



BIKE SMART FROM THE START...WEAR A HELMET!

*How to Properly Fit a Helmet*

- A. *Fit the helmet low and level on the forehead.*
- B. *Tighten the chinstrap, with the V of the side straps meeting just below the ear.*
- C. *Adjust the pads inside so it feels snug, secure and comfortable.*

*Safe Kids Pennsylvania  
1-800-683-5100*



¡CORRE TU BICICLETA DE MANERA INTELIGENTE,  
PONTE UN CASCO PARA PROTEJERTE!

*Como usar un casco  
apropiadamente*

- A. El casco debe descansar contra el tope de la cabeza.
- B. Use las almohadillas para que quede seguro y cómodo, ajuste el abrazador o cierre.
- C. Las correas deben de formar una V debajo de las orejas.
- D. Adapte la correa de la barbilla para que quede ajustada.

Safe Kids Pennsylvania  
1-800-683-5100