

På vej til skole

TrygFonden

RÅDET FOR
SIKKER TRAFIK





Skoledagen starter allerede på vej til skole

En god tommelfingerregel siger, at omkring 10-12-års alderen kan børn selv overskue trafikken.

Den første skoledag bringer mange oplevelser og indtryk med sig, og vejen til skolen er ingen undtagelse. Men for at komme sikkert i skole hver dag, er det vigtig, at dit barn tidligt får en god trafikadfærd og er tryk på skolevejen.

► Gode råd

- Træn skolevejen både før og efter skolestart med dit barn.
- Vælg den sikreste skolevej.
- Gå ned i knæ og se trafikken i børnehøjde, når du træner med dit barn.
- Vær en god rollemodel for dit barn, når I færdes i trafikken.

På gå-ben

Vælg en sikker skolevej for dit barn. En sikker skolevej er ikke nødvendigvis den korteste vej, men den hvor I skal krydse vejen færrest gange. Undersøg om der på skolevejen er en gangsti, tunnel eller andet, som dit barn kan benytte.

Træn skolevejen med dit barn og begynd allerede i sommerferien. Vær særlig opmærksom på at træne kryds over vejen og lær dit barn at se sig godt for både til højre og venstre, forfra og bagfra. Lær også dit barn at se efter biler, der svinger om hjørnet.

Lav regler. Begræns det til få men enkle regler, som fx kig dig altid for selvom lyssignalet viser "grøn mand gå". Aftal en sikkerhedszone, hvis dit barn skal krydse en vej. Vælg to punkter fx en postkasse og en forretning, hvor dit barn først må krydse vejen, når der ingen biler er mellem de to punkter.

Bemærk, at der er forskel på trafikmængden foran skolen i sommerferien og efter skolestart.

► Synlighed

Ved parkerede biler er det vigtigt, at dit barn lærer at gå helt frem til yderkanten af bilerne for at se sig for. Dermed får barnet bedre udsyn, og bilisterne kan se dit barn. Findes der ikke fortov på skolevejen, er det særlig vigtigt, at du lærer dit barn at gå i venstre side af vejen, så langt væk fra trafikken som muligt.

Gør dit barn synlig med reflekser og gerne flere af dem. Vælg altid godkendte reflekser. Hæng reflekserne så lavt, at billygternes lys kan fange den.

Huskeregel: Dit barn skal altid gå i venstre side af vejen, så det kan se forlygterne på modkørende biler.

Reflekser skal være mærket med EN 13356 for at opfylde de tekniske krav, så refleksen kan ses på 140 meters afstand. Form og farve afhænger af jeres smag og behov, vær dog opmærksom på, at print ikke reflekterer lyset. Vask og vedligehold jævnligt reflekserne og udskift dem efter behov.

På cykel

Forudsætningen for, at dit barn kan cykle i skole, er, at barnet kan beherske en cykel. Det betyder, at dit barn skal kunne styre, bremse og svinge udenom uden at miste balancen eller blive forskrækket. På cykel bevæger barnet sig ud på vejen og med større hastighed. Det gør, at der er mange flere ting, som kræver dit barns opmærksomhed. Derfor er det vigtigt, at I cykler sammen, så barnet får den nødvendige træning, før du sender det af sted på egen hånd.



REFLEKSER

På cyklen skal der være en hvid refleks, der er synlig forfra, en rød refleks der er synlig bagfra og to gule reflekser på hver pedal. Desuden skal hjulene have reflekser på egerne eller hvide reflekterende dæk- eller fælgsider.

LÅSEN

Du har pligt til at låse din cykel, når du forlader den. Forsikringsselskaberne kræver, at låsen skal have Varefakta.

RINGEKLOKKE

Ringeklokken skal lyde klart og tydeligt og være anbragt på styret. Cyklen må ikke være forsynet med andre signalapparater, da andre cyklister skal kunne genkende ringeklokkesignalet.

CYKELLYGTER

Når det er mørkt, tåget eller, der er lav sigtbarhed, skal du køre med lys på cyklen. Lygterne skal kunne ses tydelig på 300 meters afstand og være synlige fra siden. Forlygterne skal være hvide, gule eller med blåligt lys. Hvide og blålige lygter må gerne blinke, de gule må ikke. Baglygterne skal være røde og må gerne blinke. Det er en god ide at montere lygter, der blinker, når hjulet drejtes rundt, men vælg altid lygter, der også blinker, når cyklen holder stille fx ved rødt lys.



KÆDEN

Kæden skal smøres jævnligt og må ikke være rusten. Den skal være strammet sådan, at den ikke bevæger sig mere en 2-3 cm op og ned på midten.

BREMSE

Der skal være bremses på begge hjul. Det kan enten være to håndbremses eller en fodbremse kombineret med en håndbremse. Kontroller jævnligt om bremsene virker og stram op eller smør dem om nødvendig.

Ifølge loven skal børn være mindst 6 år, før de må cykle alene i trafikken.

Husk cykelhjelm

Skulle uheldet være ude kan mange alvorlige skader undgås ved at have cykelhjem på. Den bedste måde at få dit barn til at bruge cykelhjem er ved selv at bruge den.

Kvaliteten af cykelhjelm kan svinge meget. For at være sikker på, at du har en god og sikker hjelm skal du sørge for at købe en, der er CE-mærket. Har hjelmen også godkendelsesmærket EN 1078, kan du regne med, at den lever op til den europæiske standard.



Hjelmen skal have den rigtige størrelse, så den dækker pande, baghoved og tindinger. Skift hjelmen ud, hvis den har fået et kraftigt slag. Brug kun hjelmen, når I cykler. Lær barnet ikke at lege med hjelmen på.



I bil

Det kan være nødvendigt at køre dit barn i skole. Men husk at børn, der altid bliver kørt i bil ikke får træning i at færdes i trafikken. Overhold skolens anvisninger og parker kun på de anviste pladser.

Morgenmyldretiden kan til tider virke lidt kaotisk. Derfor er det ekstra vigtigt, at du ikke kun sikrer, at dit eget barn kommer sikkert i skolen, men at du også er opmærksom på alle de andre børn på vejen.

De fleste ulykker sker ved hastigheder under 50 km/t, hvor sikkerhedsselen har størst effekt.

Spænd derfor altid dit barn fast. Også selv om der kun er kort vej til skolen.

Hent brochuren "Børn i bilen" på sikkertrafik.dk

Det koster et klip i kørekortet, hvis passagerer under 15 år ikke er spændt fast eller hvis børn under 135 cm ikke er spændt fast i godkendt sikkerhedsudstyr, der passer til højde og vægt.



Med skolebus

Hvis dit barn kører med skolebus til skole, skal du lære dit barn den sikreste vej til og fra busstoppestederne. Derfor er det vigtig at træne hele turen til skolen med dit barn. Gå hjemmefra i god tid, så I ikke skal løbe langs vejen.

► Stige på bussen

Vis dit barn, hvor det skal stå ved vejkanten eller på fortovet, så buschaufføren kan se dit barn, når han standser bussen.

► Stige af bussen

Særligt vigtigt er det, at dit barn lærer først at gå over vejen, når bussen ER kørt. Den skal være helt væk, så barnet kan se, om der kommer biler, og bilisterne kan se barnet.

Der må kun sidde et barn på hvert sæde, og er der sikkerhedsseler, skal disse bruges. Regler for befording af elever i folkeskolen findes i Folkeskoleloven, bekendtgørelse nr. 1049 af 28. august, § 26.

Fra skole til SFO eller fritidshjem

Husk, at børnene i denne sammenhæng ofte følges i flok og derfor er mere ukoncentreret end børn, der går alene.

Ligger skolefritidsordningen eller fritidsklubben ikke i på skolens område, er det vigtigt også at huske at træne denne vej med dit barn.

► Gode råd

- Træn vejen til SFO eller fritidshjem med dit barn lige så grundigt som selve skolevejen.
- Tal med dit barn om, at det er endnu vigtigere at være opmærksom på trafikken, når man er flere.
- Lær dit barn ikke at løbe eller lege i trafikken.
- Kontakt eventuelt skolen, skolefritidsordningen eller fritidsklubben for at få iværksat en følgeordning eller få lavet andre tiltag fx en trafikpolitik, som kan sikre vejen.

Trafikpolitik

Du har det primære ansvar for, at dit barn lærer at færdes sikkert i trafikken. Men skolen spiller også en rolle. Trafikundervisning er obligatorisk i skolen: du vil formegentlig opleve, at dit barn kommer til at deltage i en gå-prøve på de yngste klassetrin, en cyklistprøve på 6. klassetrin, og i de ældste klasser sættes fokus på de unges holdninger til at færdes i trafikken.

► Hvad er en trafikpolitik?

En trafikpolitik definerer, hvornår og hvordan der undervises i trafik, hvordan dit barn kommer sikkert til og fra skole, og hvad du kan gøre for at være en god rollemodel for dit barn i trafikken. Derfor anbefaler Rådet for Sikker Trafik, at alle landets skoler har en trafikpolitik.

► Har dit barns skole en trafikpolitik?

Hvis dit barns skole har en trafikpolitik, findes den ofte på skolens hjemmeside. Her kan du læse, hvad skolen gør for at ruste børn og unge til at færdes i trafikken, og hvordan du som forældre kan bakke op.

Hvis ikke I kan finde skolens trafikpolitik, så spørg skolelederen eller skolebestyrelsen.



5 gode råd

- ▶ **Træn skolevejen med dit barn**
 - både før og efter skolestart
- ▶ **Vælg den sikreste skolevej**
 - ikke nødvendigvis den korteste
- ▶ **Gør dit barn synlig i trafikken**
 - sæt reflekser på skoletaske og overtøj
- ▶ **Lær dit barn at bruge cykelhjelm**
 - vær selv et godt eksempel
- ▶ **Brug selen, når I kører i bil**
 - også på de korte ture

Rådet for Sikker Trafik og TrygFonden har indgået et ambitiøst samarbejde. Målet er at gøre børn og unge til bedre og mere sikre trafikanter ved hjælp af undervisning, træning, information og kampagner.



TrygFonden

Sammen om sikker trafik

Rådet for Sikker Trafik
Lersø Parkallé 111

2100 København Ø
Danmark

T +45 39 16 39 39
www.sikkertrafik.dk