

## Hej!

Det här är första numret av CykelEko, Svensk Cyklings nystartade nyhetstjänst för svenska medier. Vi kommer regelbundet att skicka ut nyheter, debattartiklar och trendspaningar om cykling, fria för publicering i sin helhet eller i delar. Till varje text finns också högupplösta bilder, även de fria för publicering.

Svensk Cykling arbetar för att fler svenskar ska börja cykla mer, för hälsans och miljöns skull. Vi tror att cykling är framtidens transportmedel. Om ni har frågor om cykling, stort eller smått, är ni alltid välkomna att höra av er till mig! Ni kan läsa mer om Svensk Cykling på [www.svenskcykling.se](http://www.svenskcykling.se)

Vi ses på cykelbanorna i höst,

**Klas Elm, ordförande Svensk Cykling**

Mobil: 0704-58 01 08

E-post: [elm@frisab.com](mailto:elm@frisab.com)

## Höstrusta cykeln!

Ser din cykel lite sliten och trött ut efter sommaren? Eller har den istället stått oanvänd flera månader? Cyklar mår bra av att tas hand om med jämna mellanrum, och nu är det hög tid att göra det. Sköter du om cykeln kan du använda den till jobbet och skolan hela hösten, ja även i vinter. Med lite översyn, en ordentlig rengöring och nya tillbehör kan den bli som ny igen.

1. Kolla lyset! Prata med din cykelhandlare. Även under det jusa halvåret behövs ljus på kvällen. Moderna lyktor är mycket effektiva! Använd lyse med vitt eller gult ljus fram, lykta med rött ljus bak och reflexer mellan ekrarna.
2. Luften pyser sakta ur cykeldäck. Se till att fylla på luft. Har du ingen egen cykelpump hjälper dig närmaste cykelhandlare.
3. Kolla också att däcken inte är slitna – det är viktigt för din säkerhet.
4. Det kan vara läge att serva cykeln! Rengör och smörj cykeln. Kontrollera också att inte bromsklossar och däck är nedslitna.
5. Kontrollera att hjulen är raka och att de inte har slagit sig.
6. Välj smarta kläder som inte riskerar att fastna i hjulen eller kedjan.
7. Använd hjälm.
8. Kontrollera att ringklockan fungerar.
9. Gör rent kedjan så ofta du orkar, så håller cykeln längre. Olja in den (måttligt) efter rengöring. Kontrollera också att den är lagom spänd och att alla skruvar och detaljer sitter fast.
10. Putsa cykeln! Cykling är ett nöje och det ska se snyggt ut att cykla!



Klicka för högupplöst

**Miljödebattör Stefan Edman och Klas Elm:**

## ”Cykling är framtiden!”

Transporter är en dominerande orsak till miljö-problemen både globalt och lokalt. Det är en stor och viktig utmaning att nå såväl det nationella klimatmålet som miljö kvalitetsnormerna i städer, framför allt när det gäller kväveoxid och partiklar.

Vi vet idag att transporter är en dominerande orsak till miljöproblemen både globalt och lokalt. Det är en stor och viktig utmaning att nå såväl det nationella klimatmålet som miljö kvalitetsnormerna i städer, framför allt när det gäller kväveoxid och partiklar.



Det är viktigt att vi alla tar till oss de alarmerande rapporterna om den pågående globala uppvärmningen. Samtidigt kan det ha en passiviserande effekt. Därför säger vi: De här problemen kan alla människor vara med och lösa. Vi är på så sätt miljökampan allihop, även om vi inte sysslar med pH-värden, teknik och gröna skogsbrukspaner.

Nu måste vi skapa en hållbar trafiksituation, och det är det högtid att inse att vi redan släpar efter våra grannständer i Europa. Det gäller satsningar på cyklist, såväl när det gäller infrastruktur, uppmuntran och information.

I München är målsättningen att hälften av alla resor görs på cykel år 2015. Samma år ska hälften av arbetsresorna ske på cykel i Köpenhamn. I Sverige är målsättningen för 2010 att öka andelen cykelresor till 16 procent inte längre inom räckhåll. Istället har andelen cykelresor minskat från 12 procent till 9 procent. Och att siffran trots allt ändå ligger på nästan tio procent är inte tack vare göteborgarna...

Vi vet att det finns potential för cyklisten - 75% av bilresorna är kortare än 4 km. Om en större andel av dessa resor i stället gjordes med cykel skulle luften bli renare, eftersom bilens katalysator inte hinner bli tillräckligt varm för att fungera optimalt. Cykeln som alternativ har alltså en betydande potential för att förbättra luften.

Därför måste vi se till att inte få ännu en rödlistad art i Sverige utan istället satsa fullt ut på jordens mest energisnåla varelse - cyklisten!

Vad är det som krävs för en bilpendlare att i stället välja bilen?

Först krävs det att ett antal grundläggande förutsättningar finns. Sammanhängande cykelbanor som underhålls hela året kan nog utan överdrift vara en av dem. Att cykelbanorna är separerade från övrig trafik är en annan.

Varför inte införa ett schablonavdrag för arbetsresor som inte bara gynnar bilister utan lika mycket t ex den som cyklar till och från jobbet! Varför finns det skattesubventioner för att cykla i källarlokal, t.ex. spinning på gym, men inga subventioner för att cykla ute, t.ex. cykelpendla.

Att fler svenskar börjar cykla i våra storstäder är inte någon gullig vision, snarare ett nödvändigt framtidsscenario.

**Stefan Edman**, biolog och miljödebattör

**Klas Elm**, ordförande branschorganisationen Svensk Cykling



Klicka för högupplöst

## Cykelstölder minskar kraftigt

**Antalet cykelstölder har minskat med hälften de senaste tio åren. Det visar statistik från BRÅ. År 2006 anmäldes knappt 66 700 cykelstölder i Sverige, vilket är en minskning med 44 procent på tio år.**

År 2006 anmäldes knappt 66 700 cykelstölder i Sverige, vilket är en minskning med 44 procent på tio år. Det visar statistik sammanställd av BRÅ, Brottsförebyggande rådet.

Under de tio åren är den genomsnittliga minskningen per år cirka 5 400 cykelstölder. En av förklaringarna tros vara att folk i allmänhet är mer rädda som sina cyklar och låser in dem och skaffar bättre lås.

- Att fler cyklar är viktigt för såväl vår miljö som folkhälsan, så det är bra att folk nu är mer försiktiga och använder bra lås, säger Klas Elm, ordförande Svensk Cykling.

I viss mån kan även minskad anmälningsbenägenhet vara en förklaring till minskningen. Men på BRÅ ser man ändå en tydlig trend, och konstaterar att "Cykelstölder är en av de brottstyper som minskat kraftigt under de senaste åren".

Eftersom cykelstöld inte är någon specifik juridisk kategori går det inte att utläsa i statistiken hur många personer som lagförts för cykelstöld.

## Svenska skolor gör feta bilister av friska barn

**När Svensk Cykling tidigare gjort rundringning till landets skolor var resultatet nedslående. Många skolor har cykelförbud eller avråder elever från att cykla upp till årskurs tre, fyra eller ännu högre. Skälet som anges är främst trafiksäkerhet. Barn upp till tolv års ålder anses inte kunna bemästra trafiken på egen hand.**

– Så här borde alla skolor arbeta, det är riktigt glädjande att man förstått allvaret i frågan. Med barns inaktivitet kommer följdproblem som fetma, diabetes, benskörhet och hjärt-/kärlsjukdomar. Åldersdiabetes har till och med fått byta namn till diabetes typ 2 på grund av att sjukdomen nu drabbar barn!, säger Klas Elm, ordförande Svensk Cykling.



Klicka för högupplöst

Svensk Cykling poängterar att det finns säkra sätt att cykla för barn med låg ålder och lanserar inför höstterminen begreppet "Cyklande skolbussar". Det innebär att en mindre grupp barn cyklar till skolan i sällskap med en vuxen.

– Skolor som motarbetar vardagsmotion slår in på en farlig väg. För barnens egen säkerhet måste de få erfarenhet av att röra sig i trafiken. Det är många gånger bättre att de tillsammans med föräldrar och skola får öva sig i att cykla och gå i trafiken, än att bli skjutsade fram till 10 eller tolv års ålder, säger Klas Elm.

## De Tio Cykelbuden

- Du ska cykla mera för att bli gladare
- Du ska cykla mera för att må bättre
- Du ska cykla mera för att känna dig friare
- Du ska cykla mera för att spara pengar
- Du ska cykla mera för att hålla dig i form
- Du ska cykla mera för att få tid över till annat
- Du ska cykla mera för att ge miljön en chans
- Du ska cykla mera för att uppleva mera
- Du ska cykla mera för att det är coolt
- Du ska cykla mera för att inspirera andra