

SIDE 2

Den kommunale indsats

CYKELBAROMETRETS

CYKELAVIS

NUTID OG FREMTID FOR CYKLING I VIBORG KOMMUNE

2017

DU HAR EN CYKELAVIS I DINE HÆNDER!

Med denne avis kan du danne et overblik over cyklings rolle i kommunen. Både i forhold til, hvordan Kommunens infrastruktur - veje og stier - planlægges og anlægges, men også i forhold til hvad det betyder for dig som borger. Læs med og bliv opdateret på, hvordan Viborg er ved at forme sig som det gode eksempel på fremtidens cykelkommune.

SIDE 4

Statistik og udvikling

SIDE 10

Sundhed

SIDE 20

Gode grunde til at cykle

SIDE 6

Tilfredshed og tryghed

SIDE 16

Cykling for alle

SIDE 8

Børn og cykling

SIDE 18

Cykelturisme

SIDE 22

Cykelvisioner



VIBORG
KOMMUNE

DEN KOMMUNALE INDSATS

70 MIO. KR. INVESTERET I CYKELINFRASTRUKTUR SIDEN 2009

50 KM CYKELSTI ETABLERET

Viborg Kommune har siden 2009, i samarbejde med Staten, brugt 68,3 millioner kroner på at forbedre cykelinfrastrukturen i kommunen. Dette er gjort med projektet 'Den Midtjyske Cykelstjerne', som er visionen om at opbygge et net af

cykelstier, som gør det nemt at cykle fra A til B i hele kommunen. Siden 2009 er der blevet anlagt omkring 50 km ny cykelsti, som har betydet at kommunen er blevet bedre forbundet – for både hverdags- og fritidscyklisten.



VÆRDIEN AF ET SAMMENHÆNGENDE STI-NET

For at skabe de bedst mulige rammer for cykling i kommunen er det på ingen måde ligegyldigt, hvordan 50 km cykelsti planlægges og etableres. For at opnå størst mulig effekt skal cykelstierne planlægges som et netværk, der giver mulighed for at cykle mellem alle dele af kommunen – det dur ikke hvis cykelstien

pludselig stopper, og efterlader cyklisten uden en tryk vej frem til destinationen. Hovedidéen i projektet om Den Midtjyske Cykelstjerne, har derfor netop ligget i at skabe et sammenhængende netværk af cykelstier, der gør det muligt at pendle på cykel og naturligvis også bruge cyklen i fritiden.

STATISTIK OG UDVIKLING

SIKKER CYKLING I VIBORG KOMMUNE

FÆRRE BILER I VIBORG KOMMUNE

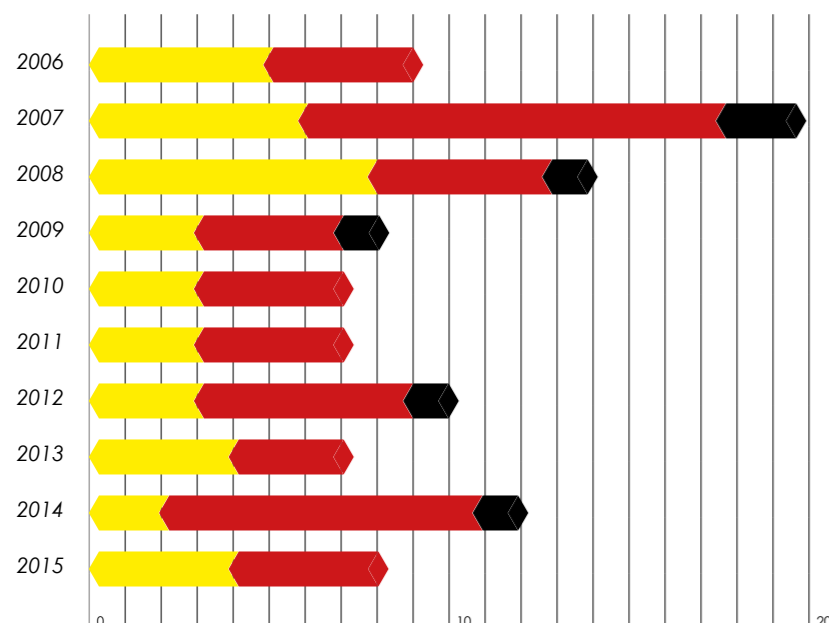
Kommunen udvikler sig – det samme gør måden hvorpå borgerne bor og lever. I Viborg Kommune bor flere og flere mennesker i de større byer, hvilket betyder bedre mulighed for kortere afstand til skole, arbejde og indkøb. Derfor falder antallet af borgere, der dagligt transporterer sig i bil til uddannelse/arbejde, mens

der er endnu flere der går og cykler. Det er positivt for både kommunen og borgerne, som ikke blot får en by med renere luft og mindre forurening, men som også får en by med mindre trafikstøj og færre gener fra biler. Og tilmed en sundere befolkning.

STIGNING I CYKLISTER

Sted	Periode	Type	Stigning
Randersvej	2012-2016	ÅDT	15,37%
Holstebro/Ringvejen	2015-2016	Uge 20	36,42%
Mark Stigs Vej/Gl. Århusvej	2015-2017	Uge 20	46,78%

FÆRRE UHELD MED CYKLISTER



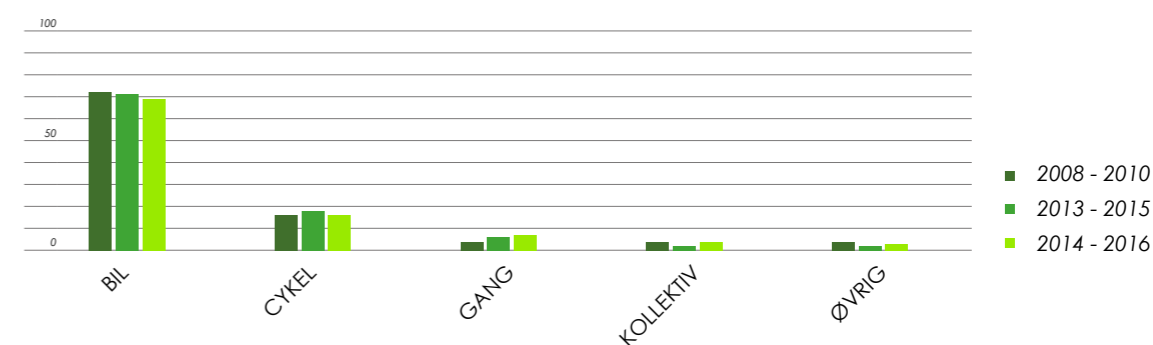
- Let tilskadekomne
- Alvorligt tilskadekomne
- Dræbte

DET ER BLEVET MERE SIKKERT AT CYKLE I VIBORG KOMMUNE

Som et led i resultaterne af indsatsen for bedre cykelinfrastruktur, sker der færre trafikulykker med cykler involveret. Enhver trafikulykke er én for meget, og netop derfor arbejder kommunen også målrettet mod at

gøre det endnu mere sikkert at cykle i kommunen. Målet er at gøre det mere sikkert og trygt at cykle i kommunen, sådan at endnu flere får lyst til at bruge cyklen til både hverdag og fritid.

UDVIKLING I TRANSPORTFORMEN TIL/FRA ARBEJDE/ UDDANNELSE



Kilde: TRANSPORTVANE-UNDERSØGELSEN, DTU



TILFREDSHED OG TRYGHED

NYE CYKELVENLIGE LYSKRYDS MED SIKKERHEDEN I TOP

TRYGHED OG SIKKERHED

Tryghed og sikkerhed er ikke nødvendigvis det samme. Et trafikkrads kan være utrygt, men samtidig være meget sikkert, idet utrygheden får alle til at se sig for en ekstra gang, og holde mere øje med de andre trafikanter, hvilket gør at der reelt sker færre ulykker. På samme måde kan trygge kryds være mere farlige, fordi trafikanterne ikke i lige så høj

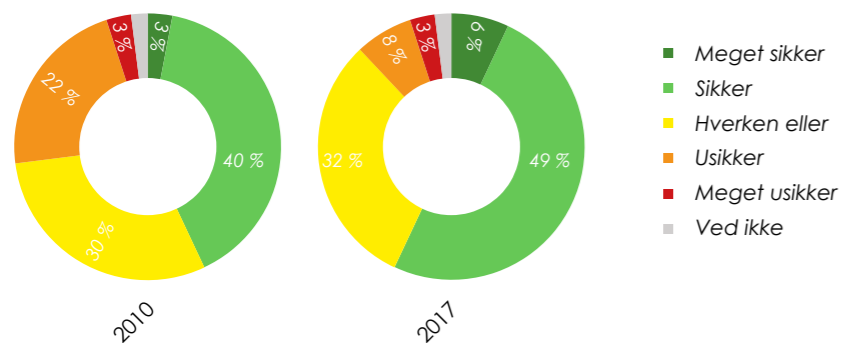
grad ser sig for. Ønskes det at få flere borgere til at cykle, er det dog vigtigt at både sikkerhed og tryghed er i top, da følelsen af tryghed er vigtig for nye såvel som garvede cyklister. Hvis det ikke føles trygt at cykle, kan det betyde at nogle stopper med at cykle, mens andre aldrig kommer i gang.

TRYGHED OG TILFREDSHED

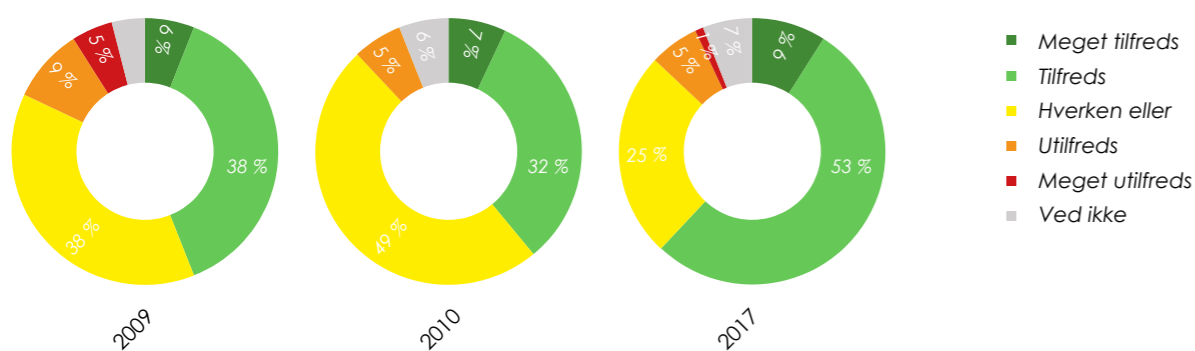
Både den oplevede sikkerhed og tilfredshed med Viborg som cykelkommune er steget siden 2009. I takt med at kommunen har forbedret

indsatsen for cyklisterne, har det resulteret i, at de cyklende borgere er blevet både mere trygge og tilfredse.

OPLEVET SIKKERHED



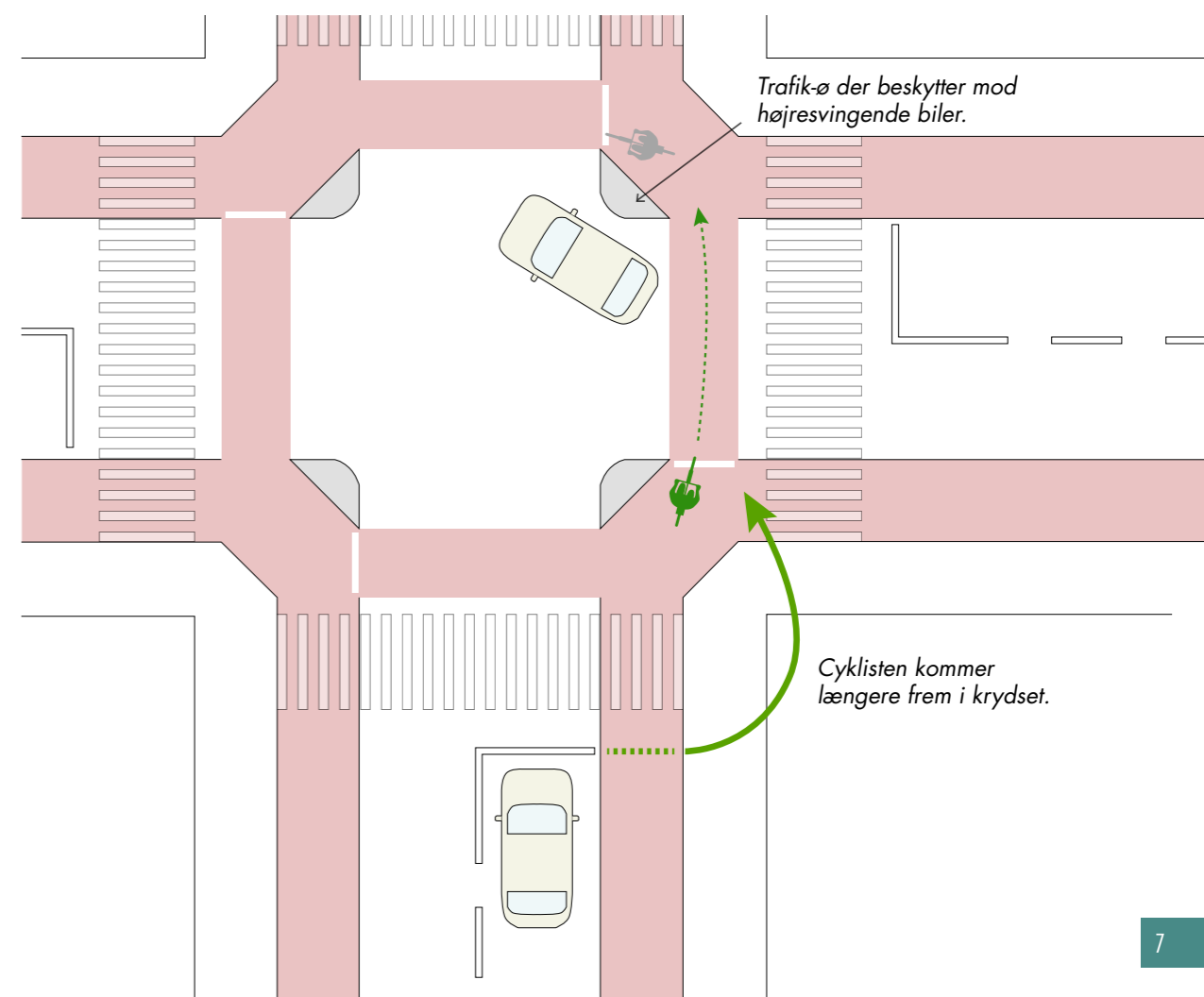
TILFREDSHED MED VIBORG SOM CYKELKOMMUNE



VIBORGLØSNINGEN

I Viborg Kommune har man udviklet en helt ny type af lyskryds, der skal gøre det nemmere for cyklister at komme sikkert gennem et lyskryds – hvad enten de skal svinge til højre, venstre eller blot skal lige ud. Ved at føre cyklisten længere frem i krydset, bliver det nemmere for cyklisten at få et overblik over trafikken, samtidig med at det bliver nemmere for bilisten at se cyklisten, og dermed undgå højresvingulykker.

Samtidig får de venstresvingende cyklister en 'trafik-ø' at holde bag, når de venter på grønt i 2. runde. Dette betyder foruden følelsen af at være skærmet fra højresvingende trafik, også en mindre svingradius for bilerne, hvilket får dem længere ned i fart og dermed giver bedre mulighed for at se cyklisterne og bremse i tide. Derudover er cyklister og fodgængere samlet samme sted i krydset, hvilket giver bilisterne et bedre overblik.



BØRN OG CYKLING

ALLE BØRN CYKLER

GODE CYKELVANER BEGYNDER I BARNDOMMEN.

Cyklen er mere aktuell end den har været i mange år, fordi den har så meget at byde på: Den er sund, den er billig, den er individuel, den er hurtig i byen. Cyklen er et væsentligt bidrag til løsningen af klima- og forureningsproblemer, udryddelse af trafikpropper i byerne samt til at forbedre folkesundheden – og oven i det hele er cyklen sjov! Sjov at køre på og sjov at lære at kende.

Ofte synes børn, der skal lære at cykle, at det er et sjovt stykke legetøj. Først senere går dette stykke legetøj hen og bliver et transportmiddel. I første omgang begynder kendskabet til cyklen som oftest på

legepladsen eller i haven og under opsyn. Når først børn har lært at mestre cyklens kunst i leg, bliver de også trafiksikre trafikanter. Jo før, jo bedre.

Hvis flere skal cykle i ungdoms- og voksenlivet er det essentielt, at der bliver grundlagt gode cykelvaner i barndommen. Ikke blot skal børnene lære at cykle, men de skal også lære at bruge cyklen som et transportmiddel. Ved at grundlægge bæredygtige transportvaner tidligt i livet er der større chance for, at børnene vælger cyklen senere i livet.

CYKELDAGE I BØRNEHUSET SPANGSDAL

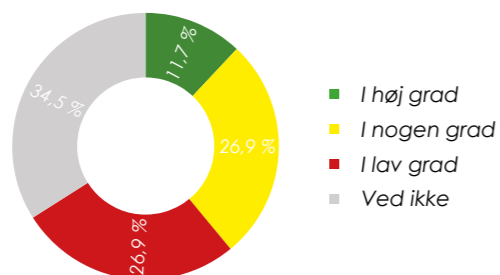
I Viborg har Børnehuset Spangsdal sat cykling på dagsordenen. Hver tredje uge, i det meste del af året, bliver der holdt cykeldage. Det betyder, at alle børn skal møde op med klargjorte cykler. De mindste børn bliver hjemme på legepladsen, hvor der bliver markeret en rute på asfalten og trænet både cykling såvel som trafikikkerhed. På cykeldagene tager pædagogerne de større børn ud på en cykeltur (op til 10 km på en dag) i de omkringliggende landskabers veje og stier - så børnene bliver trænet i at begå sig i trafikken. For at dette kan lade sig gøre, forventes det at børnene lærer at cykle senest inden de bliver fem år - uden støttehjul.

Hvis vi ønsker cyklende voksne, er det essentielt at grundlægge stærke cykelvaner fra barnsben. Derudover bruges cyklen på Børnehuset Spangsdal som et pædagogisk redskab, som er med til at forbedre børnenes motorik, opmærksomhed, samarbejde og overblik.

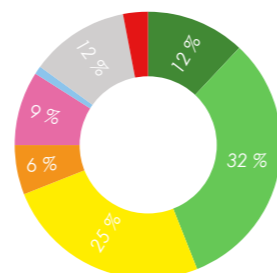
Projektet kræver, at forældrene støtter op om projektet og træner med deres børn derhjemme. Til gengæld opnår børnene en stor selvstændighed.

Interview med Hanne Bonde Andersen, Leder af Børnehuset Spangsdal

Bliver du/børnene opfordret til at ankomme på cykel af børnehaven/skolen?

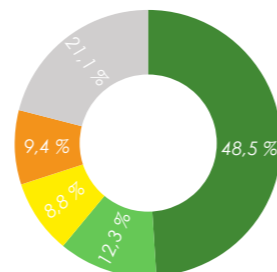


I hvilken alder lader du dit barn/børn cykle uden en voksen?



- <7 år
- 7-8 år
- 9-10 år
- 11-12 år
- 13-14 år
- 15-16 år
- >16 år
- Ved ikke
- Jeg kommer ikke til at lade mit barn cykle selv

Cyklar dit barn/børn i skole?



- Ja, mit barn/børn cykler selv i skole
- Ja, mit barn/børn cykler i skole sammen med en voksen
- Nej, mit barn/børn cykler ikke, da der er for langt
- Nej, mit barn/børn cykler ikke, da der er for usikkert
- Andet



ABC ALLE BØRN CYKLER

Alle Børn Cykler er en børnemotionskampagne, der sidste år fik 135.990 skoleelever i hele landet op på cyklerne.

I to uger samler klassen point ved at cykle så mange dage som muligt. Efter kampagnen trækkes der lod om sjove og lækre cykelpræmier. Alle Børn Cykler er en tilbagevendende cykelkampagne for skolebørn i alle aldre, som har til formål at få flere børn til at cykle til og fra skole – og cykle mere i det hele taget.

Alle Børn Cykler arrangeres af Cyklistforbundet i samarbejde med TrygFonden. Det er gratis for klasserne at være med.

Også i Viborg Kommune deltager mange skoler i Alle Børn Cykler. Faktisk var Viborg den Kommune, der havde allerflest klasser med på landsplan i 2016, hele 191 klasser deltog! Det er gratis for klasserne at være med, så hvis dit barns klasse ikke allerede deltager i den årlige event, som er med til at sikre bedre skolecykling, kan klasserne tilmelde sig via: <http://www.abc-abc.dk/>

UDTRÆK FRA SPØRGESKEMA-UNDERSØGELSEN:

DET ER VIGTIGT FOR FORÆLDRENE, NÅR BØRNE SKAL CYKLE I SKOLE:

- Gode, bilfrie stisystemer
- Cykelstier med kantsten, ikke blot striber
- Hastighedssænkning for biler ved skoleveje



SUNDHED

CYKLING OG SUNDHED

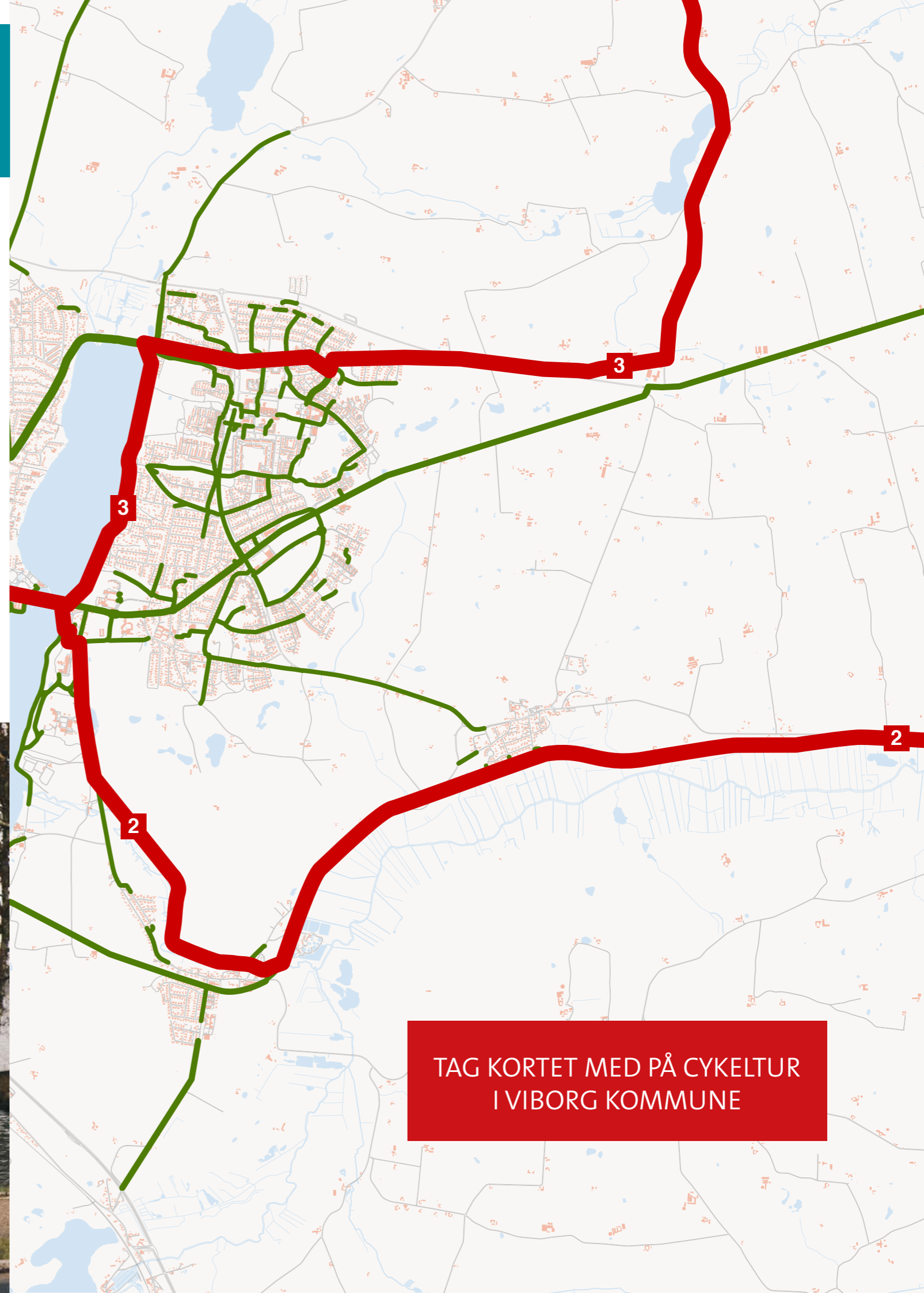
SUNDHED PÅ CYKELSTIEN

Det er sundt at cykle. Så langt så godt.

Det er desværre sådan at fysisk inaktivitet og højere dødelighed oftest går hånd i hånd. Fysisk inaktivitet for voksne defineres som mindre end 2,5 times moderat aktivitet per uge. Pr. denne definition skønnes det at 30-40% af den voksne

befolkning er inaktive, hvilket har stor betydning for eksempelvis udvikling af livsstilssygdomme.



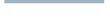
I en travl hverdag kan det være svært at få tid til at dyrke motion. Netop derfor kan cykling med fordel være både transport og motion på samme tid.

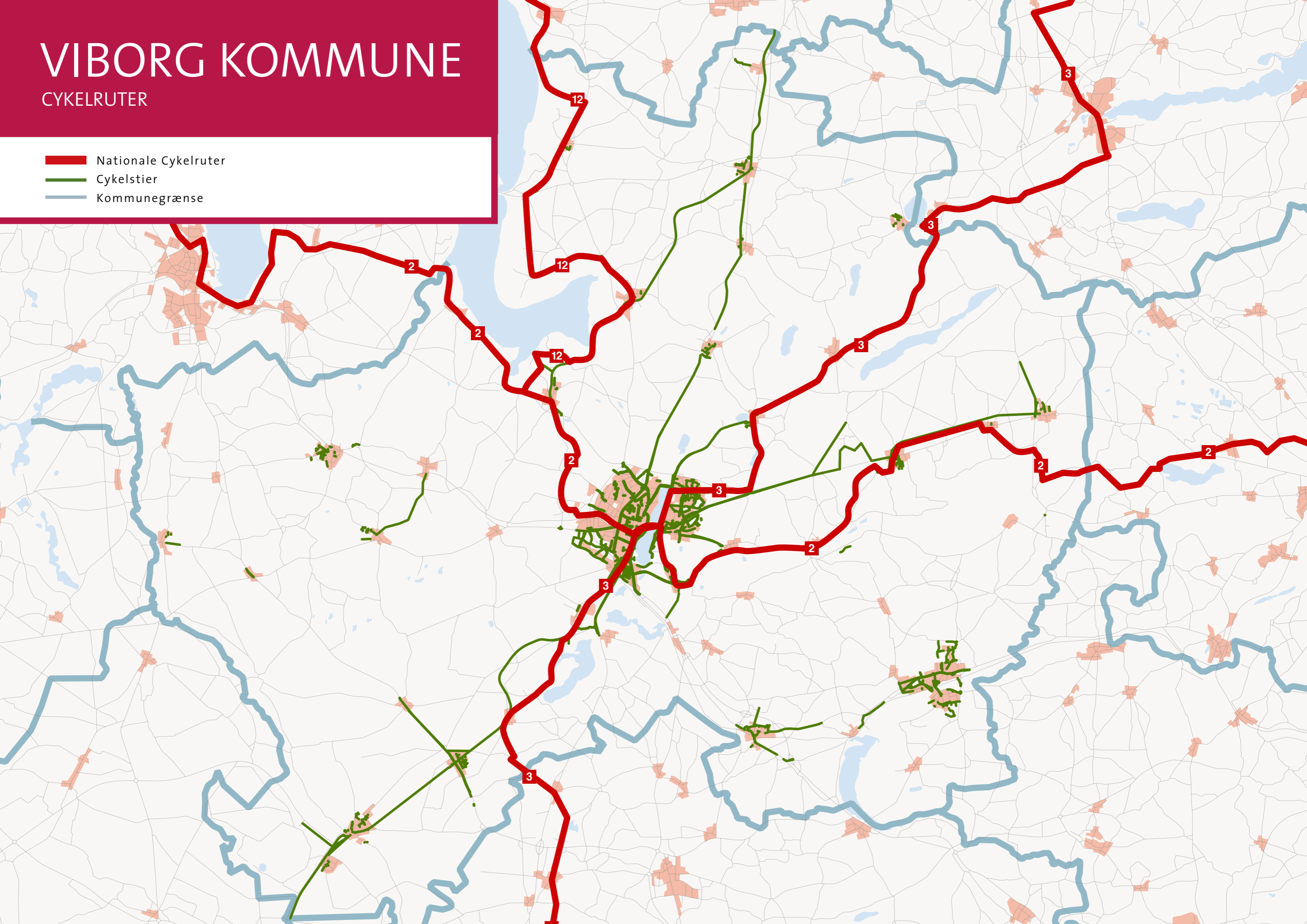


TAG KORTET MED PÅ CYKELTUR
I VIBORG KOMMUNE

VIBORG KOMMUNE



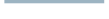
CYKELRUTER

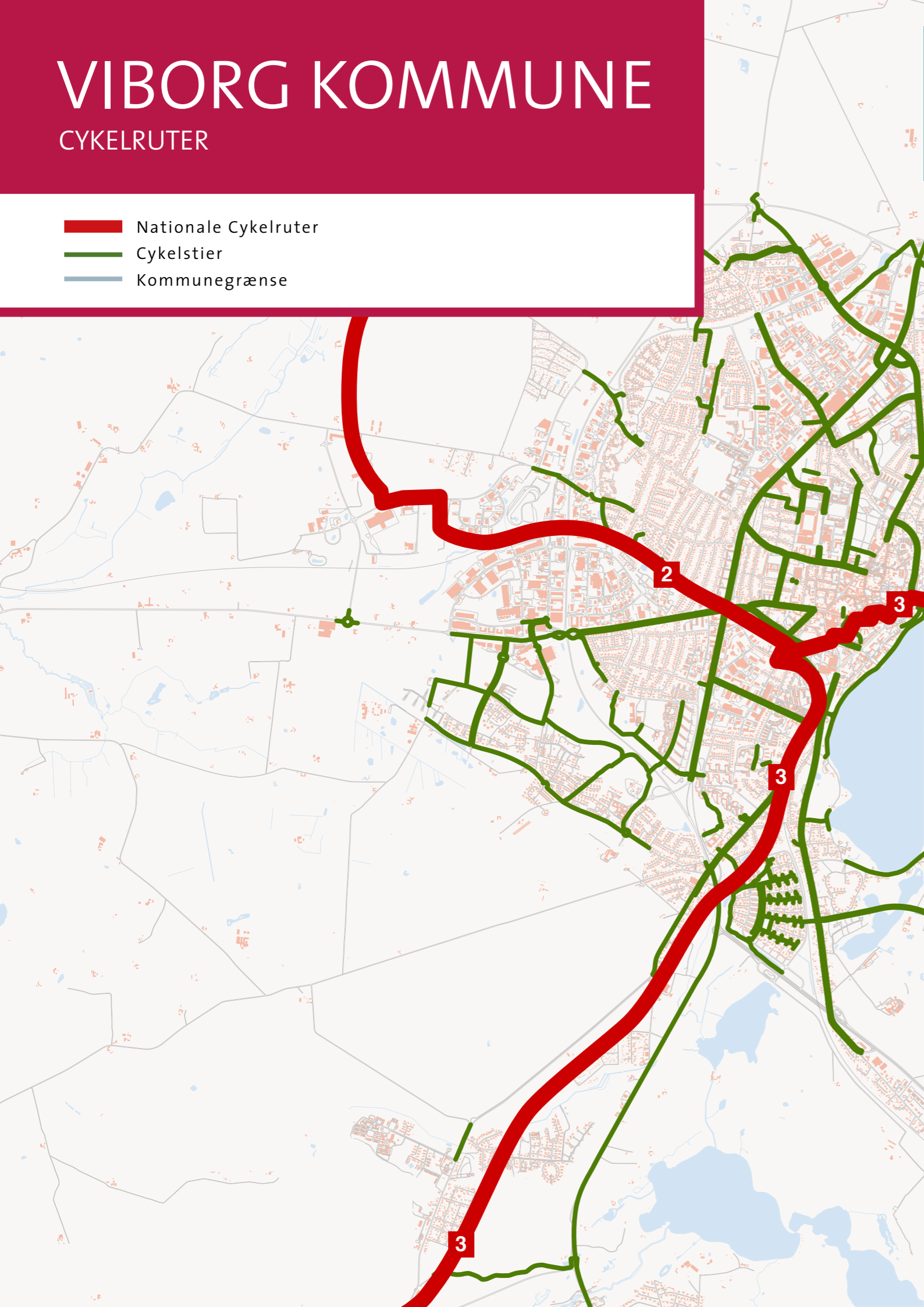
-  Nationale Cykelruter
-  Cykelstier
-  Kommunegrænse



VIBORG KOMMUNE

CYKELRUTER

-  Nationale Cykelruter
-  Cykelstier
-  Kommunegrænse



ER DET FARLIGT AT CYKLE?

Det korte svar er nej. Når du cykler er du fysisk aktiv, hvilket nedsætter risikoen for mange typer af livsstilssygdomme. Den risiko der er forbundet med ulykker på cyklen er markant lavere, end den øgede sundhedseffekt cyklingen har. Der er derfor ingen statistisk grund til at lade være med at cykle pga. frygt for at komme galt af sted.

Større befolkningsstudier har vist at cyklister har op til 30% lavere dødelighed end for andre dele af befolkningen, som benytter passiv transport (Andersen et al). Der er derfor god grund til at hoppe på cyklen, og opleve kommunen fra cykelstierne.

ANDERSEN LB; SCHNOHR P; SCHROLL M AND HEIN HO, (2000) ALL-CAUSE MORTALITY ASSOCIATED WITH PHYSICAL ACTIVITY DURING LEISURE TIME, WORK, SPORTS, AND CYCLING TO WORK. ARCHIVES OF INTERNAL MEDICINE VOL 160.



CYKLING FOR ALLE

ALLE ALDRE PÅ CYKEL

CYKLING UDEN ALDER

'Cykling Uden Alder' er en organisation dannet i 2013 med undertitlen: 'Alle har ret til vind i håret'. Projektet bygger på et hold af frivillige kræfter, som ved hjælp af specielle cykler, har mulighed for at give plejehjemsborgere en cykeltur ud i det fri.

Frivillige kaldes 'Piloter' og kan efter et cykelførerkursus låne en rickshawcykel og tage op til 2 personer med på tur. Piloterne bliver uddannet på et cykelførerkursus for at sikre gode og trygge ture for alle. Et af de styrende principper i organisationen er at cykle langsomt, så at der er ro til at fortælle historier og betragte verden, mens den triller

forbi. Overordnet er missionen at gennem oplevelser på cykel kan fællesskab opstå på tværs af generationer.

I Viborg Kommune, er der på i alt 6 plejehjem, ca 33 frivillige tilknyttet organisationen. 'Cykling Uden Alder' har været tilstede i kommunen i næsten 4 år og har 7 rickshaws til rådighed. Organisationen vokser og ønsker at rekruttere nye piloter, især i Viborg by. Hvis det lyder som noget, du kunne tænke dig at blive en del af skriv til frivillighedskoordinator Anne Grethe Nielsen på agn@viborg.dk.



*'ALLE HAR RET TIL
VIND I HÅRET!'*



LÆR AT CYKLE MED CYKLISTFORBUNDET

Har du aldrig lært at cykle, eller kunne du godt trænge til en opfriskning af dine evner? Så kom med når Cyklistforbundet hver mandag og onsdag frem til 14. Juni afholder cykelundervisning. Kurset er for voksne, såvel som alle børn og unge over 10 år, der gerne vil lære eller

blive bedre til at cykle. Medbring din egen cykel, hvis du har én. Ellers har vi én, du kan låne.

Flere oplysninger samt tilmelding hos: Rikke Brøndum
rikke@frivillighus.dk
tlf. 87254925



CYKELTURISME

TAG GODT IMOD DE VÆRDIFULDE GÆSTER

CYKELTURISME

På landsplan er hver 1/4 turist på cykel under deres ophold. Den samlede turistgruppe i Viborg Kommune estimeres af VisitViborg til at bruge 559 millioner kroner årligt, hvilket er en stigning på 16,9% i forhold til 2014. I samme periode er der skabt 31 (+4,3%) ekstra arbejdspladser på grund af turismen. (KILDE: Visit-Danmark, "Turistprofil, Cykelturister i Danmark" og VisitViborg)

Der har tidligere hersket en fordom om at cykelturister ikke brugte penge, fordi de lå i telt og lavede mad selv. Det er dog ikke et retvisende billede, da den almene cykelturist faktisk lægger flere

penge lokalt end den almene turist. Derudover er der flere og flere, der cykler på ferien, hvilket har givet den almene cykelturist selskab af nye typer af meget købestærke cykelturister, der vil have cykeloplevelser, gourmetmad og en god seng at sove i.

På landsplan såvel som i Viborg Kommune er det ikke længere fattige cykelturister, der præger landskabet. Cykelturismen har skiftet karakter, og i stedet for at være teltligere er den nye cykelturist i lige så høj grad på luksusferie, som mange andre typer af turister.



DEN TYPISKE CYKELTURIST

DØGNFORBRUG. En typisk dansk cykelturist bruger 392 kr. i døgnet på mad, overnatning og oplevelser, m.m., mens den udenlandske cykelturist i gennemsnit bruger 455 kr. per døgn.

OPHOLDSLÆNGDE. En typisk udenlandsk cykelturist lægger i gennemsnit hovedet på puden ca 10 gange i løbet af sit ophold i Danmark, hvorimod en dansk cykelturist har 11 overnatninger i løbet af sin ferie.

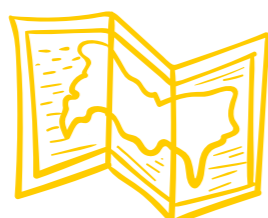
REJSEGRUPPE. 39% af de udenlandske turister der rejser på parferie i Danmark cykler i løbet af deres ferie. Blandt de udenlandske børnefamilier er det 32 procent, der cykler i løbet af ferien. Ser man på danskerne, er der

en lidt mindre andel der cykler, nemlig 24%. 22% af børnefamilierne er i sadlen minimum 1 gang i løbet af ferien.

OVERNATNINGSFORM. Cykelturisten bor som regel i feriehus under sin ferie. En hel del cykelturister overnatter dog også på campingpladser.

FERIESTED. På landsplan foretager cykelturisterne i alt 12,8 millioner overnatninger. De fleste overnatninger foretages i Region Midtjylland (29%) og Region Syddanmark (34%). (Kilde: VisitDanmark, på baggrund af overnatningsstatistik fra Danmarks Statistik)

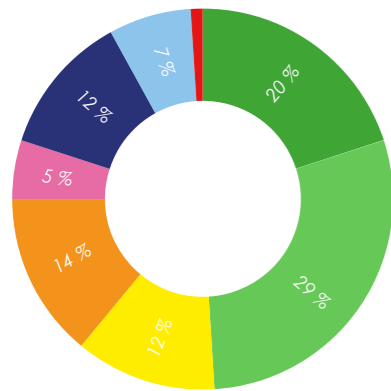
KILDE: VisitDenmark, "Turistprofil, Cykelturister i Danmark" 2013



GODE GRUNDE TIL AT CYKLE

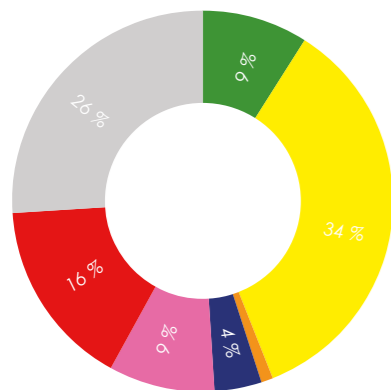
DER ER MANGE GODE GRUNDE TIL AT CYKLE

Hvorfor vælger du at cykle?



- Det er hurtigst/nemmest
- Det er sundt
- For miljøet/klima
- Jeg sparer penge
- Mine børn cykler
- Uafhængighed af bus- og togtider
- Jeg har ikke andre muligheder
- Ved ikke
- Andet

Hvorfor cykler du ikke?



- Jeg har ikke en cykel
- Der er for langt
- Jeg har aldrig lært at cykle
- Jeg kan ikke cykle pga. min fysiske tilstand
- Det er for hårdt
- Jeg gider ikke
- Andet

HVORFOR CYKLER DU?

Udsagn fra borgerundersøgelsen

DET ER NEMMERE AT KOMME OMKRING I MIDTBYEN. JEG SLIPPER FOR AT HOLDE I KØ I BIL OG AT LEDE EFTER P-PLADSER.

DET GIVER MIG ENERGI OG DET RENSER HJERNEN EFTER EN LANG DAG PÅ ARBEJDE

JEG ELSKER DET!

FOR AT FÅ DEN DAGLIGE MOTION, FOR AT VÆRE ET GODT FORBILLEDE FOR MINE BØRN, FOR AT MINDSKE FORURENING OG FORDI DET GIVER MIG EN PAUSE I HVERDAGEN TIL AT STRESSE AF, LADE TANKERNE FLYVE OG MÆRKE VEJRET OG ÅRSTIDERNE.

DET ER TIT BARE DET NEMMESTE.

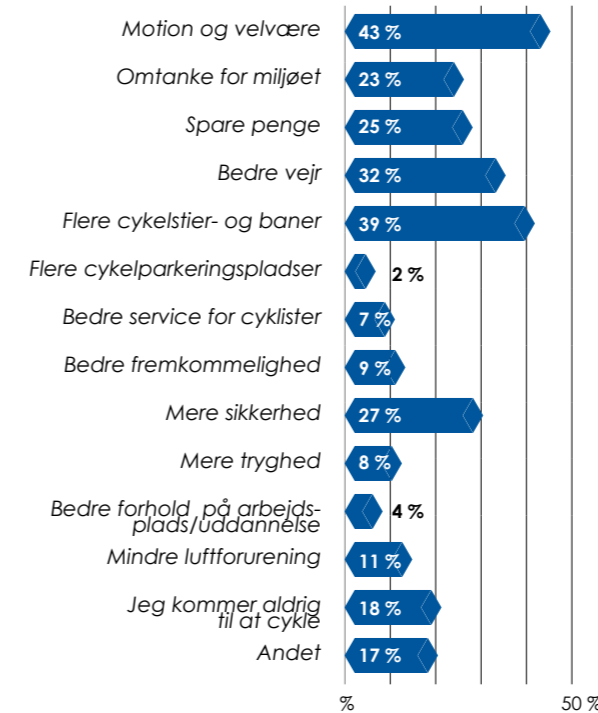
JEG ER OPVOKSET MED AT CYKLE OG KAN GODT LIDE DET. DET ER EN MEGET FLEKSIBEL TRANSPORTFORM SOM OGSÅ TRÆNER MIN KROP.

JEG ER VILD MED CYKLING OG SER IKKE NOGEN GRUND TIL AT BRUGE VENTETID PÅ BUSSEN, NÅR MAN I SAMME TIDSRUM KAN GIVE DEN GAS PÅ CYKLEN. JEG KAN BEDST LIDE AT VÆRE UAFHÆNGIG AF, HVORNÅR BUSSER OSV. GÅR, SÅ CYKLEN ER ET OPLAGT VALG. DESUDEN HAR JEG EN FAST AFTALE MED EN VENINDE, SÅ VI FØLGES STORT SET HVER DAG. SÅ GØR DET IKKE SÅ MEGET AT CYKLE, SELVOM VEJRET MÅSKE IKKE ER DET BEDSTE.

Ikke-cyklister

Hvad ville give dig motivation til at cykle mere i fremtiden?

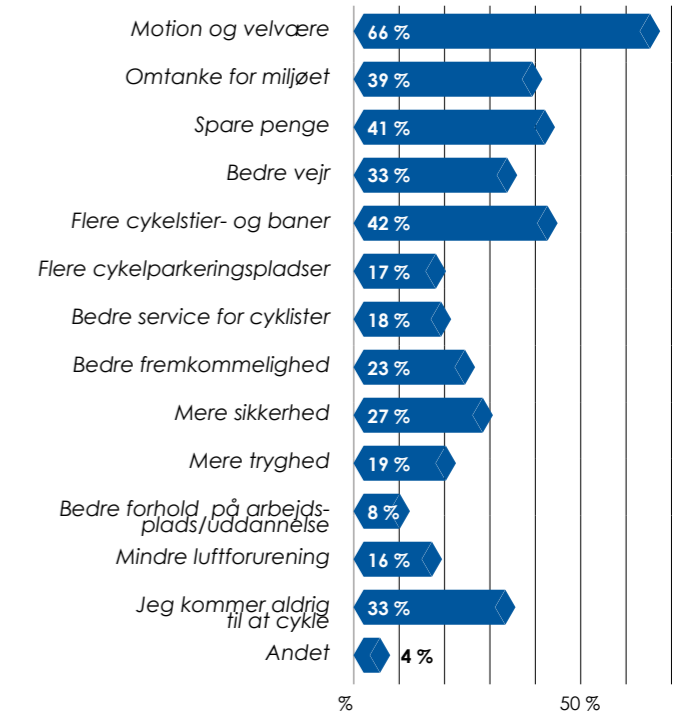
Flere svar mulige



Cyklister

Hvad ville give dig motivation til at cykle mere i fremtiden?

Flere svar mulige



Interessant nok er det de samme udsagn der driver cyklister og ikke-cyklister, når det kommer til hvad der kan få dem til at cykle (mere) i fremtiden. Motion og velvære vejer tungest, mens flere/bedre cykelstier ligger lige efter.

CYKELVISIONER

MÅLSÆTNINGER FOR KOMMUNENS CYKELFORHOLD

VIBORG KOMMUNES MÅLSÆTNINGER 2010-2020

- a Mindst hver 5. Tur foretages på cykel
- b Skoleveje er sikret
- c Mindst 75% af cyklisterne føler sig trygge
- d Antallet af tilskadekomne cyklister halveret i forhold til 2010
- e Mindst halvdelen af cyklisterne kører med cykelhjelm
- f Antallet af cykelparkeringspladser er forøget

HVOR LANGT ER VI NÅET SIDEN 2009?

- a 11% af alle ture i Viborg Kommune foretages på cykel.
- b Der er blevet bygget flere cykelstier til skolerne
- c I 2009 følte 43% af cyklisterne sig trygge, mens det tal i 2017 var på hele 55% - det går den rigtige vej.
- d Der sker overordnet færre uheld med cykler i kommunen.
- e Ved tællinger ved Sct. Mathias port, lavet af Cyklistforbundet, fordelt over tre dage i marts 2017, var det 48,7% af de talte cyklister der bar cykelhjelm.
- f Det samlede antal af cykelparkeringspladser er forøget.

Som I kan se, er vi allerede godt på vej til sammen at løfte Viborg Kommune op i en by med cyklende og cykelinfrastruktur i verdensklasse. Men der er plads til endnu flere på cykelstien – så det er bare om at hoppe op, og cykle derudad!

HVAD KAN DU GØRE?

- Tag cyklen så ofte som muligt. Spørg dig selv om turen kunne klares på cykel, og lad i så fald bilen stå!
- Tal med din nabo om dine cykelture. Jo flere der ved hvor rart det er at cykle i Viborg Kommune, jo bedre.
- Hvis du er nødsaget til at køre i bil, sørg da for at holde godt udkig efter de cyklende, og gør dit for at deres cykeltur bliver så behagelige som mulig.
- Lær dit barn at cykle. Jo flere børn der cykler, jo større chance er der for at de vil cykle i deres voksenliv – gode transportvaner skal skabes tidligt.



