

THE ROAD TO SUCCESS AKTIVA SKOLTRANSPORTER

Anna-Karin Lindqvist
filosofie doktor i fysioterapi



PROBLEMET

Dagens barn är de första med lägre förväntad medellivslängd än sina föräldrar.

60 min



13 % 9 %



52 %





HÖRNSTENAR

- **Aktiva skoltransporter**

Att gå eller cykla helt eller del av vägen till och från skolan

- **Hälsofrämjande**

Att stärka det goda

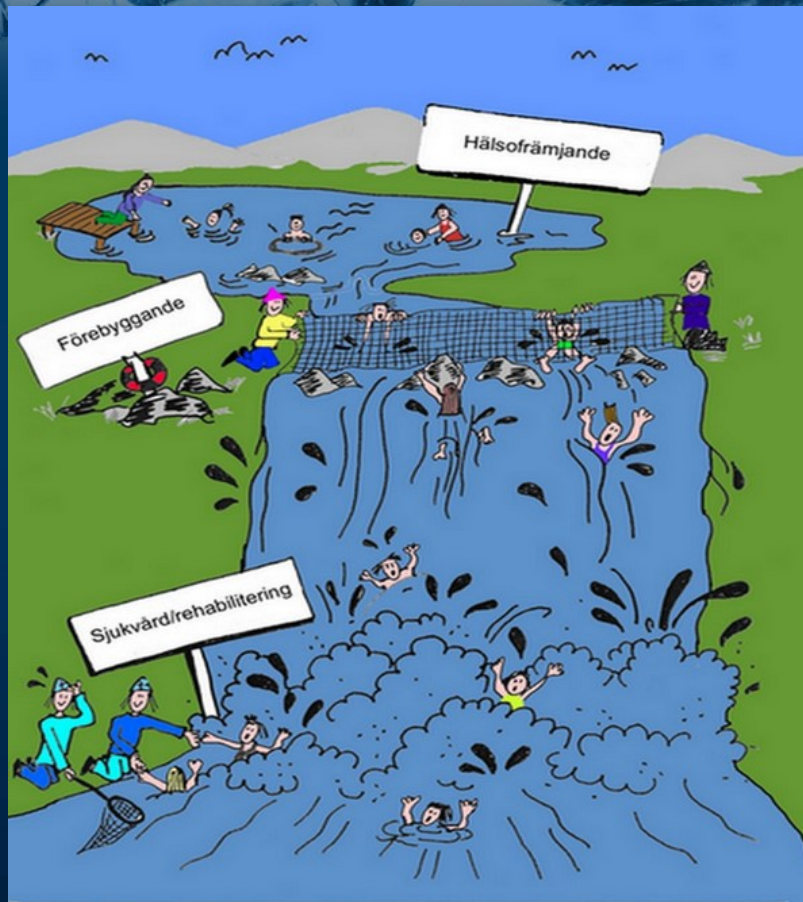
- **Empowerment**

Låta slutanvändarna vara med i skapandet

- **Gamification**

Användningen av spelelement i något som inte är ett spel.





UPPLÄGG

- Åk 2 (höst) och åk 5 (vinter)
- Utskick från Region Norrbotten
- Föräldramöte (film)
- Teman: Hälsa, Trafiksäkerhet, Miljöpåverkan
- AST under 4-6 veckor integrerad med pedagogiska teman
- Vinterdäck





- <https://vimeo.com/vinterlulea/letsгатrampapa>



Barnen har cyklat med någon som de kanske aldrig annars leker med. De kommer som skinande solar, de har pratat hela vägen så det är ju framförallt en stor glädje som vi har sett.



MEDSKAPANDE OCH GEMENSKAP GER MOTIVATION



”När jag kommer till skolan och ser alla kompisar med cyklar känner jag gemenskapen med de andra och känner en tillhörighet till något större.”



FÖRÄLDRAR GÅR FRÅN TVEKSAMMA TILL POSITIVA



“Min cykel första dagen fick jag nya däck. Mina föräldrar var ganska ängsliga, men sedan provade de cykeln och blev mycket mer positiva. Efter projektet tänker de inte ens på att jag cyklar till skolan, det är inget mer speciellt än att jag gör det på barmark.”



VINTERCYKLING KRÄVER ANSTRÄNGNING MEN GER KÄNSLA AV STOLTTHET



”Jag känner mig stolt och nöjd att jag har cyklat varje dag till skolan fast jag har 3 km enkel väg. På det här sättet har jag bidragit till en bättre miljö.”



PUBLIKATIONER HITTILLS I PROJEKTET

- Lindqvist, A-K., Löf, M., Ek, A., & Rutberg, S. (2019) Active school transportation in Winter Conditions – Biking together is warmer. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Lindqvist, A-K & Rutberg, S. (2018) One step forward: The development of a program promoting active school transportation. *JMIR Research Protocols*.
- Rutberg, S. & Lindqvist, A. (2018) Active School Transportation an Investment in School Health. *Health Behavior and Policy Review*.
- Rutberg, S & Lindqvist, A (2018) Children´s motivation overcame parental hesitation - Active school transportation in Sweden. *Health Promotion International*
- Lindqvist A, Castelli D, Hallberg J, Rutberg S. (2018) The Praise and Price of Pokémon GO: A Qualitative Study of Children's and Parents' Experiences. *JMIR Serious Games*



KONTAKTINFORMATION

- **Forskning**
- Anna-Karin annlin@ltu.se 072-5390660
- www.ltu.se/aktivaskoltransporter

- **Lärare, föräldrar och barn**
- www.lulea.se/e/jag-tar-mig-framat.html





LAST MAN STANDING PÅ ORMBERGSSKOLAN?





LULEÅ
TEKNISKA
UNIVERSITET

L