

## КАК ВЫБРАТЬ ЗАЩИТНЫЙ ШЛЕМ ДЛЯ РЕБЁНКА?



Наступила весна, а значит, скоро на улицах станет больше велосипедов, самокатов и других СИМ. Родителям в это время важно не только повторить правила безопасности на дорогах с детьми, но и позаботиться об их защите, выбрав правильную экипировку:

1. шлем;
2. наколенники;
3. налокотники;
4. защита кисти или велоперчатки;
5. световозвращающие элементы;
6. дополнительно можно использовать средства для защиты спины — мотожилет.

О том, как правильно выбрать защиту для ребёнка, рассказали специалисты Центра по профилактике ДДТТ Института воспитания.

### **Как правильно выбрать шлем?**

Любой велосипедный шлем, в том числе детский, должен иметь внутри этикетку с маркировкой CE, подтверждающей его соответствие стандарту безопасности EN 1078 (европейский стандарт). Он указывает на то, что данный шлем прошёл определенный набор испытаний: тестирование на ударопрочность, надёжность системы подвески удерживающих ремней и так далее. Желательно, чтобы шлем имел светоотражающие элементы для максимального обеспечения безопасности.

### **Выбор шлема:**

1. При примерке велосипедного шлема он должен хорошо закрывать верхнюю и боковые части черепа и иметь ещё более глубокую заднюю часть, чтобы максимально защитить затылок ребёнка.

2. Примеряя шлемы, стоит попросить ребёнка взглянуть вверх. Если глаза видят переднюю кромку шлема, то форма подобрана правильно. Важно, чтобы шлем не закрывал обзор ребёнку!
3. Стоит проверить шлем ещё в магазине. Для этого нужно надеть шлем на голову и, не застегивая ремень, наклонить голову вперёд. В момент наклона шлем не должен упасть с головы.

#### **Рекомендации при выборе комплекса защиты:**

- Нельзя брать защиту «на вырост». Экипировка неподходящего размера не защитит ребёнка в случае опасности.
- Защита должна сидеть плотно, но не туго. Если какой-либо из элементов будет сильно прилегать к телу, то это создаст чувство онемения и дискомфорта.
- Экипировка не должна вызывать каких-либо неудобств. Ребёнок должен свободно чувствовать себя абсолютно в любых условиях. Также экипировка должна нравиться ребёнку внешне. Если её дизайн его не устроит, то велика вероятность, что ребёнок просто откажется её носить.
- У ребёнка должна быть возможность самостоятельно снять с себя защиту. Поэтому защитные элементы должны легко сниматься, но сидеть на теле достаточно надёжно.

Не стоит пренебрегать правилами безопасности даже во дворе. Регулярно напоминайте ребёнку, что шлем нужно надевать всегда.