

# Hjälm<sup>info</sup>



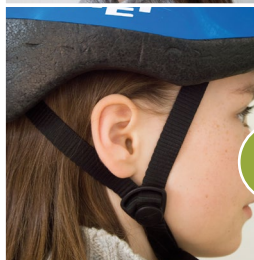
1



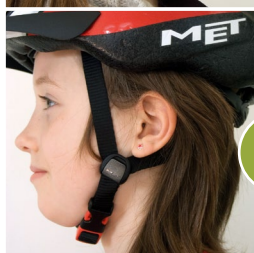
2



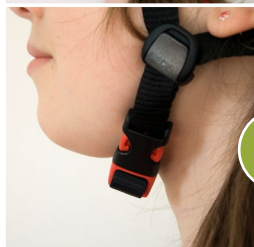
3



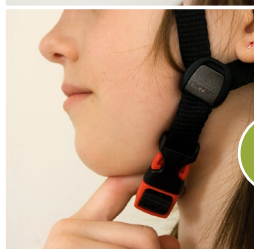
4



5



6



7



8



9

- 1 Då du köper en cykelhjälm, försäkra dig om att den är CE-märkt. En cykelhjälm är personlig säkerhetsutrustning som inte skall köpas på växten.
- 2 Kontrollera att hjälmen är i gott skick. En krockad hjälm skall kasseras, även om det inte syns några skador. Undvik att köpa en begagnad cykelhjälm. Hjälmens skydd försämras av färg, klistermärken och rengöringsmedel. Vid rengöring använd mild tvällösning och mjuk trasa. Skölj väl och torka med mjuk trasa.
- 3 Hjälmen skall sitta rakt på huvudet och vara rätt justerad. Hjälmen skall inte vara framåtlutad, bakåtlutad eller täcka öronen. Den skall täcka panna, bakhuvud och hjässa.
- 4 Hjälmens remmar skall justeras så att hjälmen sitter stadigt på huvudet. Remmarna skall löpa på bägge sidor om öronen, så att de bildar formen av bokstaven Y.
- 5 Ställ in låset under örat så att remmarna löper tätt intill ansiktet och lås remmarna.
- 6 För remmarna under hakan och lås fast hjälmen. Låset skall vara placerat rakt under hakan.
- 7 Remmarna skall inte sitta hårdare än att du får ett finger mellan hakan och remmen.
- 8 När hjälmen sitter på huvudet, ta tag i hjälmens främre kant och lyft lätt uppåt och bakåt. Om hjälmen då åker bakåt behöver du spänna de främre remmarna. Hjälmens framkant skall sitta strax ovanför ögonbrynen.
- 9 Tag i hjälmens bakre kant och lyft lätt uppåt och framåt. Om hjälmen åker över ögonen, spänner du de bakre remmarna. En viss rörelse mellan hjälm och huvud finns alltid.