

2020-01 : informations de saison

Lavage des mains

Nous profitons pour vous rappeler qu'en ces périodes de grippe et autres virus, il est bien important de se laver les mains. Dans certains services, des solutions hydro-alcooliques sont installées à différents endroits et dans d'autres, elles sont à disposition auprès des ambadrices/eurs. N'hésitez donc par à leur poser la question en cas de besoin. Ci-dessous, vous trouverez un exemple des bons gestes pour se laver les mains.



Fixations de ski : le bon réglage pour la saison d'hiver

Faire vérifier son matériel par un spécialiste est un passage obligé pour qui veut réduire son risque de blessures à ski. Le réglage des fixations dépend de différents facteurs: taille, poids, âge, longueur des semelles des chaussures et type de skieur.

Il devrait être vérifié chaque année. Votre équipement de ski n'a pas, ou que très peu, vu la neige l'année dernière? Aucune importance. L'usure des chaussures, la dégradation naturelle des matériaux ou encore les conditions de rangement sont autant d'éléments qui peuvent compromettre le déclenchement des fixations.

Une visite dans un magasin spécialisé s'impose donc. Avec la vignette de ski du BPA, le commerçant garantit que les fixations ont été réglées et contrôlées correctement.

Vous trouverez plus d'informations à ce sujet dans nos conseils «Réglage des fixations de ski» sur bpa.ch.

Pour votre sécurité

- Avant chaque saison, faites régler vos fixations de ski dans un magasin spécialisé et faites-les contrôler sur un appareil spécifique.
- Apportez vos chaussures de ski pour le contrôle des fixations.
- Indiquez correctement votre taille, votre poids, votre âge et votre manière de skier (type de skieur).
- Demandez le justificatif établi par l'appareil de contrôle du réglage ainsi que la vignette de ski du BPA.