

Cykla på vintern – går det?

Spelas in

Webbinarium anordnat av nätverket Ett hållbart Täby den 9 december 2020

Kvällens program

- 19.00 Välkomna!
- 19.05 Jon Jogensjö föredrag
- 19.30 Täbycyklister berättar
- 19.50 Erbjudande från Bikerroom
- 19.55 Frågestund

Frågor i chatten



Varför cykla?

-

Varför INTE cykla?

- ✓ hälsosamt att vara utomhus
- ✓ bra motion
- ✓ ofta snabbare än andra transportmedel
- ✓ aldrig svårt att hitta parkering
- ✓ betydligt billigare än bil eller SL-kort

Dessutom har cykeln otroligt låg klimatpåverkan!



Ny potentialstudie av Region Stockholm

Vad händer när cykling tillåts på alla vägar?

Hur många invånare i länet kan cykla till arbetet inom 15 - 30 minuter?

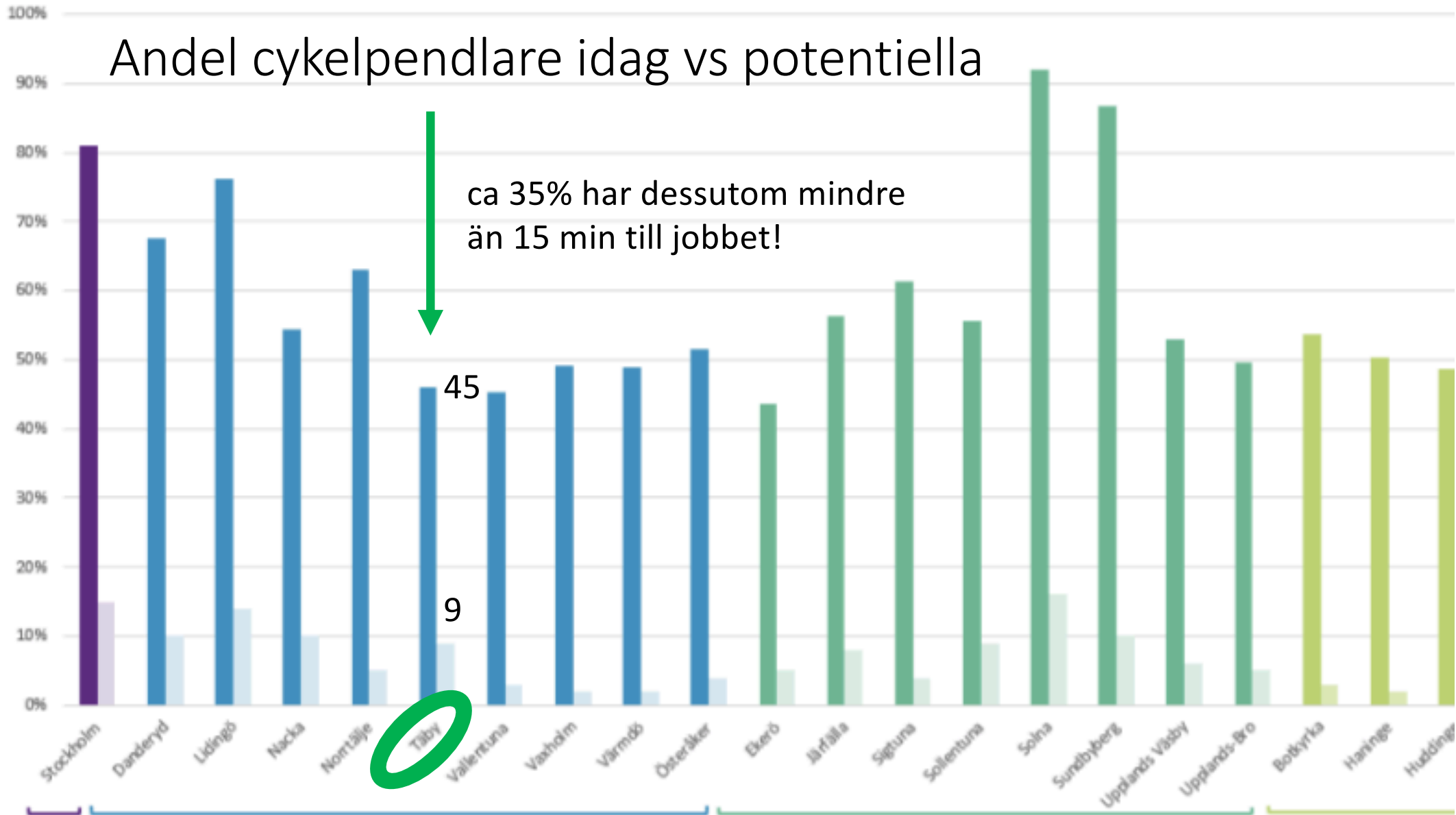
Hur skiljer sig resultatet mellan kommuner?

Var är potentialen störst för ökad cykling?

<https://www.sll.se/verksamhet/Regional-utveckling/strategier-och-planer-inom-regional-utveckling/det-regionala-cykelkansliet2/studier-och-rapporter-kring-cykling/>



Andel cykelpendlare idag vs potentiella



Våra syften med webinariet

Att inspirera fler till att se vintercykling som ett alternativ

Att rätta ut frågetecken som skapar tveksamhet

Att tipsa om smarta lösningar till de som redan cyklar

Att skapa en kontaktyta mellan nätverkets nuvarande och blivande cyklister

Kan vi driva Täby till att bli en cykelvänligare kommun??



Jon Jogensjö

- startade FB-gruppen [Vi som cyklar i Stockholm](#)
- startade nationella nätverket [Cykla med lastcykel](#)
- startade nätverket [Superlokala Cyklandeombud i Stockholms län](#)
- driver bloggen [Cykelpendla i Hässelby](#)
- använder lastcykel i sitt jobb som [fotograf](#)



Vintercykla





11 december



26 januari







Varför fortsätta cykla året runt?

- 1. Varför sluta cykla på vintern??**
- 2. Samma fördelar som på sommaren**
- 3. Ofta ingen snö**

Utrustning

- 1. Ofta räcker vanliga kläder för höst/vinter**
- 2. Låt cykelverkstaden montera dubbdäck**
- 3. Kolla så lamporna funkar, kanske uppgradera framlampan?**

Att tänka på om det är minusgrader

- **Där resan startar kanske dåligt saltat**
- **Stora pendlingsstråken sopsaltade**
- **Med dubbdäck klaras ishalkan**



Sopsaltat



Inte sopsaltat



Mer om kläder, skor, vantar

- 1. Cyklar du långt kan funktionskläder vara skönt.**
- 2. Alla är olika, hur varm jag blir, om jag har elcykel.**
- 3. Skaffa enkla klara glasögon, snö kan vara som nålar.**



Mer om cykelutrustning

- 1. Cyklar du på sopsaltade sträckor bra att skölja med vatten.**
- 2. Smörj kedjan ofta.**



Vi cykelpendlar året runt till stan sedan 10 år



Våra tips på klädsel

Lagom varma kläder – frys lite i början

Varma handskar – gärna vindtäta; skidhandskar funkar bra

Varma skor

Julklappstips: höga, fodrade cykelskor!



Våra tips för cykeln

Det räcker att dubba framdäcket

Större slitage pga sand och salt – lämna på service till våren

Om du köper ny cykel - inkapslade växlar är smidigt

Gå inte ut för hårt – det är jobbigare att cykla på vintern



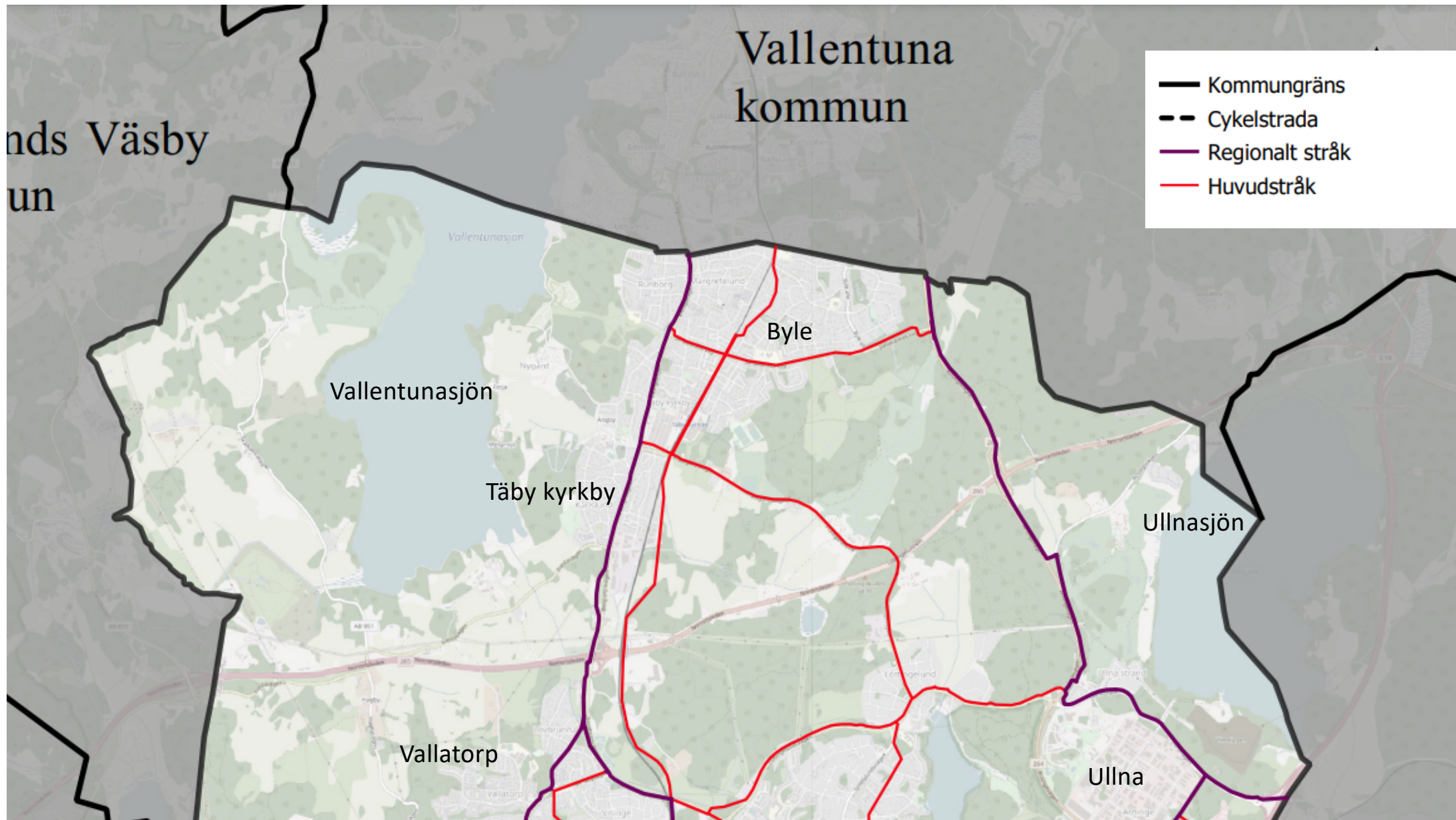
Prioriterade stråk mot Stockholm



Vallentuna kommun

- Kommungräns
- - - Cykelstrada
- Regionalt stråk
- Huvudstråk

nds Väsby
un



Vallentunasjön

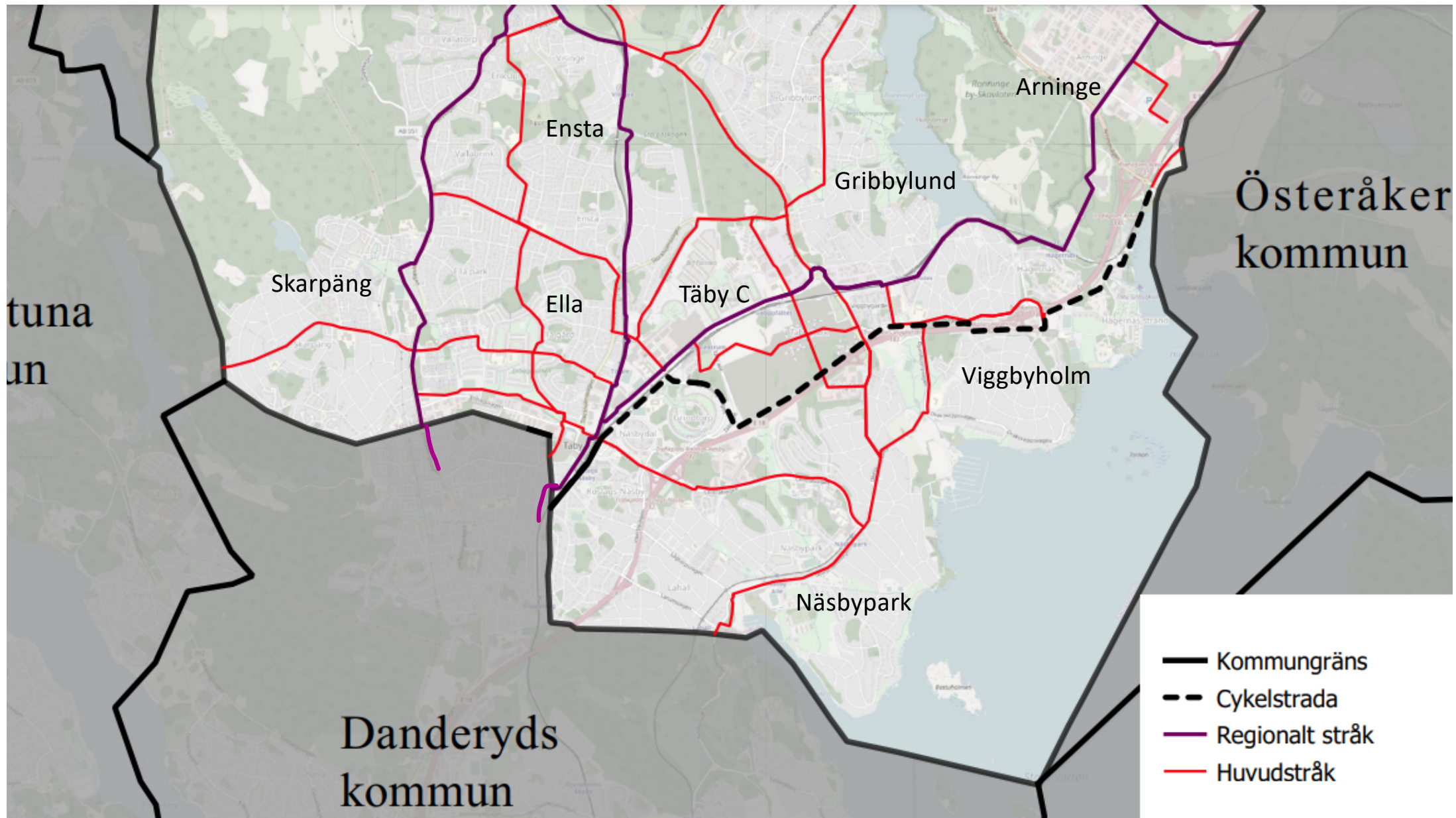
Byle

Täby kyrkby

Ullnasjön

Vallatorp

Ullna



tuna
un

Österåker
kommun

Danderyds
kommun

- Kommungräns
- - - Cykelstrada
- Regionalt stråk
- Huvudstråk



Täby - Stockholm

Sopsaltade områden i
Danderyd, Solna och
Stockholm

Sopsaltning flera g/v

Flera g/dag vid snöfall

Bra cykelkarta (täcker ej Täby):

<https://trafiken.nu/stockholm/cykel/cykelpendla-pa-vintern/>



Naturhistoriska
– någon dag
efter
jättesnöfallet i
nov 2016

Sopsaltad väg
ser glansig ut!



Cykelpendling för barn

Dubbdäck finns från 20 tum

Dubba bara framhjulet

Träna på att inte bromsa vid sväng

Skapa rutiner att familjen cyklar
oavsett väder

Undvik de tuffaste dagarna

Att cykla med barn

- Cykelvagn
 - Kan kopplas loss vid ärenden eller egen cykling
 - Kan användas separat
 - Kan vara fjädrad (bekväm)
- Lådcykel
 - Mer plats för större barn
 - Bättre utsikt
 - Lättare att prata med barnen



Att cykla med barn

- Lätt cykel som är gjord för barn på riktigt (tex Frog finns bra begagnade)
- Cykelhandskar
- En vuxen per barn i "trafik"



Att cykla med barn

Kan vara onödigt krångligt ibland...



Feb 2018

Köper ny bil inför flytt till Täby

Juni 2018

Säljer bilen efter 6 månader

Jan 2020

**Börjar jobba efter FL och
bestämmer mig för att
cykelpendla**

Dec 2020

**Bytt ut ca 80% av resor under 5
km till cykel**

**Cykelpendlar året runt, fnv Gribbyle
Danderyd 8,1 km**



Framgångsfaktorer:

- Elcykel!
- Ta hjälp att hitta
- En stor cykelkorg
- Rätt kläder
- Regjälåås
- Inre motivation



Resor under 5 km

- Dansskola 700 m
- Lansen pizzeria 1,2 km
- Ica Stop 2,5 km
- Täby C, 2,5 km
- Täby kyrkby 3,5 km
- Arninge 4,2 km
- Blomsterlandet
- Ella gård 3,6 km

Vinster

- Ökad mobilitet!
- Vardagsmotion
- Minskad transportkostnader
- En handling i linje med mina värderingar om en hållbar framtid



Täby Kyrkby C / www.bikeroom.se

Exklusivt erbjudande för deltagare i kvällens webinar

- 20% på cykeltillbehör (ej kombineras med andra rabatter)
- 10% på service
- Ange Ett hållbart Täby i butiken, en lista med deltagare skickas till Jocke
- Sista datum 31 jan 2021

Ett hållbart Täby

Det partipolitiskt obundna nätverket för ett klimatvänligt liv i Täby

- Grupp på Facebook
- Inspiration till mer hållbara livsstilsval
- Påverka vår kommun att minska utsläpp
- Mål: 1000 medlemmar 2020!



www.ethallbartaby.se

e



Över 650 Täbybor ställer om!

“När våra söner förklarade för oss om hur oroliga de var för miljö och klimat kände vi i hjärtat att vi också ville göra vad vi kunde.”

“Fantastiskt vore om det startades ett bilkollektiv i Täby!”

“Jag gick med i EHT för att det är här, lokalt, vi som individer och kommuninvånare kan göra störst skillnad”

“Det jag är mest nöjd med är mitt minskade avtryck i fossila utsläpp genom minskat flygande och att jag kör elbil när jag inte tar bussen eller cykeln.”

“Jag handlar på Reko för att jag vill stötta de lokala producenterna och ser det som ett sätt att minska miljöpåverkan genom att undvika långa transporter”.

www.ethallbartaby.se

