

Aprile 2009

Sicurezza in sella alla bici

Con la primavera inizia la stagione per fare delle pedalate in bici. Per l'uso quotidiano per andare a lavorare o per l'uso sporadico per fare sport è sempre importante che la bicicletta sia in buono stato.

Bici ok, dimenticato niente? Controlla la tua bici.

- I freni funzionano, la catena è lubrificata, la pressione delle ruote è ok, il campanello è udibile?
- Hai incollato la nuova vignetta per la bici? Deve essere rinnovata al più tardi entro il 1° giugno.
- La bici dispone delle luci necessarie? Col buio il rischio d'incidente si triplica rispetto al giorno. Monta dunque dei fanali fissi che non possono mai essere dimenticati a casa.
- Pensa alla tua testa: questa va sempre protetta con un casco sia se si fa poca strada in bici sia se si fa un'escursione con tutta la famiglia. Il casco per ciclisti infatti ti protegge dalle lesioni craniche gravi e irreversibili. Compra un casco che calza bene e che sia a norma EN 1078.

Dal 1° aprile fino al 15 maggio 2009, nei negozi specializzati che aderiscono alla campagna dell'upi si possono ricevere dei buoni-rimborso che danno diritto a un incentivo di 20 franchi per l'acquisto di un casco.

Per maggiori informazioni: www.cascobici.ch

L'opuscolo «Bicicletta. Pedalare sicuri» contiene informazioni dettagliate sull'equipaggiamento giusto, il comportamento sicuro e altri consigli utili. [Richiedi l'opuscolo](#) (n° d'ordinazione 3.018)



upi – Ufficio prevenzione infortuni
Hodlerstrasse 5a
CH-3011 Berna
Tel. +41 31 390 22 22
Fax +41 31 390 22 30
info@upi.ch
www.upi.ch