



vi går eller cykler

hinker eller ruller

til og fra skole

- Det er sundt at bevæge sig og man får energi til at lære mere
- Det giver færre biler ved skolen og børn kan færdes sikkert i trafikken
- Vi sparer CO₂ ved at bruge bilen med omtanke

Bilfri zone

Projektet "Bilfri Skole" skal fremme en mere fysisk aktiv transport til skole. Alle elever opfordres derfor til at gå og cykle til skole, hvis man bor indenfor en radius af 2,5 km fra skolen. Cykel og gang-zonen er indtegnet på vedlagte oversigtskort.

På nogle skoler afprøves evt. en regulering af trafikken omkring skolen. Se bagsiden af folderen for at se de særlige forhold ved jeres skole.

For forældre til børn i de mindre klasser (0. – 4. klasse) kan det være en anledning til at træne med jeres børn i trafikken.

Hvordan?

■ Planlæg hvordan I kommer til og fra skole uden brug af bil

- er det muligt at dit barn kan lære at gå eller cykle til skole selv? Det giver stor selvtillid og frihed.
- er det muligt at der kan laves aftaler forældrene i mellem om at følges med de børn der bor i nærheden af hinanden?
- kan du selv følge andres børn, hvis du alligevel går vejen?

■ Træning i trafikken

- vælg den mest sikre rute
- tal med dit barn om trafikken når I går og cykler
- lær dit barn at færdes i lokalområdet på den mest sikre måde



Gode vaner

De gode vaner skal starte tidligt og følges op gennem ungdomsårene.

Langt de fleste børn og unge i Køge Kommune går eller cykler til og fra skole. Men det skal være tryggere at færdes i trafikken.

Undersøgelser viser at de børn, der bliver kørt til skole bevæger sig mindre gennem hele dagen end de børn der går eller cykler til skole. Samtidig viser flere og flere forskningsresultater at daglig motion forbedrer vores koncentrationsevne markant.

Sundhedsstyrelsen anbefaler at børn er fysisk aktive 60 minutter om dagen.

Start derfor dagen med at komme aktivt til skole, og fortsæt med at være aktive resten af dagen.

Her ser I jeres skole

- Elever der har mindre end 2,2 km til skolen opfordres til at cykle og gå i skole. Se det store oversigtskort.
- 3.-7. maj vil det ikke være muligt at benytte parkeringspladsen ved skolen og heller ikke kys & køj pladsen foran skolen. Gå eller ta' cyklen i stedet for.

→ Kontaktperson

Skoleleder,
Jørgen Erik Christensen,
tlf. 28792702



Asgård Skole

Parkeringspladsen er spærret fra kl. 7.30-16. Køjsal kun tilgængeligt for ansatte ved Asgård Skole.

Kys og køj er spærret



Norsvej



KØGE KOMMUNE



Supported by



“Bilfri skole” gennemføres i et samarbejde mellem Køge Kommune, Det Grønne Hus og de seks skoler.

Projektet er udsprunget af “Handlingsplan for udmøntning af Køge Kommunes Sundhedspolitik” samt trafikprojektet ProMotion.

Se mere på www.detgroennehus.dk



Kampagnen med Bilfri Zone omkring

- Alkestrup Skole
- **Asgård Skole**
- Ejby Skole
- Hastrupskolen
- Holmebækskolen
- Herfølge Skole

3. maj
til 7. maj
2010