




## LE CASQUE : pas obligatoire, juste INDISPENSABLE !

### LE CASQUE, ÇA VAUT LE COUP !

- ▶ Les chutes à vélo sont souvent brutales.
- ▶ Elles peuvent arriver à n'importe qui, n'importe où et n'importe quand.



#### Le casque protecteur doit être bien ajusté :

-  Le dessus de ma tête doit toucher le rembourrage supérieur du casque. Je dois bien régler le serrage de tête pour l'empêcher de bouger. Il ne doit pas glisser vers l'avant ni vers l'arrière lorsque je bouge.
-  Je dois bien régler **la jugulaire** du casque qui **doit toujours être attachée lorsque je roule.**
-  Mon casque doit être en bon état. S'il a subi un choc, je le fais vérifier ou remplacer.

Je choisis un casque de couleur voyante.  
Je peux coller des adhésifs réfléchissants.  
Mieux on me voit, plus je suis en sécurité.



Le port du casque réduit de 85% le risque de traumatisme crânien en cas d'accident.  
Alors choisis bien ton casque :

CELUI QUI FAIT BIEN

OU

CELUI QUI FAIT MAL

