

Dezember 2009

## Sicherheitstipp

### Schneesport – mit Respekt und Helm fahren

Zweckmässige Bekleidung, Handschuhe und Sonnenbrille gehören zur kompletten Ausrüstung für den Schneesport.

Und auch hier gilt: Kluge Köpfe schützen sich. Die bfu empfiehlt für alle Schneesportler Helme und für Snowboarder zusätzlich Handgelenkschutz, für grosse Sprünge eventuell auch einen Rückenschutz. Beim Kauf eines Schneesporthelms achten Sie auf die europäischen Norm EN 1077 und lassen Sie sich vom Fachhändler beraten.

Lassen Sie die Skibindungen jährlich durch eine Fachperson einstellen und verlangen Sie die bfu-Skivignette.

### Sich schützen ist gut, sicher fahren ist besser

Schutzartikel können nur die Folgen eines Sturzes oder einer Kollision mindern. Achten Sie deshalb darauf, dass Sie das Risiko von Anfang an gut kalkulieren und Stürze und Kollisionen vermeiden.

Wärmen Sie sich vor der ersten Abfahrt und nach Pausen intensiv auf.

Passen Sie die Geschwindigkeit und die Fahrweise Ihrem Können und den Verhältnissen an.



bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung  
Abteilung Schulung  
CH-3011 Bern  
Tel. +41 31 390 22 70  
[schulung@bfu.ch](mailto:schulung@bfu.ch)  
[www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)