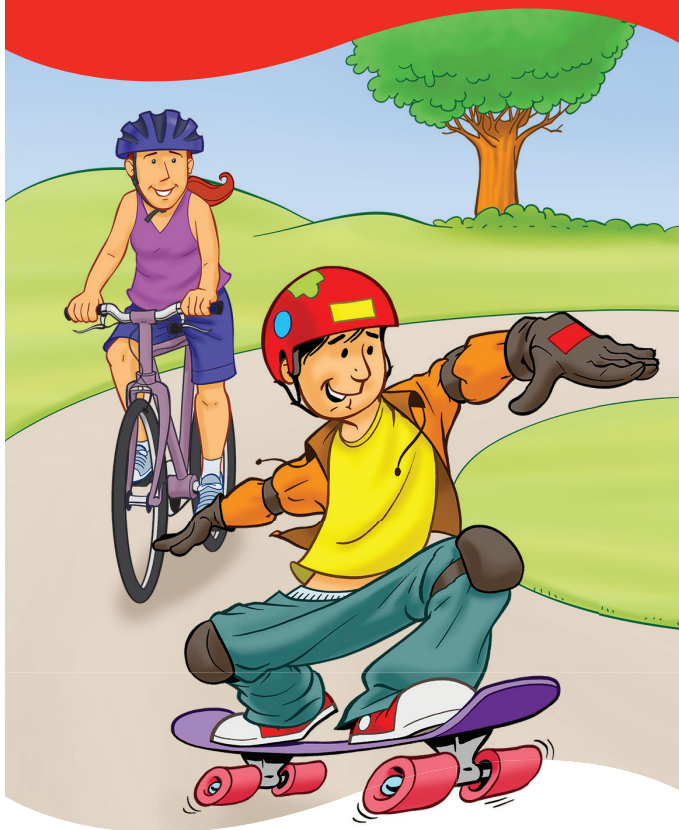


Sers-toi de ta tête...
porte un casque!



Hôpital de Montréal
pour enfants
Centre universitaire
de santé McGill



Montreal Children's
Hospital
McGill University
Health Centre

TRAUMATOLOGIE TRAUMA

Un casque, c'est plus cool qu'un traumatisme cranio-cérébral!

BIEN AJUSTER UN CASQUE

Le casque doit être bien
ajusté sur la tête.



- 1 Ajustez le curseur de sangles sur le côté pour former un «V» sous les oreilles et légèrement en avant des lobes. Assurez-vous que toutes les sangles sont alignées et qu'elles ne sont pas tordues.
- 2 La distance entre les sourcils et le bord du casque ne doit pas excéder la largeur de deux doigts.
- 3 La sangle d'attache au menton doit être serrée fermement, à une distance d'un doigt entre le menton et la sangle.



ATTENTION!



- Assurez-vous que le casque satisfait aux normes de sécurité. Les mentions ASTM, CPSC, CSA ou Snell doivent apparaître sur le casque.
- Un casque endommagé ainsi qu'un casque qui a plus de 5 ans doit être remplacé.
- N'utilisez jamais un casque porté lors d'une collision ou dont vous ne connaissez pas l'usage antécédent.
- Portez tout autre équipement de protection approprié au sport pratiqué, comme des genouillères et des coudières.



NOTE À L'INTENTION DES PARENTS ET DES GARDIENS/ GARDIENNES:

-  Le port d'équipement de protection est aussi important pour les adultes et sert de bon exemple pour les enfants et les adolescents!
-  Assurez-vous de porter un casque approprié, bien entretenu, bien ajusté et qui satisfait aux normes de sécurité en faisant du sport ou des activités récréatives, tel que :
- le football
 - le hockey
 - le longboard
 - la motoneige
 - le patinage
 - le patinage à roues alignées
 - la planche à neiges
 - la planche à roulettes
 - la ringuette
 - le ski
 - le toboggan
 - la trottinette
 - le vélo
 - le VTT

CENTRE DE TRAUMATOLOGIE

Hôpital de Montréal pour enfants
1001, boulevard Décarie, Montréal (Québec) H4A 3J1
Tél. : 514-412-4400, poste 23310
www.hopitalpourenfants.com/trauma

Venez nous rejoindre sur nos réseaux sociaux:
facebook.com/lechildren
twitter.com/hopitalchildren
youtube.com/thechildrens

