghaidhe, fiacla, béil, sróine, fisitheach nó súl ag imreoir.
- D'fhéadfadh gortuithe a eascraíonn as gan clogad atá ceadaithe, nó clogad atá athraithe, a chaitheamh, a bheith fiordhainséarach. Mar shampla, fadhbanna fadtéarmacha le radharc súl ar nós lagú ar radharc, baol níos mó ar chataracht, glácóma nó cailteanas iomlán ar radharc na súl.
- Má bhaintear na barraí as tosach an chlogaid, d'fhéadfadh na himreoirí... comhimreoirí nó imreoirí ó fhoirne eile a ghortú.

## CLOGAD ATÁ ATHRAITHE

***Is ionann clogad atá athraithe agus clogad a athraíodh ar bhealach ar bith ón mbunchlogad a rinneadh an chéad lá. Chomh luath agus a athraítear clogad atá ceadaithe***

***(fáil réidh le barraí ag tosach an chlogaid, iad a dhéanamh níos giorra nó iad a chúbláil ar bhealach ar bith)***

Níl an t-imreoir clúdaithe faoi Chiste Sochair um Ghorthuithe CLG a thuilleadh. Tá baol níos mó ann go ngortófar an t-imreoir chomh maith.

Nuair a athraítear cosaint aghaidhe, uaireanta ní bhíonn an chosaint nua oiriúnach do dheardh an chlogaid, agus d'fhéadfadh drochthimpistí aghaidhe nó drochghortú fiacla a bheith ann dá bharr.

## COMHAIRLE

Moltar d'imreoirí

1. Gan ach clogad le cosaint aghaidhe a cheannach a chloíonn leis na caighdeáin a leagtar amach in IS:355
2. Gan an chosaint aghaidhe a athrú ná na barraí ar an gcosaint aghaidhe a athrú ar aon bhealach
3. An clogad a chaitheamh i gcónaí le linn d'imreoirí a bheith ag téamh suas agus le linn seisiún traenála agus cluichí
4. An clogad a sheiceáil roimh gach seisiún traenála / cluiche le déanamh cinnte go bhfuil na barraí ar an gcosaint aghaidhe daingnithe i gceart agus nach bhfuil aon damáiste déanta de a d'fhéadfadh an duine atá ag caitheamh an chlogaid, comhimreoirí nó céilí comhraic a ghortú.

Tá liosta de sholáthróirí clogad a chloíonn le caighdeáin IS:355 le fáil ag [learning.gaa.ie/injuryprevention](http://learning.gaa.ie/injuryprevention)

***NÁ DÉAN DEARMAD: Is é an t-imreoir atá freagrach as clogad a chaitheamh ar a bhfuil cosaint aghaidhe ann atá ceadaithe!***



## CLOGAID IOMÁNA

BILEOG EOLAIS D'IMREOIRÍ AGUS DO THUISMITHEOIRÍ/  
CHAOMHNÓIRÍ

Untampered



Tampered



**REMEMBER:** *It is the player's responsibility to wear a helmet with a facial guard that meets the standard!*