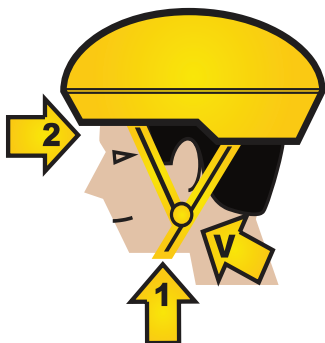


Protégez-vous le cerveau... portez un casque!

Le port d'un casque de vélo bien ajusté permet
de prévenir 88 % des lésions cérébrales.



La règle 2V1

- 2** Deux doigts au-dessus des sourcils.
- V** La courroie forme un « v » sous les oreilles.
- 1** Un doigt entre la courroie et le menton.

Ajustez bien votre casque chaque fois
que vous le portez!



N'est pas trop grand
ou trop lâche



N'est pas trop petit
ou trop serré



Pas de chapeau ou
de bandana









Les cheveux ne
nuisent pas

D'autres conseils :

www.mcmasterchildrenshospital.ca/hhi

Activités sur roues

Choisissez le casque qui convient à l'activité.

Casque	Activité	À impact unique ou à impacts multiples
	 <input checked="" type="checkbox"/> Vélo	Unique
	<input checked="" type="checkbox"/> Tricycle <input checked="" type="checkbox"/> Vélo  <input checked="" type="checkbox"/> Planche à roulettes <input checked="" type="checkbox"/> Patin à roues alignées <input checked="" type="checkbox"/> Trottinette	Multiplés/Unique
	<input checked="" type="checkbox"/> Vélodcross (BMX) <input checked="" type="checkbox"/> Planche longue	Multiplés
Assurez-vous que le casque est homologué	<ul style="list-style-type: none"> • Demandez au détaillant. • Recherchez l'étiquette CSA, ASTM, CPSC ou SNELL à l'intérieur. 	

Autres sports : www.thinkfirst.ca/fr/safetyinfo.aspx

Il faut remplacer le casque après un impact important ou s'il est visiblement endommagé.



**SEVEN
STAR SPORTS**
Stay active! ... Stay safe!

1-888-52-7STAR
1-905-574-9270
info@sevenstarsports.com
www.sevenstarsports.com