

Let's gå – Trampa på!

Det här är ett utskick till alla hushåll i din kommun med barn i förskoleklass och årskurs fem. Syftet är att förmå fler att välja att gå och cykla dit vi ska – framför att åka bil.

Utskicket består av en informationsfolder och två nyckelringar. En är till barnets cykelnyckel eller hemnyckel. Den andra kan de vuxna sätta bilnyckeln på. Barn vill ofta cykla eller gå dit de ska medan föräldrarna ibland kan tycka att det är säkrare och snabbare att ta bilen. Tanken är att påminna den vuxna om att det är bra med aktiva transporter varje gång den plockar upp bilnyckeln och ser nyckelringen.

Ungefär en tredjedel av Norrbottens elever i årskurs fyra kommer upp till de rekommenderade 60 minuterna av rörelse per dag. I årskurs sju är det 73 procent som inte når målet, i gymnasiet 79 procent. Ökad fysisk aktivitet förbättrar hälsan, skolresultat och arbetsklimat i klassrummet. Let's gå – trampa på!

Ladda ner en hälsosam aktivitetslista och var med i utlottningen av 2500 kr.

norrbotten.se/letsгатrampapa

Bästa hälsningar

Ulrica Sundqvist
Regiondirektör
Region Norrbotten

Anna-Karin Lindqvist
Biträdande professor
Luleå Tekniska universitet

Let's gå – Trampa på!

Det här är ett utskick till alla hushåll i din kommun med barn i förskoleklass och årskurs fem. Syftet är att förmå fler att välja att gå och cykla dit vi ska – framför att åka bil.

Utskicket består av en informationsfolder och två nyckelringar. En är till barnets cykelnyckel eller hemnyckel. Den andra kan de vuxna sätta bilnyckeln på. Barn vill ofta cykla eller gå dit de ska medan föräldrarna ibland kan tycka att det är säkrare och snabbare att ta bilen. Tanken är att påminna den vuxna om att det är bra med aktiva transporter varje gång den plockar upp bilnyckeln och ser nyckelringen.

Ungefär en tredjedel av Norrbottens elever i årskurs fyra kommer upp till de rekommenderade 60 minuterna av rörelse per dag. I årskurs sju är det 73 procent som inte når målet, i gymnasiet 79 procent. Ökad fysisk aktivitet förbättrar hälsan, skolresultat och arbetsklimat i klassrummet. Let's gå – trampa på!

Ladda ner en hälsosam aktivitetslista och var med i utlottningen av 2500 kr.

norrbotten.se/letsгатrampapa

Bästa hälsningar

Ulrica Sundqvist
Regiondirektör
Region Norrbotten

Anna-Karin Lindqvist
Biträdande professor
Luleå Tekniska universitet