

## Bilaga 1: Enkät om resvanor

Namn:.....

.....

### Enkät om resvanor

På skolan pågår just nu ett arbete med att ta fram en skolreseplan. En skolreseplan ska lyfta fram frågor att arbeta med när det gäller trafiksäkerhet, hälsa och hållbart resande. För att få en så korrekt bild som möjligt är det viktigt att alla lämnar in enkäten. Enkäten riktar sig till barn och föräldrar i åk x-x. Fråga 1- 6 är frågor till barnen där föräldrarna gärna får hjälpa till och frågor 6- 13 är riktad till föräldrar.

#### Kryssa i det svar som passar bäst:

##### 1- Ungefär hur långt har du till skolan?

- |                 |                       |               |                       |
|-----------------|-----------------------|---------------|-----------------------|
| Mindre än 500 m | <input type="radio"/> | 2,1 km – 3 km | <input type="radio"/> |
| 500m – 1 km     | <input type="radio"/> | mer än 3 km   | <input type="radio"/> |
| 1,1 km – 2 km   | <input type="radio"/> |               |                       |



##### 2- Hur tar du dig oftast till skolan? (kryssa i ETT alternativ)

- |                            |                       |                          |                       |
|----------------------------|-----------------------|--------------------------|-----------------------|
| Går själv                  | <input type="radio"/> | Cyklar med vuxen         | <input type="radio"/> |
| Går med kompisar           | <input type="radio"/> | Åker skolskjuts          | <input type="radio"/> |
| Går tillsammans med vuxen  | <input type="radio"/> | Åker kollektivt          | <input type="radio"/> |
| Går med vuxen och kompisar | <input type="radio"/> | Bli skjutsad med bil     | <input type="radio"/> |
| Cyklar själv               | <input type="radio"/> | Bli skjutsad med bil     | <input type="radio"/> |
| Cyklar med kompisar        | <input type="radio"/> | med kompisar (samåkning) |                       |

##### 3- Om du fick välja hur skulle du vilja ta dig till skolan? (kryssa i ETT alternativ)

- |                           |                       |                       |                       |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Gå själv                  | <input type="radio"/> | Cykla med vuxen       | <input type="radio"/> |
| Gå med kompisar           | <input type="radio"/> | Åka skolskjuts        | <input type="radio"/> |
| Gå tillsammans med vuxen  | <input type="radio"/> | Åka kollektivt        | <input type="radio"/> |
| Gå med vuxen och kompisar | <input type="radio"/> | Bli skjutsad med bil  | <input type="radio"/> |
| Cykla själv               | <input type="radio"/> | Bli skjutsad med bil  | <input type="radio"/> |
| Cykla med kompisar        | <input type="radio"/> | med kompisar (samåka) |                       |

##### 4- Skulle du vilja gå med i en vandrande skolbuss där flera barn och en vuxen går tillsammans till skolan?

JA  NEJ  om nej, varför inte?

##### 5- Vad är det bästa på din skolväg?

##### 6- Är det något du inte tycker om på din skolväg?

##### 7- De gånger ditt barn går/cyklar till/från skolan, vad är anledningen till detta?

Kryssa för ALLA alternativ som stämmer in på frågan – komplettera gärna med egna ord!

- |   |                       |   |                       |
|---|-----------------------|---|-----------------------|
| Det är det snabbaste sättet till skolan                               | <input type="radio"/> | Barnet får sällskap av sina kompisar      | <input type="radio"/> |
| Ingen har möjlighet att skjutsa barnet                                | <input type="radio"/> | Det är bra för barnets hälsa att gå/cykla | <input type="radio"/> |
| Barnet går i en "vandrande skolbuss" (dvs en vuxen följer flera barn) | <input type="radio"/> | Det är bättre för miljön att gå/cykla     | <input type="radio"/> |

Annat skäl, vänligen specificera:

**8-De gånger ditt barn skjutsas till/från skolan, vad är anledningen till det?**

Kryssa för ALLA alternativ som stämmer in på frågan – komplettera gärna med egna ord!

- |   |                       |   |                                  |
|---|-----------------------|---|----------------------------------|
| Lämnades/hämtades på väg till/ från annat mål | <input type="radio"/> | Trafiken är för farlig för att låta barnet gå/cykla                               | <input checked="" type="radio"/> |
| Dåligt väder                                  | <input type="radio"/> | Barnet är för litet för att gå eller cykla ensam                                  | <input type="radio"/>            |
| Tidsbrist                                     | <input type="radio"/> | Vägen känns för otrygg (syftar på annat än trafiken) för att låta barnet gå/cykla | <input type="radio"/>            |
| Barnet hade mycket packning                   | <input type="radio"/> |   |                                  |
|   |                       | Avståndet till/från skolan är för långt för att låta barnet gå/cykla              | <input type="radio"/>            |

Annat skäl, vänligen specificera :

**9- Hur många dagar i veckan skjutsas i genomsnitt ditt barn till skolan?**

\_\_\_\_\_gånger i veckan

**10- Hur många dagar i vecka skjutsas i genomsnitt ditt barn från skolan?**

\_\_\_\_\_gånger i veckan

**11- Om du skjutsar ditt barn till skolan skulle du kunna tänka dig att lämna av barnet vid en avlämningsplats en bit från skolan så att antalet bilar runt skolan minskar**

JA  NEJ

Om nej, varför inte?

**12- Skulle du vilja vara med i en vandrande skolbuss och turas om med andra vuxna att en gång i veckan följa ditt och andras barn till skolan?**

JA  NEJ

Om nej, varför inte?

**13- Skriv gärna synpunkter och funderingar kring ditt barns skolväg:**

Tack för din medverkan!



## Bilaga 2: Resebarometer

# Resebarometer

**GÅ OCH CYKLA  
TILL SKOLAN!**



### Så här gör du

I schemat nedan fyller du i ditt namn, adress, skola, klass och klasslärare. Varje dag sätter du ett kryss för hur du tar dig till och från skolan.

- att åka kollektivt betyder att man åker buss, tunnelbana, skolskjuts etc.
- att samåka betyder att flera kompisar åker i samma bil.

### Varför ska man gå och cykla till skolan

När vi rör oss får vi starkare muskler och bättre kondition – vi orkar mera. Utelek och idrott gör det lättare att koncentrera sig på skolarbetet.

Det är inte bara du som blir friskare av att cykla eller gå till skolan istället för att åka bil utan även miljön. Vad väljer du?

Namn: .....

Adress: .....

Be någon vuxen uppskatta avståndet till skolan:

mindre än 500 m  500-1000 m  1 - 3 km  mer än 3 km

Skola: .....

Klass: .....

Klasslärare: .....

Vecka: .....

Till skolan					
	Går	Cyklar	Åker kollektivt	Åker bil	Samåker
Måndag					
Tisdag					
Onsdag					
Torsdag					
Fredag					

Från skolan/fritids					
	Går	Cyklar	Åker kollektivt	Åker bil	Samåker
Måndag					
Tisdag					
Onsdag					
Torsdag					
Fredag					

## Bilaga 3: TIPS

### \* Engagera elever

Barn och unga har en viktig roll i utvecklingen av ett hållbart samhälle. Öka barns delaktighet i arbetet. Att engagera eleverna i arbetet är en viktig pusselbit för att lyckas. Engagera eleverna i bla trafikundersökningen, val av avlämningsplatser och vid hastighetsmätningar. Elever ska delta i resonemang om hur de upplever sin skolväg.

### \* Information om alternativa färdmedel

Se till att information om Trafikmiljön och resan till och från skolan blir en naturlig punkt att prata om vis skolstarten.

Inför varje skolstart träffar rektorn/ pedagogen föräldrarna till de barn som ska börja i skolan. På detta möte kan rektorn/ pedagogen berätta om skolans arbete med säker skolväg, att skolan eleverna helst ska gå till skolan samt informerar om de olika möjligheter som finns för att ta sig till skolan; gå med egen förälder, gå med kompisar, gå med vandrande skolbuss, att åka kollektivt, att använda avlämningsplatser och samåkning etc. Även informationsmaterial om vandrande skolbuss och avlämningsplatskartor delas ut.

### \* Alla kan bidra

Var tydlig med att kommunicera att alla kan bidra till att trafiken kring skolan minskar. Alla föräldrar har inte möjlighet att gå och cykla med sina barn till skolan, eller att låta barnen gå själva eller med vandrande skolbuss. För att öka engagemanget och undvika en känsla av ”vi- och -dom”, både hos föräldrar och barn, är det viktigt att engagera och ge alternativ till alla. Målet är en säkrare skolmiljö för barnen. Information om samåkning och användning av avlämningsplatser är viktigt för föräldrar som inte har möjlighet att ställa bilen.

### \* Avlämningsplatser

Innan ni går ut till föräldrar och uppmuntrar att de ska sluta skjutsa så måste det finnas alternativ. Ett bra alternativ för de som bor längre bort och behöver bilskjuts är att ha avlämningsplatser en bit/några kvarter bort från skolan där föräldrar kan lämna sina barn och att de sedan går ensamma eller tillsammans med sina föräldrar till skolan.

Trafikmiljön blir bättre för alla om barn som blir skjutsade till skolan släpps av en bit därifrån.

Engagera eleverna i arbetet med att hitta lämpliga platser. Frågor om avstånd, varför det är bra med avlämningsplatser och hur långt eleverna är beredda att gå, kan diskuteras.

Bra sätt att uppmärksamma att skolan har nya avlämningsplatser är att gå ut med information till alla föräldrar exempelvis genom veckobrev. Skolan kan även ha en invigning där eleverna får gå tillsammans med sina lärare till avlämningsplatserna. På så vis vet både elever och pedagoger på skolan var avlämningsplatserna finns. Ny information om avlämningsplatserna bör även gå ut vid varje terminsstart, dels för att informera nya elever och föräldrar men även för att påminna om att skolan rekommenderar avlämningsplatserna framför att lämna vid skolan.

### \* Vandrande skolbuss

Ett bra alternativ om barnen inte ska gå själva till skolan är att få igång vandrande skolbussar.

En Vandrande skolbuss är ett organiserat samgående där flera familjer turas om att följa sina egna och andras barn till och/eller från skolan.

Fördelarna med vandrande skolbuss är många, bland annat innebär det att föräldrar får mer tid eftersom de kan turas om att gå med barnen, att trafiken kring skolan minskar, att barnen rör på sig mer och lär känna sin närmiljö. En annan viktig aspekt är att barnen får träning i att vistas i trafiken. Dessutom är det bra för miljön och barnen blir mer koncentrerade på skolarbetet. Smart!

Äldre barn kan förstås ha en ’buss’ utan vuxen.

### \* Bilfria veckor

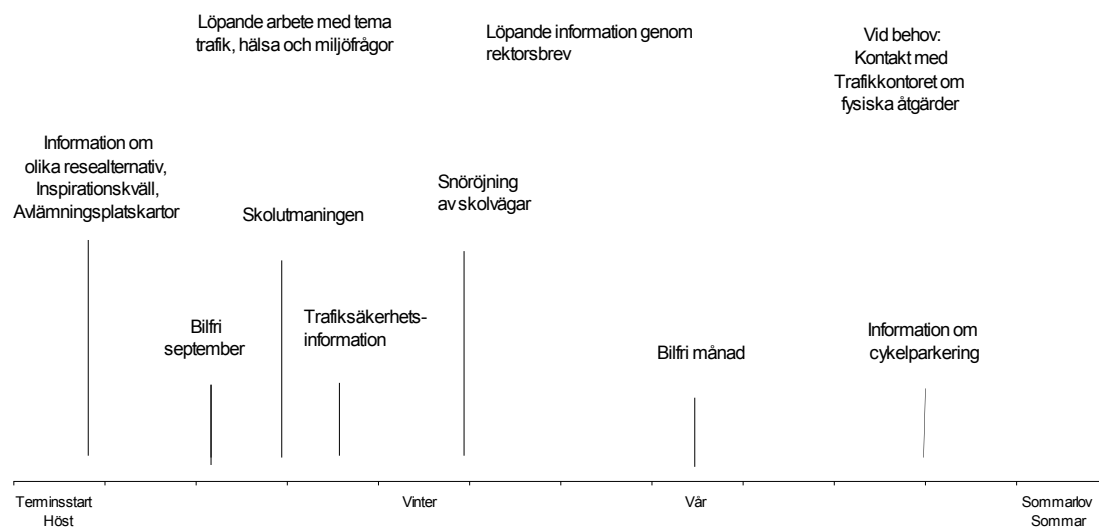
”Bilfria veckor” är precis vad namnet anger. Tanken är att bilfria veckor ska få fler barn och föräldrar att prova ett nytt resealternativ och få in nya mönster i morgonrutinerna och så småningom ändra sina vanor permanent.

### \* Banderoller

Banderoller kan sättas upp vid entrén som en påminnelse och inspiration för andra skolor i området med texten ”**Bilfriaveckor på xx skolan**”.

### Exempel

## Principskiss över aktiviteter under ett läsår på Ålstensskolan i Stockholm



### Huvudansvar för respektive aktivitet

*Information om olika resealternativ* – Från början i projektet var det Trafikkontorets ansvar. Det blev senare skolans och rektorns ansvar att informera om detta.

*Inspirationskväll* – Föräldraalliansen<sup>1</sup>, föräldraföreningen och Trafikkontoret.

*Avlämningsplatskartor* - Trafikkontoret

*Bilfri september*, den bilfria månaden - Trafikkontoret och föräldraföreningen i samverkan från start. Nu har föräldraföreningen och skolan ensamt ansvar.

*Skolutmaningen*<sup>2</sup> - Trafikkontoret

*Trafiksäkerhetsinformation* – Trafikkontoret i samarbete med NTF

*Snöröjning av skolvägar* – Trafikkontoret

*Bilfri månad* – Föräldraföreningen och skolan

*Information om cykelparkering* – Trafikkontoret

<sup>1</sup> Föräldraalliansen i Stockholms Stad– FISS är ett forum för alla föräldrar, föräldraföreningar och föräldraråd.

<sup>2</sup> Skolutmaning - Gå och cykla till skolan: varje vår utmanat alla skolor, från förskolan till årskurs 6, att under minst två veckor gå eller cykla till skolan.

## Bilaga 4: Inspirationsmaterial

Material som använts i processen har tagits fram i samarbete med andra aktörer och tillsammans med pedagoger, föräldrar och elever.

- **Varje steg gör gott!** – En film om vad en vandrande skolbuss innebär. Barn, föräldrar och lärare i en förortsskola berättar om sina erfarenheter av att gå tillsammans. Den elva minuter långa filmen kan beställas från trafikkontoret i Stockholms stad eller ses på [www.stockholm.se/barntrafiken](http://www.stockholm.se/barntrafiken) under rubriken vandrande skolbuss.
- **Vandrande skolbuss ”så här gjorde vi”** - Folder där familjer berättar om sina erfarenheter om Vandrande skolbuss.
- **Fakta** - Fakta om fysisk aktivitet och dess effekter på hälsa och inlärning.
- **Handledning till skolor** med fakta om trafik, miljö och hälsa samt förslag på hur man kan arbeta i skolan .
- **Resebarometer-** Detta är ett verktyg som tagits fram som ett stöd för undersökning av elevers resvanor. Elever fyller i under en veckas tid där de redovisar hur de tagit sig till och från skolan. Bra som årlig uppföljning efter den resvaneundersökning som genomförts vid arbetets början.
- **Världskarta ”Vi går och cyklar världen runt” samt inspiration till aktiviteter**  
En karta med special framtagna illustrationer för att uppmuntra elever att gå och cykla och för att få en diskussion om hur barnen tar sig till och från skolan.
- **Affisch ”hur tar du dig till skolan”.** Affischen kan användas i samband med aktiviteter och teman och få ingång en diskussion om trafik och hälsa i klassen för att koppla barnens skolresor till andra aktuella frågor. Många tips hittar ni på baksidan
- **Ressmart- lopp**an där elever kan vika sin egen loppa som handlar om smarta resor.
- **Skyltar för Vandrande skolbuss och Avlämningsplats**
- **Mall för Skolreseplan:** Attityd- och beteendepåverkande aktiviteter och fysiska åtgärder sammanställs i en skolreseplan i syfte att skapa kontinuitet i arbetet för att öka andelen barn som går och cyklar till skolan.

Allt material ovan kan laddas ner från hemsidor:

[www.stockholm.se/barntrafiken](http://www.stockholm.se/barntrafiken)

[www.huddinge.se/sakersskolvag](http://www.huddinge.se/sakersskolvag)

[www.nynashamn.se/sakraskolvagar](http://www.nynashamn.se/sakraskolvagar)