

Vill du som lärare:

- Få lugnare elever i undervisningen
- Bättre kamratskap i klassen
- Gladare barn som orkar mer
- Bidra till en bättre miljö
- Minskad biltrafik runt skolan

Då kan "vandrande eller cyklande skolbuss" vara något för dig. Barnen går tillsammans, med eller utan föräldrar, beroende på ålder och andra omständigheter.

När barnen går i mellanstadiet kan de också i vissa fall börja cykla till skolan.



I projektet Barn på väg till skolan samverkar kommuner i Västra Götaland för att förmå barnen och deras föräldrar att ta sig till skolan på ett miljöanpassat, hälsosamt och säkert sätt.

Det är ett samarbete mellan Hållbar utveckling Väst och Vägverkets KUSTOM-projekt.

KUSTOM står för Kommunsamverkan om trafiksäkerhet & miljö. Vägverket Region Väst och ett antal kommuner i Västra Götaland, Värmland och Halland samverkar om trafiksäkerhet och miljö.

För att ta del av goda exempel och få veta vem som driver de här frågorna i din kommun se www.hutvast.se delprojektet Barn på väg eller kontakta Sanna Hambeson 031-701 05 70, e-post: sanna.hambeson@hutvast.se eller Lars Johansson 0708-48 72 20.



Gå i skolan blir roligare när man går till skolan.

Att gå eller cykla till skolan gör barnen piggare och friskare, minskar biltrafiken och ger bättre luft åt alla.



Vill du som förälder:

- Ha glada, friska barn
- Stärka deras relationer till kompisarna
- Frisk luft och motion till ditt barn
- Bättre kamratskap i klassen
- Röra på dig tillsammans
- Bidra till en bättre miljö
- Lättare få iväg ditt barn på morgonen
- Säkrare väg till skolan
- Minskad biltrafik runt skolan

Välkommen att starta "Vandrande eller cyklande skolbussar" du också! Vi hjälper dig!

Så här gjorde Torslandaskolan

"Kan själv – vill själv"

Ett exempel på "vandrande skolbuss" från en mellanstadie-klass i Torslanda utanför Göteborg visar att barnen vill gå till skolan. Även om vädret är dåligt, kallt och snöigt. Den "vandrande skolbussen" har blivit viktig för barnen på flera sätt. Promenaden med kompisarna är så rolig och betyder så mycket, att de gärna avstår den bekväma bilen. De hinner rasa av sig på vägen, får frisk luft och motion och kan ta skoldagen med större lugn.

Så långt om man lyssnar till barnen. Men vad säger föräldrarna?

"Tänk, jag slipper tjata!"

Så säger mamman till Mathilda i femman på Torslandaskolan. Mathilda har 1,5 km skolväg och är oftast först i "bussen".

Hon startar och möter sedan sina kompisar som stöter till utmed vägen.

Inget tjat om att bli körd. Att träffa kompisarna är viktigare – och roligare.

"Barnen får frisk luft på vägen till skolan. Och de känner säkert själva att de mår bra av det.

Det storartade med vandrande skolbuss är att de bygger helt på

barnens egen vilja. De sköter allt själva. Och plötsligt blir de självständiga när det gäller att stiga upp, äta frukost och klä på sig i tid. Alltså en lugnare morgon för hela familjen".

Det finns även cyklande bussar, som fungerar på samma sätt.

Plus & Minus?

Fördelarna är många och viktiga som framgår av Torslanda-berättelsen. Kamratskapet stärks, ingen behöver känna sig utanför. Dessutom har man noterat att pojkar och flickor



Barn som går eller cyklar till skolan ger en tryggare trafikmiljö

Läs mer på www.hutvast.se

Från vänster: Linn Gustavsson, Gustav Kollberg, Adam Gustavsson, Nils Kollberg från Furuhällsskolan, Härryda kommun. Foto: G Brissman

blivit bättre kompisar. Barnen kan koncentrera sig bättre på skolarbetet. Trafikmiljön vid skolan, och luften, har blivit bättre genom färre bilar. Och lugnare mornar hemma bidrar till barnens välbefinnande.

Men den viktigaste effekten kanske är att barn får sitt självförtroende stärkt genom att få visa att de kan själva.

Nackdelar är svåra att hitta. I vissa fall får en förälder ta hand om den vandrande skolbussen. Det gäller i de lägre klasserna, men som exemplet visar, så klarar de sig själva redan från femman och den uppgiften kan cirkulera bland föräldrarna (eller morfar, mormor...). Kan det vara en nackdel?

(Referat ur nyhetsmagasinet Nya Vägval Nr 1.2006, utgiven av Trafikkontoret Göteborgs Stad och Lundby Mobility Center).

Goda vanor skapas före 13 års ålder

En individs rörelsemönster lärs in till 90 procent före 13 års ålder. Att gå eller cykla till skolan gör barnen piggare och friskare, minskar biltrafiken vid skolorna och ger bättre luft för alla!

Fysisk inaktivitet är det största hotet mot folkhälsan, större än både alkohol, rökning och narkotika tillsammans. Fysisk inaktivitet är en större riskfaktor än övervikt.

Det börjar på väg till skolan.

Gå eller cykla tillsammans är roligt!

Det pratas mycket om hur skolbarnen tar sig till skolan. Om hur alltför barn blir skjutsade av sina



föräldrar. Det pratas om barns ohälsa och fetma, om trängsel och farliga miljöer runt skolan, om växthuseffekten och om att barnen tvingas andas in farliga avgaser.

Det räcker med en snabb promenad 30 minuter om dagen eller tre tiominuterspass för att få förbättrad hälsa. Att gå eller cykla till skolan (eller jobbet) är ett mycket bra sätt att få regelbunden fysisk aktivitet.

(Källa: Folkhälsainstitutet)

I många kommuner runt om i landet pågår just nu ett intensivt arbete med att försöka förändra attityder och beteende så att barnens väg till skolan blir mer miljöanpassad, hälsosam och trafiksäker.

Foto: Vägverket/Jeanette Larsson, rund bild foto: Johan Thorer

