

Skolvägen – en del av skoldagen

I Eskilstuna reser de flesta barn hållbart till skolan. Det betyder att de går, cyklar eller åker buss. Det lägger grunden för hälsosamma och hållbara vanor i framtiden.

Att inleda dagen med att röra på sig påverkar skolresultaten positivt. Om ditt barn går eller cyklar hela eller delar av skolvägen kommer en stor del av den rekommenderade dagliga fysiska aktiviteten automatiskt. Barn som cyklar till skolan är mer pigga i slutet på dagen och barn som tar sig till skolan själva mår bättre och är mer kreativa.¹

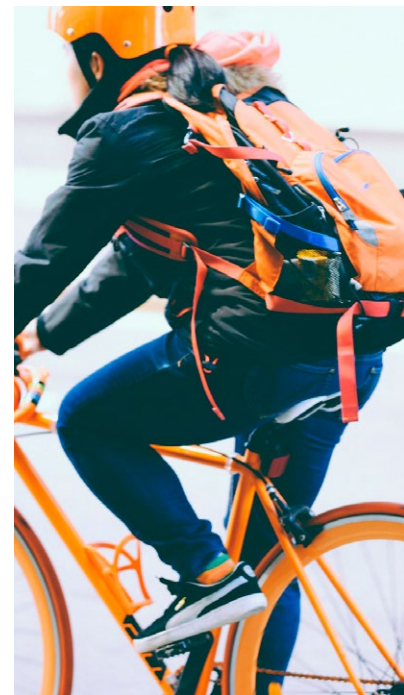


Gå eller cykla till skolan

Gå eller cykla skolvägen tillsammans med ditt barn. Prova fler vägar och hitta den som är roligast, lättast och mest trafiksäker, som både du och ditt barn känner er trygga med. Passa gärna på att göra det lärorikt, och förklara vilka regler som gäller på vägen. Tänk på att nämna att alla inte följer reglerna och att det är viktigt att vara uppmärksam.

När ni väljer skolväg är förutsättningarna olika, beroende på om ni går eller cyklar. En väg kan vara bättre för gång medan en annan är mer lämpad för cykel.

Cykelkarta hittar du på eskilstuna.se/cykla



Åka buss till skolan

Om ditt barn åker buss till skolan så ta gärna en provtur tillsammans med ditt barn så att du kan känna dig trygg med att ditt barn vet hur hen ska bete sig, särskilt vid av- och påstigningar. I Eskilstuna får alla elever en bussåkarutbildning i årskurs 2.

Busstider hittar du på sormlandstrafiken.se och i Sörmlandstrafikens app. Ladda hem appen så kan du följa bussen i realtid och enkelt köpa biljett när du ska resa med ditt barn.

Frihet med buss – elevkort

Alla elever som är folkbokförda i Eskilstuna kommun får ett elevkort laddat med fyra bussresor per dag som även gäller på helger. Det ger ditt barn frihet och möjlighet att ta sig till kompisar och fritidsaktiviteter på egen hand. Elevkortet kan laddas på med fler resor.



Psst! Om du måste skjutsa ditt barn, kom ihåg att du är en del av barnets trafikmiljö. Föregå med gott exempel och kör inte hela vägen fram till skolan. Då bidrar du till en mer trafiksäker miljö och hjälper samtidigt ditt barn till självständighet och nyttiga vanor.

¹ Jessica Westmans studie om hur färd sätt och aktiviteter påverkar barns välmående och prestation i skolan, 2018-01-12, Karlstad universitet