

# Quel Casque pour Quelle Activité?

thinkfirst.ca avant de jouer

## Roué

VÉLO, TROTTINETTE  
(VITESSE BASSE)

CYCLISME DE BMX

PATIN À ROUES ALIGNÉES

PLANCHE À ROULETTES

## Casque recommandé

CASQUE DE VÉLO

TOUT TERRAIN

DE VÉLO, PATIN À ROUES ALIGNÉES,  
OU DE PLANCHE À ROULETTES

DE PLANCHE À ROULETTES

## Grille?

OUI

GRILLE  
DE RECEVEUR

## Certification à vérifier

CSA, CSPC, Snell B-95, N-94,  
ASTM 1447, F-1898

CPSA, ASTM F2032

Récréatif: CSA, Snell B-95,  
ASTM F-1446/F-1447, CSPC  
Agressif: ASTM 1492, Snell N-94

ASTM F1492, Snell N-94,  
CEN certifié

## Sports de terrain

FOOTBALL

CROSSE

BASEBALL, BALLE-MOLLE, T-BALL

## Casque recommandé

DE FOOTBALL

DE CROSSE

CASQUE DE FRAPPEUR  
OU DE RECEVEUR

## Grille?

OUI

OUI

GRILLE  
DE RECEVEUR

## Certification à vérifier

NOCSAE ND002, ASTM F717

Casque d'hockey CSA certifié

De bat: NOCSAE ND022, ND22  
De receveur: NOCSAE ND024,  
ND24

## Sports de glace et de neige

HOCKEY

SKI, PLANCHE À NEIGE

PATINAGE OU LA LUGE

## Casque recommandé

CASQUE DE HOCKEY

DE SKI OU DE PLANCHE À NEIGE

CASQUE DE HOCKEY  
CASQUE DE SKI

## Grille?

OUI

OUI

## Certification à vérifier

CSA, avec masque compatible  
de CSA-certifié

CSA Z263.1-2008, ASTM F2040,  
CEN 1077, Snell RS-98 or S-98

CSA, ASTM F2040, CEN 1077,  
Snell RS-98 ou S-98

• Cyclisme - Portez un casque certifié. Souvenez-vous de remplacer votre casque si vous avez eu une collision. N'utilisez jamais un casque qui a été endommagé.

• Patin à roues alignées - Il y a des casques pour le patin à roues alignées qui s'étendent plus longs sur l'arrière de la tête pour protéger contre les chutes arrière. Un casque de vélo peut aussi être utilisé.

• Trottinettes - Il n'y a pas de normes pour les trottinettes. Le casque de vélo est recommandé pour les trottinettes parce que ce sport est similaire au cyclisme et au patin à roues alignées.

• Planche à roulettes - Parce que les chutes sont plus communes avec une planche à roulette, il y a un casque spécifiquement créé pour couvrir l'arrière de la tête et qui peut résister à plusieurs impacts dans la même région. Un casque de planche à roulette ne devrait pas être utilisé sur un vélo à moins que ça ne soit écrit sur l'étiquette.

• Casques de sports multiples - Quelques casques sont commercialisés comme étant de sports multiples. Ils ont les standards de sécurité pour plusieurs activités. Soyez certain que votre casque est testé pour le sport où vous l'utiliserez.

• Sports de terrain - Les sports de terrain et d'équipe, tel que le football, le baseball, la balle molle et la crosse, ont des casques spécifiques pour le type de blessures que chacun de ses sports présente. Le football et la crosse exigent une grille sur le casque à cause du niveau de contact entre les joueurs.

• Hockey - Ces casques d'impact multiples sont destinés à protéger la tête contre les impacts avec la glace et les collisions contre la bande. Les casques de hockey sont aussi recommandés pour le patinage et la luge.

• Le Ski et la planche à neige - Les casques de ski peuvent être d'impact simple ou multiple (vérifier l'étiquette) et couvrent l'arrière de la tête plus qu'un casque de vélo.

• Le patinage, la luge, le traîneau, le toboggan et la soucoupe - Les casques pour ces activités ne sont pas développés, les casques de hockey sont une option, parce qu'ils sont formulés pour bien protéger la tête dans les conditions glaciales.

**\*PORTEZ ET UTILISEZ LES CASQUES TELS QUE RECOMMANDÉS PAR LE FABRICANT.  
LES CASQUES N'EMPÊCHENT PAS TOUTES LES LÉSIONS À LA TÊTE DANS TOUS LES SPORTS.**

Veuillez visiter [thinkfirst.ca](http://thinkfirst.ca) pour de plus amples informations à propos de nos programmes SportSmart, la prévention des lésions, et la connaissance sur les commotions cérébrales.

Ce feuillet a été distribuée grâce à une bourse d'Aviva Canada.

thinkfirst



pensez d'abord  
CANADA

fier d'être parrainé



AVIVA  
Assurance