Á VEG Í SKÚLA

Í samstarvi við:

betri

RÁÐIÐ FYRI FERÐSLUTRYGD

Ferðsla og skúlabyrjan

Tað er stórur dagur, tá ið barnið fer í skúla. Nýggjur heimur letur seg upp, og avbjóðingarnar verða fleiri. Ein avbjóðingin er skúlaleiðin. Skal barnið verða koyrt í skúla, skal tað ganga ella fara við bussi? Sama, hvat ið hóvar tykkum best, hevur tað stóran týdning, at barnið longu á ungum árum lærir at bera seg at í ferðsluni á skilagóðan hátt og kennir seg trygt á veg í skúla og til húsar aftur.

Tummilsregla: Børn megna nústani at ganga einsamøll í ferðsluni um 8-10 ára aldur alt eftir nærumhvørvi, og hvussu búgvin tey eru.

Hvat dugir barnið?

Ymist er, hvussu barn um 6-7 ára aldur klárar seg í ferðsluni. Tað veldst um, hvussu búgvið barnið er, og hvussu nógv tað veit um ferðslu. Tó eru fleiri felagsnevnarar:

- **Tey duga illa at meta um fjarstøðu og ferð**
- **Tey síggja støður frá sínum sjónarhorni og duga illa at síggja støður úr fleiri sjónarhornum**
- **Tey hava ilt við at meta um vandastøður**
- **Tey síggja smálutir, men fata ikki altíð heildina**
- **Tey gera ofta skjótt av og gloyma at hyggja seg um**
- **Tey vænta, at vaksin altíð halda ferðslureglurnar**

Sostatt tørvar børnum hjálp og venjing, so tey kunnu fara í skúla trygg og sjálvbjargin.

Ferðsluvenjingar til gongu og á súkklu eru á rff.fo undir "Til foreldur"

Til gongu

Lat barnið ganga í skúla, um tað á nakran hátt ber til. Frísk luft og rørsla gera, at barnið er væl fyri at fara undir skúladagin. Ferðslan verður ikki so nógv í nánd av skúlanum, og tí verður trygdin av sær sjálvari betri, um børnini ganga heldur enn at verða koyrd í skúla.

Vel eina leið, sum er trygg hjá barninum. Tann trygga leiðin er ikki altíð tann stytsta leiðin, men tann leiðin, har tað so sjáldan sum til ber skal fara tvørtur um veg. Ven skúlaleiðina saman við barninum, longu áðrenn skúlin byrjar, og fylg barninum í skúla ta fyrstu tíðina.

- **Vís barninum á ferðsluvandarnar á leiðini og lær barnið at hyggja fram fyri seg og lurta eftir ferðsluni**
- **Lær barnið at fara tvørtur um veg, har tað er trygt at fara yvirum og at hyggja til báðar síður**
- **Lær barnið at brúka gongubreyt og gonguteig og hyggja seg væl um**
- **Meginreglan er at ganga vinstrumegin, um eingin gongubreyt er**

Gev barninum fáar og einfaldar ferðslureglur at halda seg til.

Sýni

Børn eru smá á vøkstri, hava tí avmarkað sýni og síggjast heldur ikki so væl. Far niður at húka og eygleið ferðsluna í barnahædd, tá ið tú venur saman við barninum.

- **Lær barnið at vera serliga ansið, um tað noyðist at fara út á vegin ímillum parkeraðar bilar ella aðrastaðni, har tað ikki sæst væl**
- **Brúka altíð endurskin og/ella endurskinsvest, tá ið myrkt er á morgni og seinnapartin**
- **Vaska endurskinini javnan og blaka slitin endurskin burtur. Eftir tveimum árum eru endurskin slitin og virka tí verri**

Ráðið fyri Ferðslutrygd gevur á hvørjum ári øllum næmingum í fyrsta flokki endurskinvest í samstarvi við Betri Trygging.

Á súkklu

Alt ov fáar súkklubreytir eru her hjá okkum. Tí er umráðandi, at fólk á súkklu eru ógvuliga gáin. Skulu børn súkkla, krevur tað, at foreldur fyrst læra tey at súkkla í ferðsluni.

At súkkla millum bilar og onnur akfør krevur sjálvandi nógv meira av barninum enn at súkkla, har eingin ferðsla er. Barnið skal duga at hava eyguni við nógvum ymsum viðurskiftum í senn, samstundis sum tað skal halda javnvágini. Eisini skal tað duga at súkkla við aðrari hondini, so tað fær givið tekin.

Lær barnið altíð at nýta hjálm, tá ið tað súkklar. Ein hjálmur kann í nógvum førum byrgja fyri álvarsligum skaða. Hjálmurin skal hava røttu støddina og sita soleiðis, at hann verjir pannu, vanga og nakka.

- **Vel ein góðkendan hjálm, sum er merktur við CE EN 1078. Tá tryggjar tú tær, at hjálmurin lýkur evropeisku krøvini**
- **Lat ikki barnið spæla í hjálminum, men bara brúka hann, tá tað súkklar**
- **Hevur hjálmurin fingið harðan stoyt, er hann ikki tryggur og eigur at verða skiftur út**
- **Súkklan skal hava neyðugu útgerðina og vera væl røkt**

Foreldur skyna sjálv á, nær barnið klárar at súkkla einsamalt.

Ráðið fyri Ferðslutrygd mælir til, at barnið súkklar saman við vaksnum í ferðsluni, til tað er eini 10-12 ára gamalt.

Tosa við barnið um, hvar skilabetri er at leiða súkkluna heldur enn at súkkla.

Hjálp barninum at brúka hjálmin rætt:

- **Hjálmurin skal hava rætta stødd til barnið.**
- **Hjálmurin skal sita vatnrættur á høvdinum. Umleið tveir cm skulu vera millum eygnabrýr og framkantin á hjálminum.**
- **Síðureimarnar skulu samlast við síðuspennunum beint undir oyralippunum og ikki við høkuna.**
- **Reimarnar skulu vera so strammar, at hjálmurin situr fastur, tó tað skal kennast væl at vera í honum.**
- **Barnið skal hava nýggjan hjálm, tá tann gamli ikki longur verjir pannu, nakka og tinningar.**
- **Kanna reimarnar eina ferð um vikuna.**

Ráðið fyri Ferðslutrygd gevur á hvørjum ári øllum næmingum í fyrsta flokki súkkluhjálm í samstarvi við Betri Trygging og Trygd.

Her situr hjálmurin rætt

Her situr hjálmurin skeivt

Sambært lóg skulu børn sita á selapútu ella bilpútu við stólabaki til tey eru 135 cm.

Ferðslutrygd mælir til at velja bilpútu við stólabaki.

Í bili

Ferðsla á morgni er ofta nógv og rokalig, og vegurin við skúlan er mangan ikki gjørdur til nógva ferðslu. Tí kann vandi lúra, so vís fyrilit fyri øðrum í ferðsluni kring skúlan.

- **Fylg ásetingunum hjá skúlanum um parkering, og hvar børnini kunnu verða sett av**
- **Lær barnið at fara úr bilinum tí megin, sum vendir ímóti gongubreytini**
- **Minst altíð til trygdarbeltið – hjá øllum í bilinum. Eisini hóast teinurin er stuttur**

Børn lægri enn 140 cm eiga ikki at sita við ein virknan stoytkodda*. Í samanstoyti kunnu tey fáa álvarsligt mein av stoytkoddanum.

Tú fært eitt klipp í koyrikortið, sita børn undir 15 ár ikki íbundin í bilinum, ella um børn undir 135 cm ikki eru íbundin við góðkendari trygdarútgerð, sum hóskar til longd og vekt á barninum.

* stoytkoddi = airbag

Í bussi

Koyrir barnið við bussi í skúla, vel tryggastu leiðina til og frá steðgiplássinum. Far heimanífrá í góðari tíð, so ikki er neyðugt at renna til bussin. Ven alla skúlaleiðina saman við barninum – fleiri ferðir.

- **Lær barnið at sita niðri í bussinum og vera bundið í trygdarbelti, tá ið tað er í bussinum**
- **Vís barninum, hvussu tað skal standa við steðgiplássið, so bussførarin sær tað**
- **Lær barnið at fara í bussin og úr honum á rættan hátt**
- **Lær barnið, at tað skal ikki fara tvørtur um vegin, fyrr enn bussurin er farin, og gott útsýni er aftur**

Allir bussar hjá Bygdaleiðum hava trygdarbelti.

Tað er lógarkrav at sita íbundin í einum bussi, sum hevur trygdarbelti, býarbussar undantikið.

Í skúlanum

Ferðsla er kravt undirvísingarevni í fólkaskúlanum og eigur at vera ein partur av undirvísingini í skúlatíðini hjá barninum.

Tú kanst gera títt við at fara út í ferðsluna saman við barninum og geva bæði hesum og hasum viðurskiftum gætur.

Ver góð fyrimynd

Foreldur eru týdningarmiklar fyrimyndir hjá barninum. Barnið lærir meira av tí, sum tú gert, enn av tí sum tú sigur.

Góð ráð

- **Vel tryggastu leiðina bæði í og úr skúla**
- **Ger barnið sjónligt í ferðsluni**
  – set endurskin á klæði og skúlatasku
- **Lær barnið at nýta súkkluhjálm**
  – nýt sjálv/ur hjálm
- **Brúka trygdarbelti í bilinum**
  – eisini hóast túrurin er stuttur
- **Ver góð fyrimynd**

Útgáva: November 2019

ndistovan

Í samstarvi við:

betri

RÁÐIÐ FYRI FERÐSLUTRYGD

J. H. Schrøters gøta 7 · Postboks 3209 · 110 Tórshavn
Tel 220 064 · rff@rff.fo · **www.rff.fo**