

Med venlig hilsen

Verdensmål Centeret

Gør dine børn en tjeneste - lad dem cykle i skole

På trods af, at vi har et af landets bedste stisystemer, er der flere og flere børn i Albertslund, der bliver kørt i skole. Det er en skam, for undersøgelser viser, at børn bliver sunde, indlæringsparate og selvstændige af at cykle.



Hvis du cykler sammen med dine børn, er der også en gevinst for dig selv. Voksne cyklister er nemlig lige så sunde som 10 år yngre bilister. Bare én kilometer på cykel om dagen kan måles på sundheden.



Dit barn har godt af at cykle i skole

Forskning viser nemlig, at:

- Børn, der cykler i skole, har en bedre indlærings- og koncentrationsevne end børn, der bliver kørt i skole.
- Børn, der cykler i skole, er sundere end børn, der bliver kørt. De har blandt andet en bedre kondition, bedre psykisk trivsel og bedre sociale relationer. Daglig motion og fysisk aktivitet forebygger samtidig livsstilssygdomme senere i livet.
- Børn, der cykler til skole, forbedrer deres opmærksomhed, grovmotorik, balance og rum- og retningsfornemmelse.