

Kestävät koulumatkat

Aktiivisesti ja kestävästi kuljettu koulumatka on ilmastoteko!



KÄVELY

Kävely on helpoin tapa kulkea lyhyet koulumatkat, ja todellista arjen hyötyliikuntaa!

Vinkki! Kävele kouluun yhdessä kaverin kanssa!

Psst! Muista myös heijastin!

JOUKKOLIIKENNE

Joukkoliikenne on ympäristöystävällisempi vaihtoehto koulumatkoille kuin mopo, mopoauto tai auto. Se on myös helppoa ja mukavaa!

Joukkoliikennettä käyttämällä saat samalla myös hyötyliikuntaa, kun kävelet tai pyöräilet pysäkillä.

Psst! Joukkoliikenteessä saat myös omaa aikaa.

- Voit jutella kaverin kanssa, käyttää puhelinta, lukea kirjaa, kuunnella musiikkia tai podcastia, ja paljon muuta!

YMPÄRISTÖ

Henkilöautoilu aiheuttaa yli puolet liikenteen kasvihuonekaasupäästöistä.

Autoilusta aiheutuvia muita ympäristöhaittoja ovat esimerkiksi melu ja pienhiukkaset. Lisäksi autoilu on turvallisuushaitta sekä ihmisille että eläimille.

Jokainen voi vaikuttaa liikkumisesta syntyviin päästöihinsä valitsemalla vähäpäästöisemmän matkustusmuodon.

MUISTA!

Muista noudattaa liikennesääntöjä sekä olla tarkkaavainen liikenteessä. Huomioi erityisesti tien ylitykset ja käytä puhelinta vain, kun olet matkustajana!

PYÖRÄILY

Polkupyörä on nopea ja ympäristöystävällinen kulkuväline, jolla kuljet myös koulumatkan helposti ja nopeasti!

Pyörä on nopein kulkuväline alle 5 km matkoilla.

Pyöräily on kivaa sekä yksin, että yhdessä kaverin kanssa!

Psst! Muistathan käyttää pyöräilykypärää!

Tiesitkö?

Koululaiset kulkevat vuosittain noin 400 matkaa kodin ja koulun välillä. 2 km koulumatkasta tulee yhteensä siis 800 kuljettua kilometriä vuodessa!

KOULUMATKAT

Kävely ja pyöräily ovat ilmaston kannalta parhaita tapoja liikkua!

Kansallinen liikuntasuositus (7–17 v.): vähintään 1 tunti liikuntaa päivässä.

- Jos koulumatkan pituus on kävelen 15 minuuttia suuntaansa, saavuttaa jo 50 % päivittäisestä suosituksesta!

AIKUINEN, OLE KESTÄVÄN LIIKKUMISEN ROOLIMALLI!

Aktiivisesti liikkuva aikuinen kannustaa myös koululaista liikkumaan aktiivisesti!

Voisitteko liikkua lapsen kanssa yhtä matkaa pyöräillen tai kävelen, tai järjestää kävelevän/pyöräilevän koulubussin lähialueen vanhempien kanssa?



Lue lisää: www.hiilineutraaligrani.fi/greengrani