

Miksi autoilla, kun voi kävellä tai pyöräillä!

Koulumatkan kulkutavalla on keskeinen merkitys hyvinvointiin.

Aktiivisesti lihasvoimin kuljettu koulumatka...

...kohottaa kuntoa ja saa aivot vireeseen

...lisää turvallisuutta ja liikenteen sujuvuutta, kun ”kyyditysrumba” vähenee

...säästää usein aikaa ja rahaa – jalan tai pyörällä pääsee monesti lyhyintä reittiä, eikä tarvitse tankatakaan niin usein

... on yhteistä aikaa kavereiden kanssa

... on myös ilmastoteko - luonto kiittää



Aktiivisesti kuljettu koulumatka — kilometrejä kertyy kuin huomaamatta!

Koululainen kulkee vuodessa n. 380 koulumatkaa. Jos koulumatka on 1 km, kertyy matkaa

... päivässä 2 km

...viikossa 10 km

...lukuvuodessa 380 km

Ja jos koulumatka on...

...3 km — kilometrejä kertyy vuodessa jopa 1140 km!



Ja ihan vielä vertailun vuoksi...
Autolla kouluun kuljettaessa koulumatkaliikkuminen vuodessa on lähes 0 km

Mikä on sinun valintasi?

Liikuskeletko tarpeeksi vai oletatko vaan?

8- ja 13-vuotiaiden arkiliikkumisen erot



16-vuotiaan arkiliikkumisen erot

