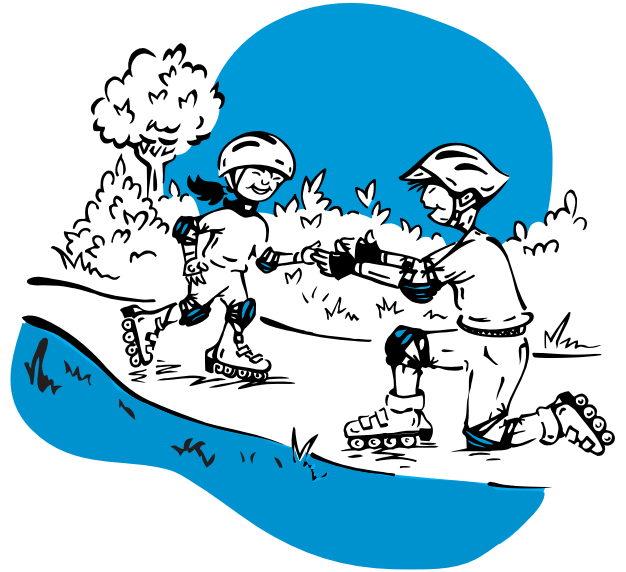




# Le patin à roues alignées et la planche à roulettes

Le patin à roues alignées et la planche à roulettes sont des activités populaires. **Soyez prudent!** Ces activités comportent des risques de blessures sérieuses à la tête, aux bras et aux jambes. Soyez prévoyant; portez l'équipement approprié et amusez-vous en toute sécurité. Les conseils suivants assureront la sécurité de tous.



## Conseils de sécurité

- Toujours surveiller les jeunes enfants.
- Assurez-vous que l'équipement soit toujours en bon état et bien ajusté.
- Portez toujours un casque protecteur et remplacez-le tous les deux ou trois ans ou après un impact majeur (un choc ou un coup).
- Des protège-poignets aideront à prévenir les fractures en cas de chute.
- Les coupures et les écorchures peuvent être évitées en portant des protège-coudes et des genouillères.
- Enseignez aux enfants à choisir un endroit sûr, c'est-à-dire, un lieu éloigné de la circulation automobile où l'on trouve une surface lisse.



### Montrez l'exemple en suivant ces règles :

- Apprenez et montrez comment **contrôler sa vitesse et s'arrêter**.
- Ne portez pas d'écouteurs.
- Ne pratiquez pas ces activités la nuit ou sur des surfaces mouillées.
- **SOYEZ VIGILANT!** Regardez droit devant au cas où il y aurait d'autres personnes ou des voitures et aussi pour éviter des accidents causés par des fentes, des roches, etc.
- Respectez les autres personnes sur la piste.

### Pour plus d'information, communiquez avec la Sécurité des produits de Santé Canada :

Vancouver, Colombie-Britannique (604) 666-5003

Edmonton, Alberta (780) 495-2626

Calgary, Alberta (403) 292-4677

Saskatoon, Saskatchewan (306) 975-4502

Winnipeg, Manitoba (204) 983-5490

Hamilton, Ontario (905) 572-2845

Toronto, Ontario (416) 973-4705

Ottawa, Ontario (613) 952-1014

Montréal, Québec (514) 283-5488

Longueuil, Québec (450) 646-1353

Québec, Québec (418) 648-4327

Moncton, Nouveau-Brunswick (506) 851-6638

Halifax, Nouvelle-Écosse (902) 426-8300

St. John's, Terre-Neuve (709) 772-4050

