

Minute Sécurité

Nous arrivons dans une période estivale avec de fortes chaleurs. L'envie est grande de rouler sans casque, les cheveux au vent. Attention ce n'est pas sans risque en cas de chute. Petit rappels.

Le port de casque n'est pas obligatoire mais vivement recommandé pour un adulte qui roule à vélo classique ou à vélo électrique (mais obligatoire pour les enfants de moins de 12 ans qu'ils soient conducteur ou passager). Il est recommandé pour des raisons de sécurité. À vélo, seul ou en groupe, porter un casque est gage de sécurité. **Son utilisation permet de réduire de 85 % les risques de traumatisme crânien en cas d'accident.**

Choisir un casque rigide, à double coque, léger, ventilé et absorbant les chocs. Privilégier les casques équipés de la technologie MIPS munis d'antichocs très résistants, c'est un élément de sécurité supplémentaire.

Il doit être adapté à la morphologie de la tête du cycliste, sans présenter de contrainte et doit couvrir parfaitement les différentes parties telles que le front, les tempes, les côtés, l'arrière et le sommet surtout chez les enfants.

L'hiver, préférer un sous-casque, ou un sur-casque, au bonnet de laine pour vous protéger du froid.

Les personnes à cheveux longs éviteront d'avoir les cheveux roulés et remontés sur la nuque.

L'efficacité d'un casque est assurée quand il est bien ajusté. N'achetez jamais un casque sans l'avoir essayé.



Il doit couvrir le front, le haut et l'arrière de la tête ainsi que les tempes.



Le système de fixation doit être simple à ouvrir et à fermer avec des sangles réglables.

UN CASQUE DOIT ÊTRE REMPLACÉ RÉGULIÈREMENT !

UN CASQUE QUI SUBIT UN CHOC ÉGALEMENT ! DURÉE DE VIE D'UN CASQUE : 5 ANS.

Des normes régissent l'homologation du casque par le marquage CE

Mentions obligatoires au titre de la réglementation et/ou de la norme.

Certaines mentions doivent être lisibles pendant toute la durée de vie du casque :

- marquage " CE " ;
- nom et adresse du fabricant ou de son mandataire ;
- numéro de la norme ;
- taille (tour de tête, en cm) et poids (en g) ;
- année et mois (ou trimestre) de fabrication ;
- désignation du modèle ;
- type de casque ;
- le cas échéant, un avertissement spécifique.

Les casques, équipements de protection individuelle, doivent être en conformité avec le décret 2019-62 du 30/01/2019 pris en exécution du Règlement européen 2016/425 du 9/03/2016 relatif aux équipements de protection individuelle, satisfaire aux exigences des normes harmonisées les concernant, listées ci-dessous, attestation faite par le marquage CE. **Attention** ne pas mettre d'accessoires autre que ceux prévus par le constructeur

Deux normes européennes

- NF EN 1078+A1, casque dédié aux cyclistes et aux utilisateurs de planches à roulettes.
- NF EN 1080, casques de protection contre les chocs pour les jeunes enfants.

Par ailleurs, il est possible de sélectionner d'autres éléments de confort tels que la ventilation, une molette pour un réglage fin du tour de tête, une visière pour protéger les yeux et éviter les coups de soleils ou encore un feu rouge LED de sécurité, voire feux de direction (clignotants). Il est néanmoins nécessaire que ces options de confort supplémentaires ne nuisent pas à la sécurité que procure le casque.

Adultes soyez pédagogues avec les enfants. Montrer le bon exemple en portant le casque lors de toutes vos sorties à vélo.

Extrait du Mémoire Sécurité de la FFCT, édition 2026 disponible sur le site de la FFvélo dans le dossier documentation de votre espace personnel.

<https://licence.ffcyclo.org/documentation/parcourir/48-1207-59-1062.html>

Quelques exemples de casques et étiquettes :

Sangles réglables



Sangles fixes



Molette de réglage



Glissière de réglage



Étiquette



Étiquette



Étiquette



Tailles et molette de réglage



(Crédit Photos A. DANIEL)