

Tipps für Radfahrer/innen

Radeln mit Köpfchen und Helm

Das Radfahren macht Spaß, schont den Geldbeutel und ist auch gesund. Radfahren bringt aber auch Gefahren. Jährlich verunglücken in Bayern rund 10.000 Radfahrer. Viele von ihnen erleiden zum Teil schwere Kopfverletzungen. Viele dieser Verletzungen könnten vermieden oder gemildert werden: Durch das Tragen von Fahrradhelmen. Wer Köpfchen hat, schützt beim Radeln sich und die Kinder mit einem Helm. Sie verringern damit das Risiko gefährlicher Kopfverletzungen um 65 %.

Geprüfte Sicherheit

Ein Fahrradhelm muss vor allem guten Schutz bieten. Achten Sie darauf, dass der Helm ein anerkanntes Prüfzeichen hat. Zum Beispiel das GS-Zeichen der TÜV Product Service GmbH oder das Zeichen "CE", welches bestätigt, dass der Helm die DIN EN 1078 erfüllt. Diese Zeichen garantieren geprüfte Sicherheit.

Richtige Passform

Nur ein richtig sitzender Helm kann auch wirksam schützen. Der Helm muss sich durch Einlegepolster leicht an die individuelle Kopfform anpassen lassen. Bei geschlossenem Kinnriemen darf er nicht wackeln. Bei Kindern ermöglichen die austauschbaren Polster ein "Mitwachsen" des Helms. Werden im Winter dünnere Polster verwendet, passt auch noch eine Wollmütze unter den Helm. Ziehen Sie den Helm nicht zu weit nach vorne in die Stirn! Das behindert die Sicht. Der Helm darf auch nicht zu weit in den Nacken rutschen, sonst ist die Stirn nicht ausreichend geschützt.



Feste Riemen

Der Kinnriemen muss mindestens 18 mm breit sein. Er sollte mit einer Hand leicht einstellbar sein und fest sitzen. Ziehen Sie den Kinnriemen immer fest, damit der Helm auf dem Kopf nicht verrutschen kann!

Leicht und bequem

Der Helm muss möglichst leicht sein. Das ist besonders für Kinder wichtig. Leichte Helme sind bequem und werden gern getragen. Heute wiegt ein guter Helm kaum mehr als 300 gr.

Gute Lüftung

Unter dem Radl-Helm muss man nicht schwitzen. Lüftungsschlitze oben am Helm vermeiden Wärmestaus. Wichtig sind auch Netzeinlagen, die das Eindringen von Insekten verhindern.

Bunt macht sicher

Wählen Sie möglichst helle, leuchtende Farben. Das erhöht Ihre Sicherheit, weil Sie im Straßenverkehr besser gesehen werden.

Denken Sie immer daran:

Der Helm kann keine Unfälle verhindern, er kann nur die Folgen von Unfällen vermeiden oder mildern. Deshalb gilt auch mit Helm: Augen auf im Straßenverkehr!

Wir wünschen Ihnen eine unfallfreie Saison und viel Spaß am Fahren.

Design & Web
Maierbacher

Ihr kompetenter Partner für:

- Ihren Businessauftritt mit Logo, Stempel und individuell gestalteten Geschäftspapieren
- Drucksachen, Broschüren und Flyer
- Digitale Fotografie mit Bildbearbeitung
- Repräsentative Internetauftritte

Design & Web Maierbacher
Josef Maierbacher
Feldkirchen 2, 83543 Rott am Inn
Tel.: 08039-907790 Fax: 08039-907879
e-mail: josef.maierbacher@freenet.de



Stiller Bau
Dienstleistungen

Maurer-, Putzarbeiten, Pflasterbau
Umbauten, Renovierungen

83543 Rott a. Inn
Tel. 0 80 39 / 23 75 Fax 0 80 39 / 51 66