

# Du klarar dig utan bilbälte

- om du kör högst 7 kilometer i timmen



TRAFIKVERKET



**"Jag ska ju inte så långt  
och jag kör ju inte så fort."**

**Tänker du också så?**

Men det behöver inte gå så fort för att skadorna vid en kollision utan bälte ska bli allvarliga. Redan vid hastigheter under 50 km/tim slår du med stor kraft i ratten, vindrutan eller andra delar av bilen. Resultatet kan bli ögonskador, hjärnskakning, skärsår i ansiktet, utslagna tänder eller krossad näsa. Du riskerar också skador på t ex bröstorg och knän. I värsta fall skador som är dödliga. Bara för att du inte tog på bilbältet. Ja, bilbältet kan vara hela skillnaden mellan att du kommer hem till de dina eller inte.

Och glöm inte passagerarna i baksätet. De måste också ha bälte på sig, för sin egen skull och för din. Den som inte har bälte på sig kastas framåt med väldig kraft vid en kollision, nog för att slå ihjäl den som sitter framför.

Utan bälte klarar du i bästa fall en krock i ungefär 7 km/tim, förutsatt att du är beredd på kollisionen och är tillräckligt stark för att kunna ta emot dig.

Tänk på att en krockkudde inte ersätter bilbältet. Krockkudden är däremot ett bra komplement.

**Det är så lätt att sätta på bilbältet  
– och det betyder så mycket.  
Använd alltid bilbältet.**



90

### 10 våningar

Att frontalkrocka i 90 kilometer i timmen är som att falla från tionde våningen.

70

### 6 våningar

Att frontalkrocka i 70 kilometer i timmen är som att falla från sjätte våningen.

50

### 3 våningar

Att frontalkrocka i 50 kilometer i timmen är som att falla från tredje våningen.

30

### 1 våning

Att frontalkrocka i 30 kilometer i timmen är som att falla från första våningen.

**Det kroppen utsätts för vid en krock i 70 km/tim motsvarar ett fall från sjätte våningen i ett höghus. 50 km/tim motsvarar ett fall från tredje våningen.**

# Alla måste använda bälte

Du måste använda bilbälte när du åker bil. Barn som är kortare än 135 cm ska använda babyskydd, bilbarnstol, bältesstol eller bälteskudde. Vilken typ av sådan "särskild skyddsanordning" som barn ska använda beror på deras längd. Koppla ur passagerarplatsens krockkudde om du använder "särskild skyddsanordning".

Barn bör sitta i en bakåtvänd bilbarnstol tills de är minst 4 år. Det minskar skaderisken med 90 procent. Förutsättningen är att stolen monteras in på rätt sätt. Läs bruksanvisningen som följer med när du köper stolen. Upp till 10–12 års ålder bör barnen sedan använda bältesstol eller bälteskudde enligt vad läkare och forskare rekommenderar. Det beror på att barnen behöver lyftas upp för att bilbältet ska kunna skydda kroppen, eftersom skelettet inte är färdigutvecklat hos yngre barn.

När barn är tillräckligt stora för att sitta utan särskild skyddsanordning behöver de ändå hjälp att sträcka bältet rätt: nära halsen, över bröstbenet och ner över låren, inte över magen. För vuxna ska bältet sitta på samma sätt. Ju närmare kroppen desto bättre skydd. Försök att lätta på tjocka ytterplagg och dra bältets "höftdel" under ytterkläderna.

## Bältespåminnare

I många nyare bilar finns bältespåminnare. Den ger signal med ljud och ljus om du glömmer att sätta på dig bältet. Det vanligaste är bältespåminnare för förarplatsen, men i många bilar finns det också påminnare på passagerarplatsen fram. I vissa modeller kan du som förare även få veta om passagerarna i baksätet har på sig bältet. Ett effektivt sätt att få alla att alltid använda bilbälte!



**TRAFIKVERKET**

Trafikverket, 781 89 Borlänge, Besöksadress: Röda vägen 1  
Telefon: 0771-921 921, Texttelefon: 0243-750 90

[www.trafikverket.se](http://www.trafikverket.se)

Ett samarbete med:



**Polisen**

