Oslo



Foto: Martin Myklebust/Bymiljøetaten

Hjertesone i Oslo

I Oslo er det et mål at så mange barn og unge som mulig skal gå eller sykle til skolen, og ha en skolevei som oppleves trygg å ferdes på.

På bakgrunn av dette skal alle skoler med barnetrinn i Oslo ha en hjertesone i løpet av de kommende årene.

Les mer om Hjertesone i Oslo ved å scanne QR-koden til høyre, eller søke på «Hjertesone» på Oslo kommunes nettsider.

Oslo

Hjertesone



Foto: Knut Opheim/Statens vegvesen

Sammen for trygge skoleveier og aktive barn

Vi er en hjertesoneskole

Gjennom Hjertesone samarbeider skolen, FAU og elevene for å gjøre det tryggere og mer attraktivt for barna å gå og sykle til skolen. Vi har definert en hjertesone rundt skolen hvor vi jobber med tiltak for å oppmuntre til flere aktive reiser, øke trafikksikkerheten og redusere biltrafikken.

Med dette ønsker vi å bidra til et trygt, aktivt og levende lokalmiljø rundt skolen.

Vi ønsker deg som foresatt hjertelig velkommen med i arbeidet!



HJERTESONE
TRYGGERE VEI

Våre anbefalinger til deg som foresatt

La barna gå eller sykle til skolen
Dette gir barna en god start på dagen med frisk luft, bevegelse, opplevelse av selvstendighet, mulighet til å møte venner, erfaring i trafikken og et godt utgangspunkt for læring når de kommer på skolen.

Øv på skoleveien
Velg den tryggeste ruten som skolevei. Gjennom repetisjon og samtaler utvikler barna evnen til å vurdere, tolke og forstå ulike trafikksituasjoner. Vi anbefaler derfor å gå eller sykle skoleveien sammen med barna flere ganger, og å snakke om steder hvor man bør være ekstra oppmerksom. Utforsk gjerne alternative ruter i nærområdet for å øve på ulike situasjoner, som å krysse vei med og uten gangfelt, gå langs vei med og uten fortau, og snakke om relevante skilt og trafikkregler. Husk også at det kan være flere utfordringer i trafikken når det blir vinter og mørketid. Øv derfor gjerne gjennom hele året.

Vær en god rollemodell i trafikken
Barn lærer av det vi voksne gjør, derfor er det viktig at vi alle opptrer trygt og hensynsfullt – både når vi snakker om trafikk og når vi ferdes i den. Det innebærer for eksempel å bruke hjelm og refleks, legge bort mobilen, se seg godt for, respektere trafikklys, tilpasse farten og vise hensyn til andre.

Følge- og gågrupper
Følgegrupper er et nyttig tiltak for å øke tryggheten på skoleveien. I en følgegruppe blir en gruppe barn fulgt av en voksen, noe som kan gi både trygghet på veien og mulighet til å lære barna om trygg ferdsel i trafikken. Etter hvert kan de gå sammen uten voksne. Vi oppfordrer foresatte til å etablere følge- og gågrupper sammen med andre barn og foresatte. Ta gjerne opp temaet på foreldremøter.

Unngå å kjøre barna til skolen
Vi ønsker minst mulig bilkjøring i lokalmiljøet rundt skolen, spesielt i hjertesonen. Når færre kjører, blir det mindre trafikk og et tryggere lokalmiljø for oss alle.

Hva gjør skolen?

I samarbeid med elevene arrangerer vi aktiviteter gjennom året for å oppmuntre til flere aktive reiser og styrke barnas trafikkunnskap og trygghet i trafikken. Les mer og følg med på arbeidet gjennom skolens kanaler.