



Casques de vélo

Protégez votre tête!

Dans bon nombre de provinces, la loi OBLIGE les jeunes de moins de 18 ans à porter un casque lorsqu'ils font du vélo. Le casque de vélo contribue à protéger le cycliste contre les blessures à la tête en cas de chute ou de collision.

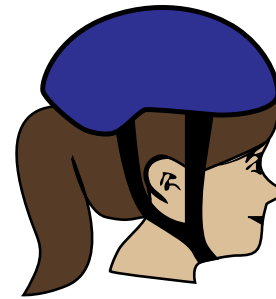
Si le casque est endommagé d'une quelconque façon, à la suite d'une chute par exemple, il faut le remplacer immédiatement même si les dommages ne sont pas visibles, puisqu'il peut quand même y avoir des dommages structurels. Il n'est pas recommandé de vendre ou d'acheter des casques de vélo usagés, car les casques sont conçus pour protéger la tête contre **un seul** impact.

Voici quelques trucs pour vérifier si un casque de vélo est bien ajusté :

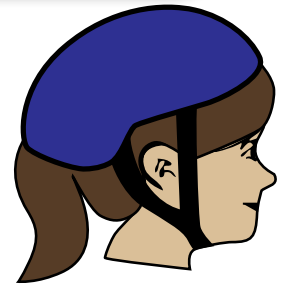
- Prenez le temps de choisir un casque de la **bonne taille**. Si possible, rendez-vous dans une boutique de vélos pour demander à un employé de vous aider à choisir le bon casque et à régler les courroies et les coussinets à l'intérieur.
- Le casque doit être **parfaitement ajusté** à votre tête, c'est-à-dire qu'il ne doit pas bouger quand il est attaché, et il doit être mis bien **droit** sur votre tête (voir les illustrations).
- Les **courroies** doivent former un Y sous chaque oreille et être **parfaitement ajustées** sous le menton lorsqu'elles sont attachées, c'est-à-dire assez serrées pour toucher la peau, sans causer d'inconfort.

Le casque doit arborer à l'intérieur un autocollant de l'une ou de plusieurs des organisations suivantes qui prouve qu'il est conforme aux normes de sécurité :

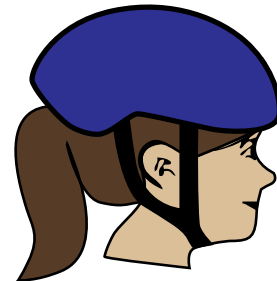
- CSA (Association canadienne de normalisation)
- Snell
- CPSC (Consumer Product Safety Commission)
- ASTM (American Society for Testing and Materials)



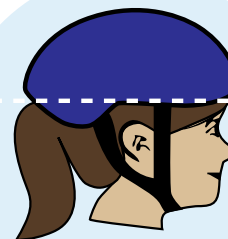
Mauvaise taille
(trop petit)



Position incorrecte
(trop en arrière)



Position incorrecte
(trop en avant)



Bonne position