

Tietoa Tesoman  
koulun oppilaille ja  
heidän perheilleen

## Kivaa koulumatkaa – jalan tai pyörällä!



*Iloa ja liikunnallisuutta koulumatkoihin!*

*Kannustamme kaikkia koulumme oppilaita liikkumaan koulumatkat itsenäisesti Tesoman koulussa. Omin voimin kuljettu koulumatka antaa hienon startin koulupäivään ja kivan siirtymän koulusta kotiin. Samalla kunto kasvaa ja jokainen oppilas omalta osaltaan voi edistää kestävää elämäntapaa.*

*Olethan mukana kannustamassa oppilaita liikkumaan. Koulumatkojen turvallisuus on meidän kaikkien asia!*

**Henriikka Mäkinen**  
apulaisrehtori

## Turvalliset koulumatkat kaikille

### Suosittelut reitit kävellen ja pyörällä

Jalan ja pyörällä kulkevat lapset oppivat liikennetaitoja ja saavat tarpeellista liikuntaa koulumatkoillaan.

Karttaan merkityt suositellut reitit ja tienlytykset ovat mahdollisimman turvallisia kulkea jalan tai pyörällä. Risteämistä vilkkaan autoliikenteen kanssa on vältetty.

Pienempien oppilaiden kohdalla vanhempien toivotaan tutustuvan yhdessä lasten kanssa turvallisimpiin reitteihin ja opastavan käyttämään niitä.

### Autolla saattaen

Lasten tuominen kouluun autolla aiheuttaa ruuhkaa koulun ympäristössä ja lisää liikenneturvallisuusriskejä. Liikennettä vähentämällä voimme turvata heidän koulumatkaansa.

Jos lapsi on välttämätöntä tuoda kouluun autolla, suositellaan esikouluikäisten saattoon kartalla merkittyä saattoapaikkaa.

Koulun läheisyydessä kävellen ja pyöräillen liikkuvien lasten turvaamiseksi, suositellaan muut koululaiset jätettävän kauemmaksi.



Kuinka kauan  
sinun kotoasi kestää  
pyörällä tai kävellä  
koululle?

# Matkat ovat mahdollisuus

Liikunta virkistää mieltä ja  
edistää oppimista

Koulumatkat opettavat  
itsenäistä liikkumista

Vähintään 1–2 tuntia päivässä  
monipuolista ja ikään sopivaa liikuntaa

Kaverin kanssa kulkeminen edistää  
vuorovaikutustaitoja

Ruutu-aikaa viihdemedian ääressä  
korkeintaan kaksi tuntia päivässä

Kävely ja pyöräily auttavat  
koulupäivästä palautumista

Kävellen  
alle 10 min

Kävellen  
alle 20 min

Pyöräillen  
alle 7 min

Kävellen  
alle 30 min

Pyöräillen  
alle 15 min



TAMPERE

SITOWISE