Projektrapport Cykelskolor
#Luleåcyklar

Bakgrund

Våren och hösten 2018 genomförde Luleå kommun tillsammans med Cykelfrämjandet, Naturskyddsföreningen samt Hyresgästföreningen, cykelskolor runt om i kommunen. Syftet var att möjliggöra för fler att kunna cykla som motion, rekreation och transportmedel.

Målgruppen har varit barn och vuxna som inte kan cykla

Genomförande

En projektgrupp bildades med representanter från vardera samarbetsorganisation i syfte att planera praktiskt för genomförandet. Till vår hjälp fanns även expertis från Cykelfrämjandet nationellt som driver cykelskolor runtom i landet.

Den 26 april bjöd vi in alla intresserade till en instruktörsutbildning för blivande ledare i cykelskolorna. Intresset var väldigt stort och hela 21 personer blev certifierade instruktörer under leding av cykelfrämjandets nationella projektledare.

Projektgruppen planerade in fyra cykelskolor med maximalt 20 deltagare i varje. Cykelskolorna genomfördes på Porsön i maj, i Råneå i juni, på Tuna i augusti och på Hertsön i september. Instruktörerna fick skriva upp sig på respektive skola och med på varje tillfälle var också någon från kommunen. De flesta som gick instruktörsutbildningen valde att också vara ledare på någon cykelskola och en del på flera av dem.

Vi marknadsförde cykelskolorna via Luleå kommuns webb, intranät och facebook samt via e-post och samtal till arbetsmarknadsförvaltningen. Deltagarna fick anmäla sig på vår webb. Vi hade mellan 15-

20 anmälda på alla skolorna men inte alla anmälda dök upp. Å andra sidan tillkom varje gång helt nya på plats.

Varje cykelskola bestod av tre tillfällen a´ två timmar samt en avslutande cykelutflykt. Under cykelutflykten deltog naturskyddsföreningen och lärde bland annat ut namn på olika fågelarter, blommor, att göra upp eld mm. Efter sista tillfället genomfördes en utvärdering med deltagarna där vi ställde frågor om upplevelsen av cykelskolan, om de skulle fortsätta cykla mm, genom att deltagarna fick förflytta sig på en linje med ytterligheterna i ändarna.

Efter genomförd cykelskola fick alla ett diplom. Här är gänget i Råneå vid den avslutande cykelutflykten

Många som har lärt sig cykla har ingen tillgång till egen cykel. Vi anordnade därför två cykelloppisar på Sommargatan samt skrev ihop information som vi delade ut med uppgifter om var man kan hitta billiga cyklar.

Mål och resultat

Mål med insatsen var att:

- 80 personer lär sig cykla
    - Tyngdpunkten har varit vuxna kvinnliga deltagare men även barn har deltagit. Många familjer har varit på plats men där mamman i familjen varit den som övat och övriga hjälpt till, lekt och umgåtts. Kompisar har även tillkommit som redan kan cykla. Skolorna har på så vis även fungerat som en social mötesplats på bostadsområdet. 56 personer har deltagit och vår bedömning är att 95% av deltagarna lärt sig cykla

En av många deltagare som lärt sig cykla

- 50 personer har en positiv inställning till cykel som transportmedel och väljer den för resor kortare än 4 km.
    - I stort sett alla ville fortsätta cykla i vår utvärdering, dock vet vi att ett problem här är tillgången till cykel. Det lyckades vi inte lösa för alla, men för en del.

- Att 50 % upplever en förbättrad hälsa genom att regelbundet cykla för motionen och rekreationens skull samt för att transportera sig.
    - Detta har vi inte kunnat mäta.

- Att ytterligare 80 personer (i huvudsak barnfamiljer), utöver dem som deltagit i cykelskolorna, deltar i Cykelutflykterna
    - Här lyckades vi inte nå ut. Endast enstaka deltagare har tillkommit utöver deltagarna i cykelskolorna.

Utvärdering och lärdomar

Efter avslutat projekt samlades projektgruppen för en utvärdering. Vi resonerade kring vad som fungerat bra och vi kan förbättra till nästa gång. Följande synpunkter framkom.

Det här har fungerat bra:

- Genuint roligt
- Givande uppdrag som ledare
- Deltagarna har varit nöjda, tacksamma och väldigt glada
- Det har känts som att vi gjort verklig nytta
- Många engagerade instruktörer
- Instruktörsutbildningen var väldigt bra
- Vi förstod varandra trots språkförbristningar
- Nästa alla deltagare lärde sig cykla och de som lärde sig snabbare hjälpte då även andra deltagare framåt.
- Bra avslut med utflykt och inslagen från Naturskyddsföreningen

Representanter från Naturskyddsföreningen berättar om midsommarblommor inför stundande firande

Det här kan vi utveckla:

- Vi hade kunnat nå än fler med mer info under hösten, nu fyllde vi grupperna ganska bra och la därför inte mer kraft på detta, trots att det fanns en del platser kvar till förfogande
- Våren är bästa tiden för cykelskola, det är svårare att hitta både deltagare och ledare på hösten

- Kör färre skolor men fler tillfällen vid varje skola, nästa gång. Då hinner vi bättre med att gå igenom trafikregler mm. 6 tillfällen om två timmar bör vara rimligt
- Polisen skulle kunna göra besök
- Ledargruppen behöver helst mötas vid ett tillfälle innan för att planera upplägget. Då blir det ett tydligare avslut och inledning på skolan. Nu har var det lite mer informellt.
- Förklara tydligare vad cykelfrämjandet är och hur medlemskapet fungerar
- Särskilt teoripass innanför fyra väggar kan ev. vara positivt då det är mycket som konkurrerar om uppmärksamhet då man visats utomhus.
- Innan start – kolla hur mycket gruppen kan och dela upp den i nivåer.
- Ett alternativ till att vara på skolor kan vara en cykelhelg i Arcus i tex april. Ev. samarbete med SFI
- Organisera så att *alla* deltagarna kan få/köpa billigt en egen cykel.
- Fritidsbanken deltog ej rent praktiskt eftersom de inte än har cyklar i sin utlåningsdel

Fortsatt verksamhet

Vi har genom projektet byggt upp en organisation, en metod och ett samarbete med föreningslivet som gör att vi relativt enkelt kan genomföra ytterligare cykelskolor kommande år som inte driver stora kostnader eller kräver investeringar. Vi har en cykelpark som fungerar för ändamålet och vi har utbildade och engagerade instruktörer i vårt nätverk.