



Kluge Köpfe schützen sich

Den Velohelm richtig anziehen

Jährlich ereignen sich über 30 000 Velounfälle. Ein Velohelm reduziert das Risiko von schweren Kopfverletzungen – wenn Sie ihn richtig anziehen und auch auf kurzen Strecken tragen.

Tipps

- Helm anprobieren: auch bei geöffnetem Kinnband guter Sitz, ohne zu drücken und zu wackeln
- Helm – vor allem bei Kindern – immer wieder überprüfen und anpassen
- Reinigen: mit Wasser und Seife
- Helm ersetzen, wenn er einen starken Schlag erlitten hat, oder gemäss Hinweisen des Herstellers.

Weitere Informationen auf www.velohelm.ch

Tipps im Video:





1

Zwei Fingerbreit über Nasenwurzel



2 Seitenbänder gleich satt, zwischen Kinn und Band Platz für einen Finger



3 Sitzt perfekt! Gute Fahrt!



So nicht: Helm zu hoch
Gesichts- und Stirnpartie ungeschützt



So nicht:

Bänder ungleich satt, Helm zu hoch

Weitere Informationen

Wir empfehlen Ihnen folgende Broschüren:

3.008 Sichtbarkeit bei Nacht

3.018 Radfahren

3.020 Mountainbiking

3.025 Fahrzeugähnliche Geräte

3.029 Kreisel

3.055 Kindertransport mit dem Fahrrad

3.212 E-Bikes

Diese Broschüren oder Publikationen zu anderen Themen können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen auf www.bfu.ch.



www.socialmedia.bfu.ch

© bfu 2016, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht