

VERKSAMHETSKATALOGEN 2020-2021



Med nya och gamla favoriter


Motorförarnas Helnykterhetsförbund



Nu sätter vi fart!

Nu håller du i den tredje upplagan av verksamhetskatalogen som kansliet på MHF och projektgruppen med representanter från alla sju regionerna tagit fram tillsammans.

Vår förhoppning är att du som representant för din lokalavdelning skall hitta projekt som ni finner givande och roliga att genomföra lokalt. Dels för att värva nya medlemmar, arbeta för ökad trafiksäkerhet, sprida trafiknykterhetsupplysning, men också för att skapa opinion och få uppmärksamhet i lokalpress. Allt för att föra oss närmare vårt mål: **Ingen ska dö av rattfylleri.**



Göran Sydhage, VD

Material

Materialbeställning görs till kansliet. På www.mhf.se hittar du en lista på aktuellt material som går att beställa. Allra helst beställer du via e-post eller via hemsidan.

Kontakta: material@mhf.se, 08-555 765 55. Inför större projekt där vi skapar specifikt material skickas information om detta och särskilda beställningsmetoder ut till regionerna.

Innehållsförteckning

Utvärdering och uppföljning	4
TrafiksäkerhetsQuiz	5
Medlemsvärvaraktivitet	6
Ta Paus	7
Konsumentträff i bilhall	8
Vår- och höstsalong i bilhall	9
Meckarkvällar	10
Bilträffar	12
Brev till kommuner	13
Insändare	15
Trafiknykterhetens dag	16
Promilleglasögon	18
Vältebilen	20
Mobil enhet för nykterhetskontroller	21
Alkovagn med automatisk nykterhetskontroll	22
Alkobom	24
Bärbar nykterhetskontroll	25
Uppvaknandet	26
Cykelprojektet "Jag kan cykla"	27
MHF-dagen	28
Studiebesök på Test Lab eller Autosober	30
Bältesanvändning i bussar	31
Tylösandsseminariet	32
Alltid synlig, reflexkampanj	33
Besök på folkhögskolor	34
Fräscha upp trafikunskaperna	35

Utvärdering och uppföljning är viktigt

Det är viktigt för MHF att få in utvärderingar av de aktiviteter ni utför ute i lokalavdelningarna. Dels för att vi internt ska kunna utvärdera våra aktiviteter, material och projekt - vad behöver vi göra annorlunda, vad saknades, vilket extra stöd behövs från kansliet?

Men framför allt för att vi får projektbidrag och verksamhetsstöd från myndigheter, organisationer samt stiftelsen SAFF. I våra ansökningar beskriver vi vilka aktiviteter som skall ingå i våra olika projekt, och ett beräknat utfall. T ex antal tidningsartiklar inom ett område, antal ifyllda enkäter på Ta Paus, antal platser som deltar i Trafiknykterhetens dag osv.

Detta måste vi varje år följa upp i redovisningar till myndigheter, organisationer och stiftelser och berätta vad som genomförts i hela landet.

Till vissa aktiviteter får ni särskilda utvärderingsblanketter eller mail med en länk till ett utvärderingsformulär. Till de andra aktiviteterna uppskattar vi att ni skickar ett mail eller brev till kansliet till angiven kontaktperson, eller:

info@mhf.se

MHF

Byängsgränd 8

120 40 Årsta

Skicka alltid kopia på utvärdering till er region, så att de kan lägga till aktiviteten i sin verksamhetsberättelse för året.

Det vi vill veta är:

Vad har gjorts? Hur många MHF:are deltog? Hur mycket material och av vilka sorter har delats ut? Hur många personer besökte aktiviteten? Hur många nya medlemmar värvades? Var någon extern part med? T ex polisen, NTF, NBV etc. Vad var extra bra? Vad saknades?

Ett par snabba rader är bättre än inget alls. Gärna med foton från aktiviteter. Tack på förhand!

E-post

Om lokalavdelningens ordförande har en mailadress är vi tacksamma om vi får den. Maila den samt vilken lokalavdelning det gäller till info@mhf.se.

TrafiksäkerhetsQuiz

TrafiksäkerhetsQuizet är en trevlig och intressant aktivitet att samlas runt.

Mål: Knyta nya kontakter till MHF, göra MHF känt, föra upp trafikfrågor på den lokala agendan.

Gör så här: Bjud in representanter för politiska partier, eller motorklubbar, eller nykterhetsföreningar, eller kyrkor/församlingar, olika bilfirmor och liknande att tävla i trafiksäkerhet. Bjud på fika. Gör en rolig tillställning av det. Passa på att informera om MHF.

Material: Ladda ner TrafiksäkerhetsQuizet från hemsidan, eller skapa ett eget.

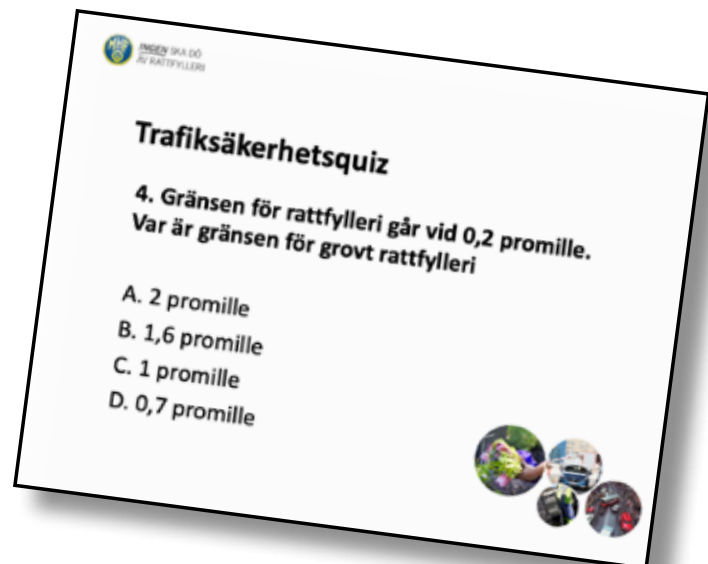
Exempel på fråga i quizet:

Gränsen för rattfylleri går vid 0,2 promille.
Var går gränsen för grovt rattfylleri?

Rätt svar:

C) 1 promille

Kontakta: Micke Valier, 076-548 97 20
micke.valier@mhf.se



”TrafiksäkerhetsQuizet är en frågesport om trafiksäkerhet. Det kan användas på egna möten och träffar eller för att skapa uppmärksamhet hos olika aktörer och i media”

Medlemsvärvaraktivitet

**Medlemsvärvaraktivitet vid köpcentrum och liknande ställen med det nya flygbladet.
Lätt att genomföra då det inte är så många saker som skall med. Lättförståeligt budskap.**

Mål: Värva medlemmar

Gör så här: Be om tillstånd att stå vid en attraktiv plats där mycket folk passerar. Ha ett litet bord (gärna ståbord), någon rollup och/eller beachflag samt ett flygblad som alla som passerar bordet får. Fråga besökarna om de vill stödja vårt trafiksäkerhetsarbete. Använd gärna swish 123 222 32 87

Material: Värvningsflygbladet med pojken på cykeln och annat material du behöver går att beställa från kansliet. På bordet kan man även t ex ha våra broschyrer om drabbade för den som vill "gå på djupet".

Tips: Erbjud en present till dem som blir medlemmar på plats via swish eller sms. T ex ett nyckelband, reflexväst, cykelbelysning eller något som er avdelning har råd med.

Kontakta: Micke Valier micke.valier@mhf.se, 08-555 765 62



”Passa på runt den 20:e när pensionerna och barnbidragen betalas ut eller runt den 25:e när de flesta får lön”

Ta Paus

Ta Paus är en rastplatsaktivitet, som till största delen utförs av lokalavdelningar under sista helgen i juli. Det är givetvis frivilligt att lägga till fler dagar för den som vill.

Mål: Upplysning. Förare och passagerare upplyses om vikten att ta paus, köra nyktert, anpassa hastigheten, byta förare med jämna mellanrum mm. Medlemsrekrytering. Få media att uppmärksamma aktiviteten.

Material: Varje år bestäms tidigt på året vilket tema och vilket material som går att beställa till Ta Paus. Regioner och lokalavdelningar beställer den volym som behövs och anger vilka rastplatser som är aktuella samt vilka datum. Kraftsamlingshelgen är sista helgen i juli.

Vi behöver alltid veta plats och datum så att vi ansöker om rätt tillstånd från Trafikverket, men också för marknadsföring av aktiviteten, för att få fler att planera sin resa i förväg så att de stannar på en av våra "Ta Paus-rastplatser".

Gör så här:

- Bestäm tidigt på året var ni ska stå och när. Meddela detta till regionens projektansvariga för vidarebefordran till kansliet.
- Boka in funktionärer för att bemanna rastplatsen. Det är skönt att vara några extra så att man kan byta av varandra. En del avdelningar tar även in avlönade sommarjobbare.
- Gör er "monter" trivsamt och välkomnande. Bjud på fika, dela ut material och svara på frågor. Be resenärerna att svara på våra enkäter.
- Fråga om de vill bli medlemmar och stödja vårt trafiksäkerhetsarbete.
- Skicka slutligen in enkäter och utvärdering till kansliet.

Kontakta: Lena Mörk, lena.mork@mhf.se, 08-555 765 75



”Ta Paus är viktigt för medlemsvärning och enkätsvaren är ett viktigt verktyg i vårt opinionsarbete”

Konsumentträff i bilhall

Konsumentträffar i bilhallar är en bra metod för medlemsrekrytering, och hjälper till att sätta MHF på kartan för konsumentupplysning.

Mål: Konsumentupplysning och medlemsrekrytering

Gör så här: Erbjud någon seriös bilfirma att MHF kan hålla konsumentseminarier hos dem för kunder som de bjuder in. Ett seminarie tar ca 1 timme, så det är lämplig tid över lunch t ex.

Vem: Mikael Lindberg, Arne Winerdal och Lars Olov Sjöström sitter i allmänna reklamationsnämnden och går att boka för konsumentträffar. Boka gärna in två närliggande träffar samma dag, närliggande lokalavdelningar och regioner kan då dela på kostnaderna.

Kostnad: ca 3 000-5 000:- /dag inklusive resa som är en förhållandevis liten summa för ett seriöst bilföretag.

Kontakta: Mikael Lindberg, 076-548 97 16
mikael.lindberg@mhf.se



”Stärker MHF:s roll som konsumentorganisation”

Vår- och höstsalong i bilhall

Varje större bilfirma har minst en vårsalong och en liknande under hösten. Be att få vara med en gång varje år med ett bord för att informera om trafiksäkerhet.

Mål: Värva medlemmar. Knyta nya kontakter med MHF som motororganisation. Ta plats som konsumentorganisation.

Gör så här: Ring runt bland några bilfirmor. Hör er för när de har något större arrangemang, då ny modell ska visas el dyl. Be att få komma dit och informera om trafiksäkerhet och vikten av nykterhet i trafiken. Kolla om de har ett bord som ni får låna så slipper ni ta med det.

Ett par roll-ups om MHF, information om vikten av att köra nykter, att barn sitter i barnstol, viktigt att anpassa hastigheten – och inte minst: Värva medlemmar.

Den som har en vältebil eller krocksläde kan ha med den om man vill göra ett större event. Annars räcker det fint med ett bord i bilhallen.

Kontakta: Göran Sydhage, 076-548 97 19, goran.sydhage@mhf.se



Vältebil

Har du testat att ha en vältebil på din aktivitet?

Läs mer på sidan 20.

Meckarkvällar

Genom att arrangera Meckarkvällar på er lokala verkstad når ni nya intressegrupper, som alla är potentiella nya medlemmar.

Mål: Medlemsrekrytering. Knytta nya kontakter med MHF som motororganisation. Ta plats som konsumentorganisation.

Gör så här: Hör med en bilfirma eller verkstad om de vill knyta till sig nya kunder. Det går också att hyra in sig på en Gör det själv-hall om man har en häändig medlem som vill ta på sig att lära ut. Någon MHF:are på plats för att "värva", servera fika och "serva" behövs också.

Boka in verkstadslokal + mekaniker, bestäm tema, annonsera på lämpligt ställe (anslagstavlor, lokaltidning, lappar i brevlådor, lokal facebook-grupp)

Ni kan välja olika teman olika dagar, t ex:

Lär dig "byta däck"/skifta hjul, fylla i repor, byta lampor, kolla olja, laga stenskott, rekonstruera bilen som ett proffs, hälsokoll av bilen inför resan, etc.

Mekanikern visar och berättar vad man ska tänka på, sedan får alla testa praktiskt. Informera om varför MHF gör detta och varför MHF finns och vad ni gör i er lokalavdelning.



”Här skapar MHF nya kontaktytor”

Meckarkvällar forts.

Kostnad: Verkstaden kan vilja ha timkostnad för personal och ev lokal, vi köper fika. Deltagarna betalar en avgift som täcker allt detta. **Ett sätt att rekrytera nya medlemmar är att det är gratis att vara med om man blir medlem på plats!**

Kolla gärna om NBV är intresserad som medarrangör. Uppstår en kostnad kanske de kan ta en del av den.

Givetvis passar det utmärkt att dela ut Motorföraren och berätta att man får en bra motortidning 8 ggr per år om man blir medlem för 195 kr.

Kontakta: Jenny Wik Norling, 076-548 97 22, jenny.wik.norling@mhf.se

Förslag på temakvällar:

- 1) Tjejkväll på verkstaden*
- 2) Meckarkväll för alla*
- 3) För blivande körkortstagare*
- 4) Rekondskola*

Bilträffar

Det ordnas fler än 600 bilträffar i vårt land varje sommar. Ett trevligt forum för att nå bilintresserade människor för att prata trafiksäkerhet.

Mål: Knyta nya kontakter samt värva medlemmar. Sprida trafiksäkerhetsinformation.

Gör så här: Kolla var lämplig bilträff finns, som passar i tid och ort. Enklast att ta reda på det är via www.biltraffar.com. Där kan man söka på respektive län. Ta kontakt med arrangörer och kolla om ni får stå där och kostnad för det. Känns det rimligt så slå till och boka plats.

För enkelhetens skull, välj mellan två olika aktiviteter:

A) fokus på trafiksäkerhet

B) fokus på värvning

För A: Ta med ett partytält (brukar finnas för några hundra kronor på t ex Rusta), bord, bordsduk, wellpapp med logga runt bordet, beach flags och någon roll up om ni har bakvägg på partytältet, Motorföraren samt värvarmaterial

För B: Ta med ett partytält (brukar finnas för några hundra kronor på t ex Rusta), bord, bordsduk, wellpapp med logga runt bordet, beach flags och någon roll up om ni har bakvägg på partytältet, Motorföraren samt informationsmaterial om trafiksäkerhet.

Tips: låna gärna en veteranbil eller MC som blickfång att visa upp bredvid bordet.

Kontakta: Jenny Wik Norling, 076-548 97 22, jenny.wik.norling@mhf.se



”Enligt tidningen Expressen genomfördes 600 träffar under maj-september”

Brev till kommuner

Genom att skicka tre brev till olika personer i din kommun sätter du upp trafiksäkerheten på deras agenda. Du kan också använda svaren från kommunen till att göra insändare i lokaltidningen.

Mål: Sätt upp trafiksäkerhet och alkohol- och drogpolitiska ämnen på kommunens agenda. Skapa debatt, få lokaltidningen att skriva om frågorna.

Gör så här: Skicka tre brev till tre olika namngivna personer i din kommun. Ring växel och fråga vem som jobbar med vilket område.

Brevinnehåll:

1) Studentflak:

Hur hanterar din kommun frågan om att det dricks alkohol på "studentflaken"? Hur hanterar din kommun ungdomar som är alkoholpåverkade – får de åka på studentflaken?

2) Alkohol- och drogpolitiskt program:

Skriv ett brev och bjud in kommunens ansvarige till ett medlemsmöte eller årsmöte och be denne att berätta om kommunens alkohol- och drogpolitiska program
Alternativ: Skriv till kommunen och ställ frågor om programmet. T ex när det senast uppdaterades.



” Hur hanterar din kommun studentflaken? ”

Brev till kommuner forts.

3) Nykterhetskontroller av förare:

Skriv till din kommun och ställ frågor kring upphandling av fordon och transporter. T ex:

- Ser kommunen till att förare som kör skolskjutsar är nyktra?
- Görs det nykterhetskontroller i någon form?
- Finns undantag för vissa typer av transporter?
- Om man inte har alkoholås – har man andra system som säkrar att transportererna sker med nyktra förare?

När du fått svar så skriver du en insändare baserat på svaret till lokaltidningen, med de förbättringsförslag du finner.

Kontakta: Göran Sydhage, 076-548 97 19, goran.sydhage@mhf.se

Oss emellan

Ungefär 4 gånger per år skickar vi på kansliet ut ett nyhetsbrev via epost till alla intresserade MHF:are. Vi kallar det Oss emellan. Tipsa gärna era medlemmar om att skicka sina epostadresser till info@mhf.se, så lägger vi till dem till sändlistan.

Insändare

Insändare är ett bra verktyg för att öka MHF:s synlighet, och framför allt att få fram viktiga budskap och idéer till allmänheten. En bra relation till lokala tidningar är viktig.

Mål: Gör MHF synligt, och sätt fokus på våra fokusområden. Skapa debatt, få lokaltidningen att skriva om frågorna.

Gör så här: Skriv korta insändare och skicka in till de närmaste lokaltidningarna. Var tydlig med avsändare, och se till att skriva MHF i avsändaren. Kansliet i Stockholm har färdiga mallar för insändare om idéerna tryter.

Kontakta: Micke Valier micke.valier@mhf.se, 08-555 765 62

Var inte en egoist i sommartrafiken

TRAFIK

Egoisten ska fram först, struntar i att ge tecken vid sväng och omkörning, chansar och kör påverkad av narkotika eller alkohol, skriver Göran Sydhage.

Att visa hänsyn i trafiken minskar riskerna för sig själv och andra. Egoisten ska fram först, struntar i att ge tecken vid sväng och omkörning, chansar och kör påverkad av narkotika eller alkohol. Hen tutar och pekar finger. Högerregeln, vad är det?

Den omtänksamme däremot kör inte full, avvaktar

med omkörningen tills det är säkert, lämnar företräde där högerregeln gäller, stannar vid rött. Ger tecken vid omkörning och vid sväng och hinner stanna – kör inte fortare än så.

Egoisten kan förstöra hela din semesterresa. Var inte egoisten. Var i stället omtänksam och hänsynsfull både på trottoaren, på vägen och på cykelbanan så slipper vi onödiga olyckor i sommartrafiken.

Vi på MHF önskar dig en fin sommar då du färdas i trafiken.

GÖRAN SYDHAGE

MHF "Ingen ska dö av rattfylleri"



Det skymmer tidigare nu och då är det läge att plocka fram reflexerna.

Foto: TT

Tid att plocka fram reflexer

Tycker du skymningen kommer snabbare och snabbare? Då ser du rätt. Det betyder tid för reflex i trafiken. Med reflex syns du bättre. Barn gör som bekant inte vad man säger utan hur man själv gör så var rädd om dig i trafiken och ha reflex på dig i skymning och mörker. **INGEN ska dö av rattfylleri!**

GÖRAN SYDHAGE MHF

Trafiknykterhetens dag (TN-dagen)

En dag i maj varje år anordnar vi Trafiknykterhetens dag i hela landet. Det blir dels ett riksevenemang på en ort som kansliet deltar i och så uppmanas lokalavdelningar och regioner att i samarbete med MADD, Bilprovningarna och Polisen att ordna manifestationer lokalt. I samband med Trafiknykterhetens dag utses även Årets trafikhjäte.

Mål: Skapa opinion mot rattfylleri. Få polisen att göra fler nykterhetskontroller i trafiken. Lyfta fram de drabbades perspektiv.

Material: Kansliet tar fram flygblad och roll-ups inför TN-dagen varje år. Mer information om hur du beställer dem kommer att skickas ut till alla regioner. Vi gör också en mall för lokala pressreleaser och insändare.

Gör så här:

Kontakta er lokala polisstation i god tid innan Trafiknykterhetens dag. Fråga vad de gör för extra insatser under dagen och erbjud er att följa med Polisen vid nykterhetskontroller aktuell dag, och stå och dela ut flygbladen till de som stoppas. Kontakta någon lokal bilprovning och be att få lämna material eller att stå där och informera och bjuda på fika. Lämna flygblad till polisstationer, bilprovningar och liknande platser.



”Under Trafiknykterhetens dag hoppas vi på rekordmånga nykterhetskontroller i trafiken”

Trafiknykterhetens dag forts.

Gör lokala aktiviteter, t ex på torg eller köpcentrum eller liknande platser. Dela ut flygblad till allmänheten under aktiviteten, skylta upp, ha t ex med någon drabbad som talar. Ni kan visa vältebilen eller ha med en krockad cykel eller bil.

Överblivna flygblad finns det lokalavdelningar som tipsar om att man kan stoppa i brevlådor.

Vi blir jättegglada om vi får ett par rader om vad ni gjort under dagen. Ni som beställer material från kansliet inför TN-dagen kommer att få en utvärderingsblankett tillsammans med materialet.

Nominera Årets Trafikhjälte

Missa inte att löpande under året nominera trafikhjältar från din region till utmärkelsen Årets trafikhälte. Vi tar emot sådana nomineringar hela året.

Skicka din nominering till kansliet.

Kontakta: Lena Mörk, lena.mork@mhf.se, 08-555 765 75



”Årets trafikhälte 2019 blev
Cathomen Nordgren från Domsjö”

Promilleglasögon

Berusning utan bakfylla? Promilleglasögonen går att använda till många olika aktiviteter. Med de promilleglasögon som MHF har, kan ni låta personal, mässbesökare och medlemmar få känna hur berusade människor hanterar, eller inte hanterar, olika situationer i vardagen.

Genom att försöka gå en rätt enkel bana, träffa en hink med bollar eller låsa upp ett hänglås skapas förståelse för att framförandet av ett fordon inte är acceptabelt med alkohol, narkotika eller trafikfarlig medicin i kroppen.

Boka: Promilleglasögonen bokas via din region, alla regioner har en uppsättning var.

Kort handledning om Promilleglasögonen

- Åldersgräns för att testa bör vara 15 år. Yngre förstår inte allvaret med rattfylleri.
- Det behövs inte många olika glasögon. Det räcker normalt med 0,6 och 1,2 promille.
- Glasögonen som ska illustrera "droger" bör användas sparsamt. Det blir lätt förvirrande, med frågor om vilka droger det gäller etc.



” Promilleglasögon är rätt benämning, inte fylleglasögon ”

Promilleglasögon forts.

Gör till exempel så här:

- Koner kan placeras ut i en bana som man går efter
- Låt personerna följa en linje på vägen
- Ställ en hink på golvet. Låt personen först kasta tre bollar utan glasögon, sedan 3 bollar med glasögon så illustrerar man skillnaden.
- Där det är trångt eller mycket folk kan man använda leksaker. Be personerna att bygga torn eller liknande
- Lite mer avancerat är om man låter personerna köra en radiostyrd bil inom inhägnat område, runt koner och svåra passager.

Överkurs

Region Öst har en film som är bra att försöka låna om man har tillgång till TV samt exempelvis en moped. Filmen visar en bil som plötsligt bromsar och då ska man trycka på mopedens broms, vilket man sällan hinner i god tid. Det går att lösa med ringklockan på en cykel, eller bara en tuta också.

Kontakta: Lena Mörk, lena.mork@mhf.se, 08-555 765 75

Tips!

MHF är medlemmar i Folkspel, som bl a säljer Bingolotter och Sverigelotten. Ni vet väl om att ni som lokalförening enkelt kan anmäla er som säljare av dessa lotter på www.folkspel.se? Förtjänsten är i skrivande stund från 8:- per såld lott, vilket kan bli ett bra tillskott till föreningskassan. Överskottet går till Sveriges föreningsliv.

Vältebilen

En aktivitet med en Vältebil är en publikmagnet och passar mycket bra vid större event samt skolbesök.

Mål: Lära sig, på ett säkert sätt, att ta sig ur en bil som har voltat. Samt få förståelse för risker och faror.

Material: Kolla med någon som har en vältebil att låna ut. Kolla att ekipaget är försäkrat.

Ha alltid koner eller avspärningsband runt Vältebilen så att ingen kommer för nära och kan fastna. Om den som "kör" Vältebilen har fått utbildning om hur man kan ta loss barn ur bilen, kan en bälteskudde finnas med.

Krav: Den som handhar Vältebilen ska alltid ha utbildning för det så att hen kan och vet hur man ska göra och vad man ska säga. Instruktion och talmanus kan fås vid kursen. Vid godkänd kurs får föraren ett bevis med foto att alltid bära vid demonstrationen.

Förbundet har tecknat försäkring för vältebilarna hos Folksam. Personer under 135 cm ska alltid sitta på bälteskudde. Kör aldrig barn ensamma utan alltid tillsammans med en vuxen. Ha alltid kontakt med de som sitter i bilen under rundan.

Vältebilar finns för närvarande i region Mitt, Väst och Skåne.



” När man sitter upp-och-ner under ordnade former förstår man hur svårt det är i en riktig olycka ”

Mobil enhet för nykterhetskontroller



Nu finns en mobil automatisk nykterhetskontroll

MHF har låtit bygga en buss med automatiska nykterhetskontroller inbyggda. Så kallade "alkobommar".

Det är ett fantastiskt verktyg för polisen att snabbt göra många nykterhetskontroller på en tillfällig plats. Det finns en hel del annan elektronik och utrustning i bussen också, och självklart kan man passa på att göra andra trafikkontroller kring bussen när man ändå håller på. Den har mycket hög kapacitet och kräver väldigt lite personal.

Den premiärvisades vid Tylösandsseminariet, och rönste stor uppmärksamhet, bland annat hos infrastrukturminister Tomas Eneroth som fick en privat visning.

Bussen kommer att kunna visas upp vid olika MHF-evenemang.

För mer info: Kontakta Tomas Jonsson, MHF TestLab 070-564 37 36.

Alkovagn - med automatisk nykterhetskontroll

Boka en aktivitet med den fina alkovagnen, med en utställning om olika tillämpningsområden för automatisk nykterhetskontroll. I vagnen finns en TV med filmer från försöket med automatiska nykterhetskontroller i Stockholms Frihamn. Det finns en demonstration av en automatisk nykterhetskontroll, där deltagarna blåser och en bom går upp om de är i körbart skick.

Mål: Alkovagnen illustrerar tydligt hur automatiska nykterhetskontroller fungerar och ger ett blickfång på utställningar, bilträffar och liknande.

Material: Beställ broschyrer och profilmaterial från kansliet. Boka vagnen samt utbildning av densamma om ni inte tidigare använt den. Vagnen bokas hos Christer Folkesson 0705-21 97 15. Samordna gärna mellan regioner och lokalavdelningar för maximalt nyttjande.

Gör så här: Visa hur automatisk nykterhetskontroll fungerar vid vagnen, dela ut broschyrmaterial, svara på frågor.

Krav: Tillgång till 220 volt 20 minuter innan annonserad visning samt under hela visningstiden. Plats för vagnen som är stor som en liten husvagn samt mötesplats för besökare framför ena långsidan. Visning sker utomhus. Reg nr om ni behöver söka parkeringstillstånd är UYC715.



”Folk brukar imponeras över hur snabbt det går att testa sig i den automatiska nykterhetskontrollen”

Alkovagn forts.

Frakt: Vagnen finns i Tibro.

Bil med dragkrok kan hyras till för 500:-/dygn.

MHF-Ungdom i Tibro kör den inom regionerna Skåne, Öst, Väst, Bergslagen och Mälardalen för 125:-/timme + bränslekostnad + tågresa till och från Tibro.

För transport vidare till region Mitt och Norr träffas separat uppgörelse med Göran Sydhage på kansliet i Stockholm på 076-548 97 19.

Utbildning på hur vagnen funkar kan ordnas av Tomas Jonsson, Christer Folkesson eller personal på kansliet.

På gång: Rattfyllerisimulator

MHF håller på att utveckla en rattfyllerisimulator som ska kunna användas för att visa hur illa det är att köra full.

Alkobom

Denna alkobom demonstrerar automatisk nykterhetskontroll.

Mål: Skapa opinion mot onykterhet inom alla trafikslag samt inom andra områden där människor bör uppträda nyktert. Visa på hur innovationer kan förenkla myndigheters arbete med ökad trafiksäkerhet och allmän säkerhet som följd.

Gör så här: Alkobommen kan användas vid andra MHF-aktiviteter, eller om ni skapar en aktivitet specifikt för att demonstrera automatiska nykterhetskontroller. Bjud gärna in polis, transportföretag, industriföretag och kommunpolitiker till en demonstration.

Vad är det:

Transportabel automatisk nykterhetskontroll med bom.

Fraktas i två, ganska tunga lådor på 51x37x137cm samt 43x43x112cm.

Förhållandevis enkel att sätta upp. Behöver 220 volt under hela användningstiden samt 20 minuters uppvärmningstid.

Frakt betalas av regionen.

Hämtas i eller skickas från Tibro.

Bokas: genom Christer Folkesson 070-521 97 15



”Så fungerar automatiska nykterhetskontroller”

Bärbar nykterhetskontroll

Med den bärbara nykterhetskontrollen kan ni visa hur snabbt och effektivt man kan genomföra nykterhetskontroller på arbetsplatser, i föreningar och i allt trafikarbete.

Den bärbara nykterhetskontrollen finns inte alltid tillgänglig, då utrustningen ibland ingår i andra demolösningar. Kontakta Christer Folkesson i region Öst för att se om den går att boka för tillfället.

Mål: Visa hur nykterhetskontroller kan genomföras snabbt och effektivt på arbetsplatser, i föreningar och i allt trafikarbete.

Gör så här: Den bärbara nykterhetskontrollen kan användas vid andra MHF-aktiviteter, eller om ni skapar en aktivitet specifikt för att demonstrera automatiska nykterhetskontroller. Bjud gärna in polis, transportföretag, industriföretag och kommunpolitiker till en demonstration.

Vad är det:

En resväska med ett Exhalytics-instrument.

En relativt lättanvänd demonstrationsutrustning.

Övrigt: Behöver tillgång till 220 volt under demonstrationstid samt 20 minuters uppvärmning.

Bokas: genom Christer Folkesson 070-521 97 15



”En lättanvänd och bärbar nykterhetskontroll”

Uppvaknandet

Genom "Uppvaknandet" gör man personer medvetna om deras egna alkoholvanor samt eventuellt riskbruk. Det tydliggör varför det inte är ok att köra bil efter "bara en öl".

Mål: Att tydliggöra alkoholinnehållet i vissa drycker och därigenom minska omedvetet rattfylleri samt dagen-efter-fylla.

Användningsområde: Uppvaknandet kan användas vid de flesta andra planerade aktiviteter ni gör i lokalföreningen. T ex Ta Paus. Det går också att be att få besöka gymnasieskolor, trafikskolor, köpcentra, torgdagar och liknande och visa Uppvaknandet.

Material: Beställ broschyrmaterial från kansliet, bl a "Öl är också alkohol".

Kontakta: Micke Valier micke.valier@mhf.se, 08-555 765 62

Gör så här: Ställ upp bord, skylta upp att det är MHF:s aktivitet, sätt upp Uppvaknandet. Visa och berätta, dela ut broschyrmaterial.



Uppvaknandet på film

Under 2020 kommer *Uppvaknandet* även att finnas tillgängligt som film. Det gör att det blir ännu enklare att visa och sprida.

”Det olämpliga i att köra bil efter "bara en öl" blir tydligt i denna utställning”

Cykelprojektet "Jag kan cykla"

"Jag kan cykla" är ett studiematerial och en utbildning. Vi vill att alla grupper i samhället ska få känna friheten och glädjen att för egen maskin ta sig fram till platser och aktiviteter.

Mål: Målet med cykelprojektet är att lära utlandsfödda och nyanlända svenskar att cykla. Det blir ett sätt att introduceras till och inkluderas i det svenska samhället, och en bra introduktion till trafiksäkerhet och trafikregler.

Gör så här: Beställ utbildningsmaterialet från kansliet. Kontakta gärna NBV och se om utbildningen går att köra som studiecirkel på din ort. Boka lokal, kontakta dem som håller i er lokala SFI-utbildning och annonsera i lokaltidningen och på ansvagstavlor om att utbildningen skall hållas.

Så funkar det:

Utbildningen varvas mellan praktiska övningar och teori. Totalt går deltagaren igenom 10 kapitel som är uppdelade på 5 tillfällen á 2 x 45 minuter. Till deltagarmaterialet finns också ett handledarmaterial med flera olika powerpoints. Pedagogiska hjälpmedel som ägghjälm, VR glasögon och räddningsdockan Ann för hjärt och lungräddning finns att låna.

Kontakta: Tomas Jonsson, 070-564 37 36
tomas.jonsson@mhf.se



”Ta cykelvägen in i det svenska samhället”

MHF-dagen

Uppmärksamma vår organisation på MHF-dagen. Ordna lokala evenemang med tävlingar och trafiksäkerhetsupplysning.

Mål: Knyta nya kontakter med barn och barnfamiljer. Intressera fler för MHF samt värva nya medlemmar.

Tidpunkt: T ex första lördagen i oktober varje år, eller annan dag som ni bestämmer själva i lokalföreningen eller regionen.

Gör så här: Boka en tillräckligt stor plats (beroende på vilka aktiviteter ni väljer att göra) utomhus, helst vid någon form av köpcentrum eller ett torg där många personer passerar. Kanske en del av parkeringen för någon specifik butik? Affischera inför dagen och annonsera gärna i lokaltidningen om era aktiviteter.

Två saker bör alltid finnas med på MHF dagen:

- 1. Någon cykelaktivitet.** Allt från trehjulingar till fullstora cyklar kan användas. T ex: Tävling för barn på snitslad bana på tid, eller varför inte en tävling barn mot föräldrar? Kanske bägge på små trehjulingar? Balansprov eller trafikregler kan man tävla kring. Priser kan vara cykelhjälm som sponsras eller som avdelningen får köpa billigt. Sök gärna sponsring av cykelhandlare för tävlingscyklarna som dessutom då får ha utställning av cyklar utan monterhyra på MHF dagen. Cykelhandlarna har säkert många cyklar de vill rea ut innan vintern. Kanske lotta ut en cykel?



”Biltemas parkering funkar jättebra för denna aktivitet. De har bra och billiga cykelhjälm också”

MHF-dagen forts.

- 2. MHF-information.** Korta tal om MHF och olika frågor vi driver. Gärna musik, t ex genom att involvera elever från musikskolan. Tillgång till ström måste finnas för att driva mikrofon och högtalare, liksom litet infobord om MHF.

Tips på extra aktiviteter under MHF dagen

- Erbjud någon bilfirma att ställa ut några nya/begagnade bilar som vänder sig till målgruppen (för att möta nya kunder)
- Erbjud en Gokart-club att komma med en gokart, göra en liten bana och låta folk prova på (för att intressera nya människor för Gokart)
- En frågetävling om trafiksäkerhet för barn och vuxna.
- Har MHF avdelningen en bilbana kan man ställa upp den där barn och vuxna får testa
- Göra en aktivitet med radiostyrda bilar, kanske en säljare av sådana kan komma och demonstrera och låta folk prova på.
- Låt frivilliga ställa ut sin tävlingsbil eller veteranbil, tävlings-/veteran-MC /mopeder.
- Vältebil
- Fingerad rattfylleriolycka. Då bör man involvera polis, räddningstjänst och ambulans. (Räddningstjänst är minimikravet). En skrotbil som man placerar mot ett fundament eller dyl, två personer som spelar förare respektive passagerare. (Föraren ska spela rattfull och passageraren skadad). Mest dramatiskt blir det om det är en bil som räddningstjänsten dessutom får klippa taket av och polisen gör nykterhetskontroll och omhändertar den rattfulle.
- Krocksläde
- Någon som säljer cykelställ för bilar

Kontakta: Göran Sydhage, 076-548 97 19, goran.sydhage@mhf.se



Studiebesök på Test Lab eller Autosober

**Test Lab har nya lokaler i Tibro och Autosoberföretagen finns i Uppsala.
Välkommen att hälsa på, och se hur vi jobbar!**

Mål: Knyta nya kontakter samt se hur Test Lab och Autosober arbetar.

Gör så här: Boka studiebesök hos Test Lab i Tibro hos Tomas Jonsson 070-564 37 36
och hos Autosober hos Christer Folkesson 070-521 97 15.
OBS: Gör upp om pris innan besöket.

Autosober kan ta emot max 15 personer vid ett tillfälle.
I Tibro är det idealiskt med 20 personer, men även större grupper kan tas emot efter
samråd med Tomas Jonsson.

Fika, lunch och middag kan ordnas till
självkostnadspris. Resekostnaderna står
regionerna själva för.



”Välkomna till Tibro och Uppsala!”

Bältesanvändning i bussar

7 av 10 struntar i att använda bälte när de åker buss, trots att det dels är lagstadgat och dessutom bästa skyddet vid olycka. Undersökningar visar att bältesanvändningen är högre på de bussar där passagerarna får information om bälten. Från och med 1/10 2018 är det lag på att busschauffören ropar ut information om bältesanvändning i bussarna.

Mål: Öka bältesanvändningen i bussar. Få folk att inse hur få som använder bälte, samt riskerna med detta. Ökad trafiksäkerhet.

Vad: Observatörer från MHF som åker buss som anonyma passagerare, räknar antal passagerare, antal bältesanvändare samt kontrollerar bussbolagets och chaufförens info till passagerarna. Dela ut material om lagen och säkerhet.

Gör så här:

- Beställ handledningsmaterial samt rapporteringsblankett från kansliet, eller ladda ner dem på www.mhf.se/medlem
- Regionen håller planeringsmöte med observatörerna
- Välj ut en busslinje och sträcka där lagen är tilläpand.
- Bussbolaget och chauffören ska INTE informeras om undersökningen.
- Exempel på frågor som besvaras på blanketten är:
 - Ges information om bältesanvändning på skyltar eller dekaler i bussen?
 - Ropar chauffören ut informationen i högtalaren?
 - Hur många av passagerarna använder bälte?
- Skicka in rapporteringsblanketten till MHF:s kansli.

Kontakta: Kansliet 08-555 765 55



” Beställ blanketter från kansliet
eller ladda ner dem på www.mhf.se ”

Tylösandsseminariet

Tylösandsseminariet är årets viktigaste trafiksäkerhetsforum.

På Tylösandsseminariet möts fler än 300 deltagare i september varje år, och knyter viktiga kontakter och uppdaterar sig inom det senaste om trafiksäkerhet. Tylösandsseminariet arrangeras av MHF tillsammans med MHF-Ungdom, Polisen, Transportstyrelsen, Trafikverket, Folksam, VTI, Regeringskansliet, Bil Sweden och Sveriges Åkeriföretag. Talarlistan innehåller namn från dessa organisationer och många fler.

Som region och lokalavdelning i MHF får ni skicka deltagare till ett kraftigt rabatterat pris till Tylösandsseminariet.

MHF:s monter: Är du intresserad av att bemanna MHF:s monter nästa år?

Kontakta: Camilla Spennare, 072-141 38 04, camilla.spennare@mhf.se



”Årets viktigaste trafiksäkerhetsforum”

Alltid synlig, reflexkampanj

Arrangera en reflexkväll på din ort, för att öka reflexanvändandet.

Mål: Öka reflexanvändandet bland barn och vuxna samt öka medvetandet om vikten av reflexanvändandet för trafiksäkerhet och synlighet.

Gör så här:

Välj något av uppläggen nedan.

Upplägg 1:

- Dela ut reflexer på lämpliga platser. Skolor, förskolor, arbetsplatser.

Upplägg 2:

- Dela ut reflexer och åskådliggör riskerna i förskolor, skolor och under föräldramöten samt ute i trafiken. T ex vid stora övergångsställen.
- Visa gärna hur man syr, klistrar eller stryker på egna reflexer på kläder.

Upplägg 3:

- Genomför en reflexkväll med filmvisning och/eller reflexbana med särskilt framtagna figurer.
- Tester som visar skillnader på nya och gamla reflexer samt test av deras egna reflexer.
- Bjud in skolor, förskolor arbetsplatser till aktiviteter.
- Tips på åldersanpassade reflexer (till barn).

Material:

- Beställ reflexer från webbshoppen på MHF:s hemsida. Tejpa eller häfta på en informationslapp med MHF-logo och en kort text om vårt arbete.
- Bygg markörer och ställ ut figurer med och utan reflexer.
- Regionerna har fått mallar i papp från kansliet för att själva tillverka egna trä- eller metallfigurer.



”Låt besökarna tävla i en reflexbana. Hur många personer såg de? Med och utan reflexer?”

Besök på folkhögskolor

Ordna klassrumsbesök på folkhögskolor och fordons- och förarutbildningar i ert område, och informera om konsekvensen av alkohol och droger i trafiken.

Mål: Att få upp trafiknykterhetsfrågor på agendan för dem som går dessa utbildningar.

Vad: Folkhögskolor är inte så styrda av läroplaner som gymnasieskolor kan vara, så här finns ofta utrymme att komma med förslag. Vi föreslår att lokalföreningarna kontaktar närliggande Folkhögskolor och föreslår att de kommer på klassrumsbesök med inriktning mot alkohol, droger och trafik på allmänna linjen samt trafiklinjen.

Gör så här:

- Beställ material från kansliet
- Ge lärarna tips på hur de kan gå vidare
- Kan vi få en tradition med trafikinslag i undervisningen varje år?

Om det finns intresse för ett större arrangemang, till exempel en temadag så kan kansliet hjälpa till med planering och eventuellt medverkan.

Kontakta: Lars Olov Sjöström, 070-697 00 22,
lars.olov.sjostrom@mhf.se



”Gör klassrumsbesök på folkhögskolor och för upp trafiknykterhet på agendan”

Fräscha upp trafik kunskaperna

Hur är det med kunskapen med trafikreglerna som nyligen infördes - har ni koll?

- När ska man blinka i en rondell egentligen?
- Hur ska man tolka skyltarna om datumparkering?
- Måste lastbilar ha vinterdäck?
- Vilken bil får jag köra med i miljözon 2?
- Får man verkligen cykla på övergångsställen?

Många svenskar har något ålderstigna trafikutbildningar. Kanske var det inte igår man tog körkort? Det finns en del nya trafikregler att ta hänsyn till.

Ta kontakt med en trafikskola och bjud in en trafiklärare till er MHF-avdelning. Eller be att själva få komma och besöka trafikskolan med en grupp. Låt en kunnig lärare gå igenom vad som hänt på regelområdet de senaste åren. Frågorna kan bli hur många som helst. Det blir garanterat en intressant och givande kväll. Givetvis ska ni passa på att bjuda in trafikintresserade personer som inte är medlemmar ännu. Under kvällen blir de väl det.

Studiehjälp för nysvenskar

När ni själva har uppdaterat era trafik kunskaper kan er lokalavdelning erbjuda studiehjälp för nysvenskar som skall ta körkort. Ordna till exempel en informationskväll om hur det går till att ta körkort i Sverige, samt erbjud förberedelser inför körskoleutbildningen. Ni kan också erbjuda att i lugn och ro hjälpa till att förklara material från trafikskolan eller NBV. Det kan vara svårt med ett nytt språk och trafikterminologi.

De här båda tipsen kan dessutom kombineras om det är lämpligt. Ett bra samarbete med trafikskolor och NBV är alltid bra och attraktivt.

Nya kontaktytor kan skapas.



” Mycket nytt att hålla reda på ”



INGEN SKA DÖ
AV RATTFYLLERI

MHF
Byängsgränd 8
120 40 Årsta
info@mhf.se
08-555 765 55

www.mhf.se