

## Välkommen till Svensk Cyklings Cykeleko nummer fem!

Här samlar vi nyheter som rör cykling, och allt är fritt fram att publicera i sin helhet eller delar. Vårt mål är att det skrivs mer om cyklings tjänster, såväl för individen som för samhället.

FN-organet WHO:s unika redskap för hälsoekonomiska bedömningar av cykling som offentliggjordes i slutet av november är ett otvetydigt starkt argument för ökad cykling: samhället kan tjäna miljarder på en ordentlig cykeloffensiv.

Cykling måste dessutom bli ett prioriterat transportmedel om Sverige ska klara klimatmålet till 2050. Cykeln står nu inför ett potentiellt genombrott. Efter hundra år av anpassning till bilismen är det dags för cyklingen att få en huvudroll i trafikplaneringen. Samhällsekonomiska vinster i miljardklass på folkhälsoområdet, och en hållbar omställning i klimatfrågan – behövs det verkligen fler argument?

Det vilar nu ett stort ansvar på de folkvalda att skapa de allra bästa förutsättningarna för att fler svenskar ska ha möjlighet att cykla säkert på stadernas gator, till och från jobb och skolor. Att skapa rätt förutsättning, även i storstäderna. Hur svårt ska det vara?

### Klas Elm, ordförande Svensk Cykling

Mobil: 0704-58 01 08

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

## Folkvalda ute och cyklade – med Svensk Cykling



[Klicka för högupplöst](#)

**De folkvalda tycker om cykling – men får cykling tillräckligt med uppmärksamhet av regering och riksdag? När Svensk Cykling bjöd riksdagens miljöutskott till en cykeltur i Stockholm fick de också en stark uppmaning att cyklandet på allvar.**

Regeringen lämnar i höst en proposition till riksdagen som handlar om framtidens resor och transporter. Det handlar om den övergripande planeringen för de kommande tio åren, och gör därför frågan så viktig. Många viktiga vägval ska göras i planeringen av landets infrastruktur.

Många beslut ska fattas så att transportsystemet kan erbjuda medborgarna och näringslivet i alla delar av landet en god, miljövänlig och säker infrastruktur som är samhällsekonomiskt effektiv och långsiktigt hållbar. Det var utgångspunkten när branschorganisationen Svensk Cykling bjöd in riksdagens miljö- och jordbruksutskott till samtal om cyklinginfrastruktur och cykelns roll i framtidens transportssystem.

– Utmaningen är att öka andelen korta transporter på cykel. Alla vet att en sådan ökning vore bra samhällsekonomiskt, men ändå görs för lite. En förändring kräver krafttag – nuvarande nivå på satsningarna är på tok för låg, säger Klas Elm, ordförande Svensk Cykling.

Ett problem som Klas Elm anförde inför de närvarande utskottsledamöterna var det faktum att cykling inte har någon naturligt "fiende".

– Alla säger sig gillar cykling. Därför blir det ingen riktig fart på diskussionen, men i slutändan händer inget och man missar att se potentialen i ökat cyklande, alla fördelar det skulle ge.



Miljöaspekterna är förstas ett argument som är viktigt. Om fler ställde bilen och valde ett klimatsmart alternativ som cykel oftare skulle mycket stora miljö- och klimatvinster göras.

– Men det är ju knappast något som man behöver inpränta i de folkvalda som sitter i miljöutskottet, säger Klas Elm,

Trafikeffektiviteten är en annan sida av saken. Med ökat cyklande skapas också utrymme för den motortrafik som behövs. Cykeln är inte lösningen på alla problem, men löser en del. Speciellt med tanke på att mer än hälften av alla transporter är kortare än 5 km och 70%-80% av resorna i städerna är kortare än 3-4 km.

Men kanske framförallt är folkhälsoaspekten ett tungt vägande skäl för att arbeta för ökad cykling.

– Kroppen är designad för rörligt arbete, men det enda som flyttar sig nu är datafiler. Eftersom dagens arbete för väldigt många är stillasittande måste den moderna människa välja att frivilligt röra på sig under icke-arbetstid. Inaktiviteten kostar Sverige minst 800 miljoner euro årligen. 30 minuters fysisk aktivitet per dag är allt vi behöver, vilket för de flesta täcks in av en cykeltur till och från jobbet, säger Klas Elm.

Utskottets ledamöter gavs efter träffen tillfälle att pröva på cyklar av olika slag, alltifrån hybrider till racercyklar och mer komfortabla citycyklar. Ordförande Anders Ygeman (s) sågs till exempel raskt försvinna ut mot Skeppsbron på en racer.

– Jag gillar att cykla fort, det här var kul, sade han.

## Cykla till jobbet och undvik hjärtattack

**Gå eller cykla till jobbet – och du halverar risken för hjärtinfarkt. Det konstaterar forskare vid Umeå universitet som jämfört hälsan på bilister med cyklister.**

Flera tusen västerbottningar har fått svara på frågor om hälsa och levnadsvanor samt lämna blodprov. Utifrån deras fysiska aktivitet kunde forskarna se att de som cyklade eller gick till jobbet halverade sin risk jämfört med bilåkarna. De som dessutom motionerade på fritiden löpte ännu mindre risk.

De som gick eller cyklade till jobbet hade dessutom lägre blodfetter och vägde mindre än de som tog bilen.

## Cyklande i höstens motioner

**Till höstens motionsrunda i riksdagen har glädjande nog flera intressanta motioner med förslag på cykelbefrämjande åtgärder lämnats in. Svensk Cykling presenterar motionerna samlade på denna sida. Bara att klicka på respektive länk och läsa.**

Motion 2008/09:T402:

[Cykel i framtiden >>](#)

Motion 2008/09:T259:

[Cykel som transportmedel >>](#)

Motion 2008/09:Sk384:

[Avdragsrätt för arbetsgivare för cykelinköp>>](#)