



# Kolesarska zaščitna čelada

Učno gradivo za starejše otroke

Javna agencija za varnost prometa



## Zakaj kolesarji uporabljajo zaščitno kolesarsko čelado?

- Da **zaščitijo glavo** (pred padci, poškodbami...).
- Po zakonu je **čelada obvezna** (do 18. leta, naprej zelo priporočljiva).





JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

## Kdo naj med kolesarjenjem nosi čelado?

- **VSI.**
- Otroci (tudi v otroškem sedežu, na triciklu...).
- Mladostniki (obvezna je do 18. leta).
- Starši in odrasli (zelo priporočljivo).



**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

## Zakaj je na kolesu potrebno zaščititi glavo?

Poškodbe glave so zelo pogoste, saj je glava v primerjavi s telesom težka, zaradi kinetične energije in visokega težišča na kolesu pa je velika verjetnost, da pademo prav na glavo. Pri padcu na glavo so pogosto poškodovani možgani – korteks. Že pri manjših trkih pa so lahko poškodbe glave usodne oz. izredno težke in dolgotrajne.



**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

## Poškodbe kolesarjev

Pri kolesarjih, ki so umrli za posledicami prometnih nesreč v Sloveniji, je kar v 60 % vzrok smrti poškodba glave.

Prav tako so poškodbe glave poglavitni razlog za sprejem v bolnišnico pri približno 40 % poškodovanih kolesarjih.

Zaščitna kolesarska čelada po raziskavah zmanjša težo posledic padca za 40 – 70 %.

### BISTRO GLAVO VARULE ČELADA!



**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

## Kakšno kolesarsko čelado kupimo?

- Ustrezne velikosti – od 52 cm do 66 cm.
- Prilega naj se naši glavi – obsegu glave.
- Zadostuje naj standardu CE EN 1078.
- Naj bo dobro vidna (svetlih ali fluorescentnih barv, z odsevnimi elementi, lučko).
- Izberemo takšno, ki nam je všeč (barva, vzorci), da jo radi nosimo.



**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

## Kako namestimo čelado na glavo?

- Oglej si video <https://www.avp-rs.si/preventiva/preventivne-akcije/varnost-kolesarjev/bistro-glavo-varuje-čelada/>



- Čelada naj bo trdno nameščena na glavi, tako da sega sprednji rob dva prsta nad obrvmi ter da so trakovi na čeladi zapeti in se prilegajo bradi.

**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

## Iz česa je narejena kolesarska čelada?

Izdelane so iz stiropora in prekrte s plastično prevleko. Oblika čelade je aerodinamična s primerno vdelanimi odprtini, ki služijo kroženju zraka. V notranjosti je čelada obložena s posebnim trakom, ki je zvezno s posebnim gumbom nastavljiv na optimalen obseg glave. Na trak je pogosto pritrjena utripajoča odsevna lučka, ki zagotavlja večjo vidnost in varnost kolesarja v prometu. Stabilnost čelade zagotavlja trak s sponkami, ki si jih zapremo pod brado.



**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

## Kaj lahko sam doma?

- **Koliko veliko čelado potrebuješ?** S šiviljskim metrom izmeri obseg svoje glave. Dobljena številka pomeni velikost čelade, ki jo potrebuješ.
- **Izračunaj:** Ali že znaš izračunati iz obsega polmer svoje glave? Uporabi formulo za krog in računske operacije.
- **Nariši ali izdelaj svojo sanjsko čelado?** Sanjsko čelado lahko narišeš z barvami (navadnimi barvicami ali temperami). Lahko pa se lotiš tudi 3D modela. Napihni balon, nato nalepi v obliki čelade časopisni papir, v več plasteh (za lepilo lahko uporabiš moko in vodo). Ko se posuši, poči balon in dobiš čelado poljubne oblike. Svojo čelado pobarvaj s tempera barvicami z vzorci in poslikavo, kot ti je najbolj všeč.
- **Pesmica o čeladi:** izmisli in napiši svojo pesmico;
- **Za dobre fizike:** Izračunaj sile, ki delujejo na glavo, pri padcu s hitostjo 20 km/h in težo glave 4 kg.

**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA



JAVNA AGENCIJA  
REPUBLIKE SLOVENIJE  
ZA VARNOST PROMETA

OGLEJTE SI ŠE:

Video filme na AVP youtube kanalu

Tokrat si imel srečo

<https://youtu.be/YY5nSU69884>

Kolesarji previdno

<https://youtu.be/L8wuuzeyx-0>

Za več informacij obiščite našo spletno

stran: [www.avp-rs.si](http://www.avp-rs.si)



**vozi mo  
pametno**  
AGENCIJA ZA VARNOST PROMETA