



Nyhetsbrev nr 2, juni 2013

Vårperioden slut

Registrera vårens cykling

Söndagen den 2 juni var sista dag i vårens cykelperiod i Skånetrampar. Hittills har över 480 000 cykelkilometer registrerats, men det är fortfarande 123 stycken som inte registrerat någon cykling alls och 261 som har färre än 10 cykeldagar registrerade. I vår har Skånetrampar haft 1961 anmälda och vi hoppas att det blir ännu fler till höstens period som startar den 2 september. Ni som redan är anmälda deltar automatiskt i höstens omgång om ni inte väljer att avregistrera er.

Se till att alla lagmedlemmar registrerar sin cykling!

Alla lagmedlemmar måste ha registrerat minst 10 cykeldagar under vårens cykelperiod. Sista datum för registrering är den 9 juni. Tävlingsperioden sista cykeldag var den 2 juni. Cykling som registreras efter detta syns ej i statistiken. Den 2 september startar höstens cykling. Skriv gärna in en påminnelse i almanackan!

**Cykelperiod hösten 2013
2 september - 13 oktober**

Nu lanseras skånsk cykelreseplanerare

I förra veckan lanserades en ny cykelreseplanerare. Den fungerar i hela Skåne och förslår snabbaste respektive säkraste vägen mellan två punkter. Cykelreseplaneraren är gjord inom ramen för Öresund som cykelregion tillsammans med Skånetrafiken. Cykelreseplaneraren hittar du på bikeoresund.com. Där kan du också beställa den lilla guideboken Fjärilsleden som tipsar om hur man cyklar runt Skåne och delar av Själland och allt fint man kan se på vägen. Kolla gärna om det är fler på din arbetsplats som är intresserade innan du skickar din beställning!

Cykeln i kombination med kollektivtrafiken

Nu kan du använda Skånetrafikens reseplanerare även för att planera din kombinationsresa med cykel. Gå som vanligt in på skånetrafiken.se och välj Utökad sökning. Klicka sedan i Med? vilka färdmedel du önskar ha med i sökningen. Under Andra önskemål? kan du sedan välja om du tar med dig cykel hela vägen eller bara till och från en hållplats. Funktionen är fortfarande under utveckling.

The screenshot shows a search interface with four main sections:

- 1 Var?** "Jag ska resa:" with radio buttons for "i Skåne", "i södra Sverige", and "i norra Europa / Danmark".
- 2 När?** "Avgångstid" dropdown set to "15:11" and a date selector set to "2013-06-05".
- 3 Med?** A list of transport modes with checkboxes: "Stadsbuss" (unchecked), "Regionbuss" (checked), "Tåg" (checked), "Färdförbindelse" (checked), "Flygbuss" (unchecked), "Bil" (unchecked), and "Cykel i Skåne (test)" (checked). A "Avmarkera alla" link is at the bottom.
- 4 Andra önskemål?** Includes "Bytestid" (Normal), "Gånghastighet" (Normal), "Prioritera" (Restid), "Anpassad för" (with checkboxes for "Rörelsehindrade" and "Synskadade"), and "Cykel och kollektivtrafik" (Jag tar med mig cykeln hela vägen).

Årets cykeltrend är motionscykling

Den årliga cykeltrendspaningen har utsett motionscykling till årets cykeltrend. Fler köper racercyklar och racingaccessoarer och de stora cykelloppen slår anmälningsrekord.

Läs mer här: <http://bit.ly/13u2tmT>

Så funkar förmån för fri cykel

Hur går det till när ett företag erbjuder en cykel i förmån till de anställda? Att erbjuda en cykel i cykelförmån fungerar lite annorlunda än bilförmån. Detta för att kostnaderna är lägre och för att det inte finns några schabloner utan det är cykelns marknadsvärde som räknas. Svensk Cykling tagit fram ett faktablad som hjälper till.

Läs mer: <http://bit.ly/11k7oFa>



Skåne trampar

Nyhetsbrev nr 2, juni 2013

Vårens Veckans lag i Skånetrampar

Vecka 17 och 19 - arbetsresor respektive fritidsresor

Vecka 17 så var lag **SUS-CykelENDar** flitigast när det gäller att cykla till och från jobbet. Under veckan cyklade lagmedlemmarna 89,4 km till och från jobbet per lagmedlem.

Vecka 19 så cyklade lagmedlemmarna i genomsnitt 145 km per lagmedlem på fritiden. Med detta blev de veckans lag gällande fritidsresor.

Lagmedlemmarna arbetar på Endokrinologiska kliniken på Skånes Universitetssjukhus. På bilden nedan ser du Anders Frid och lagledaren Lena Larsson med sina cyklar och Karin Ivansson till höger. Med på bilden är också kliniken i Lund respektive Malmö. Övriga lagmedlemmar som saknas på bild är Henrik Borg och Bertil Nilsson.

Lite om vinnarna

Anders och Henrik är läkare på Endokrinologiska kliniken och diskuterar dagligen motion med patienter som har diabetes. Lena har det praktiska ansvaret för maten på kliniken och Bertil är forskningssjuksköterska. Karin är sjuksköterska med inriktning mot klassisk endokrinologi.



Vecka 18 - tjänsteresor

Vecka 18 så var lag **Rosentramparna** från Vård- och omsorgsförvaltningen, Lunds kommun, flitigast att cykla i tjänsten 19,6 km per lagmedlem blev det under veckan. Lag Rosentramparna består av lagledaren Christin Engman (överst på bilden till höger) och lagmedlemmarna Margareta Stålhammar, Malin Nilsson och Katarzyna Badat.

Lite om vinnarna

Margareta, Malin och Katarzyna arbetar som undersköterskor i hemvården Rosengården. Christin arbetar som undersköterska i Team för trygg hemgång. Margareta och Christin är hälsoinspiratörer på arbetsplatsen.



Vecka 20—arbetsresor

Vecka 20 så var lag **SUS-källartroll** flitigast när det gäller att cykla till och från jobbet genom att cykla i genomsnitt 75,2 km per person under veckan. Lagmedlemmarna arbetar på Skånes Universitetssjukhus och lagnamnet kommer av att de arbetar och träffas i källaren på Reumatologhuset i Lund.

På bilden på nästa sida ser du lagmedlemmarna Kajsa Sjöstrand, Anna Persson, Sara Nilsund, Maria Jacobsson (lagledare) och Katarina Ferm. Eva Nilsson, den sjätte lagmedlemmen, saknas på bilden.



Skåne trampar

Nyhetsbrev nr 2, juni 2013



Lite om vinnarna

Kajsa och Maria arbetar på reumatologens forskning och biobank. Eva arbetar på avdelning 51 och Anna, Katarina och Sara arbetar på Hälsoenheten med fysisk rehabilitering av kranskärlpatienter samt fysisk aktivitet på recept (FaR).

Vecka 21 - tjänsteresor

Veckans lag vecka 21 var lag **Vilda Väster** från Hemvården Väster 1, Lunds kommun. Lagmedlemmarna cyklade under veckan i genomsnitt 16 km per person i tjänsten. Med detta resultat var de näst bäst avseende tjänsteresor, bara slagna av lag Rosentramparna som cyklat 20,7 km per person under veckan.

Laget består av lagledaren Sivbritt Kragh och hennes lagkamrater Annette Bing, Carina Kronkvist, Cecilia Nilsson, Joanna Maveus, Karin Ohlson, Kerstin Mattsson, Margareta Ragnarsson, Marie Kristoffersson, Masoomeh Kohandelnezad, Pia Nilsson, Ruza Rajic, Sara Kunnos Wiklund och Zandra Månsson

Vecka 22 - fritidsresor

Vecka 22 så var lag **SUS-Flickracet** flitigast när det gäller att cykla på fritiden. Lagmedlemmarna arbetar på Barn-kirurgiska kliniken på Skånes universitetssjukhus i Lund.. På bilden nedan ser du lagledaren Birgitta Leijman (längst till vänster) följd av lagmedlemmarna Ingrid Billström, Inga Pedersen, Marianne Leo och Sandra Sandberg. Lagmedlemmarna har under veckan cyklat i genomsnitt 110,8 km per person på fritiden.

Lite om vinnarna

Inga arbetar på avd 65 och cyklar i ur och skur till och från Staffanstorp. Birgitta, Ingrid, Marianne och Sandra arbetar på Barnkirurgens mottagning och är lite mer restriktiva och tar sig gärna en titt ut och gör en bedömning innan de bestämmer sig för om det blir cykeln eller bussen.

Hela gänget tycker om att ta sig runt med cykel och efter helgen blir det en diskussion om olika cykeläventyr.



trampar.se

Magdalena Nilsson
info@trampar.se

Skånetrampar arrangeras av Korpen Skåne & Hallands Motionsidrottsförbund på uppdrag av Hållbar Mobilitet Skåne. Kampanjen delfinansieras av Hållbar Mobilitet Skåne, Trafikverket Region Syd, Region Skåne och ett flertal av Skånes kommuner.