

Tietoa Sammon koulun oppilaille ja heidän perheilleen

## Kivaa koulumatkaa

– jalan tai pyörällä!



*Sammassa kannustamme lapsia ja nuoria aktiiviseen ja toiminnalliseen koulupäivään. Yksi osa tätä on kävellen tai pyöräillen tehty koulumatka. Sampoön pääsee helposti kevyen liikenteen väyliä pitkin sekä julkisia kulkuneuvoja hyödyntäen. Näin vähennämme myös koulun lähialueen saattoliikennettä.*

*Kotona on hyvä harjoitella turvallisia koulureittejä ja käydä yhdessä läpi liikennesäännöt lasten ja nuorten kanssa. Syksyisin käytämme myös heijastimia ja pyöräillessä pyöräilykypärää ja valoja.*

*Turvallista koulumatkaa!*

**Maaret Tervonen**  
rehtori

## 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.

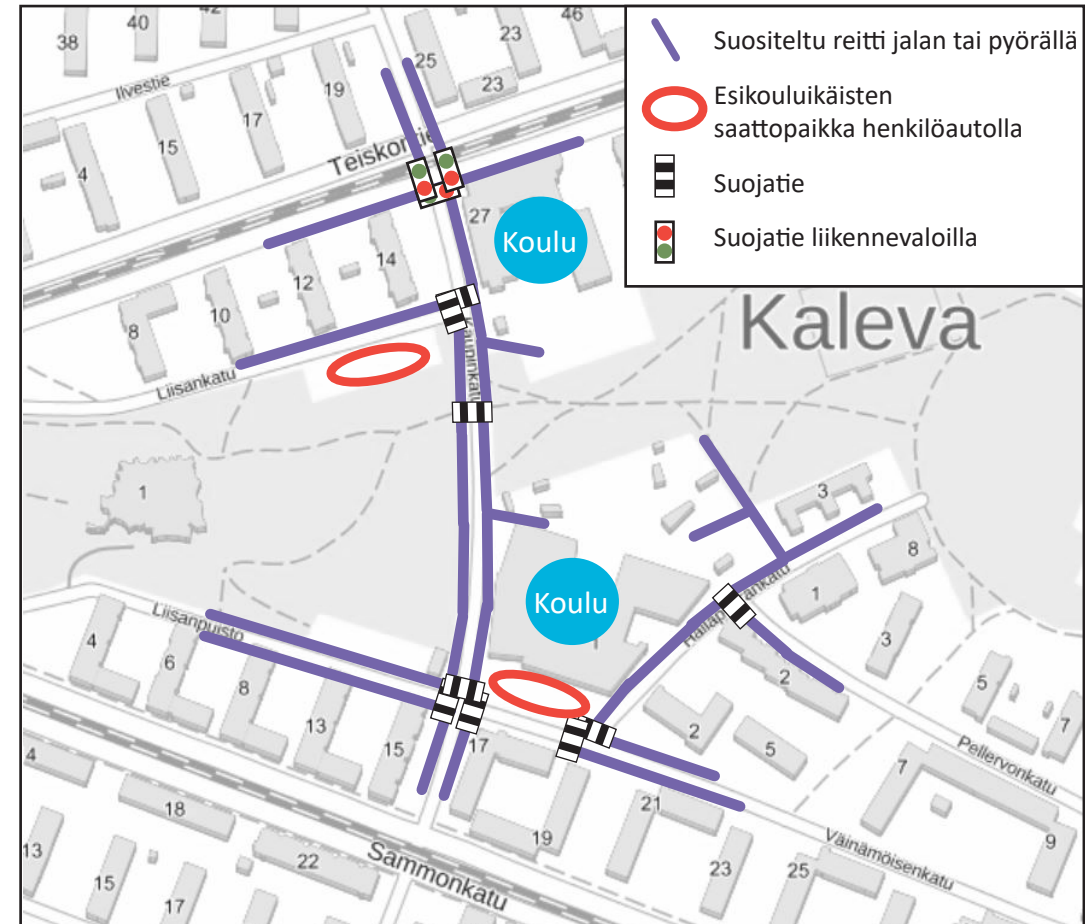
Pienempien oppilaiden kohdalla vanhempien toivotaan tutustuvan yhdessä lasten kanssa turvallisimpiin reitteihin ja opastavan käyttämään niitä.

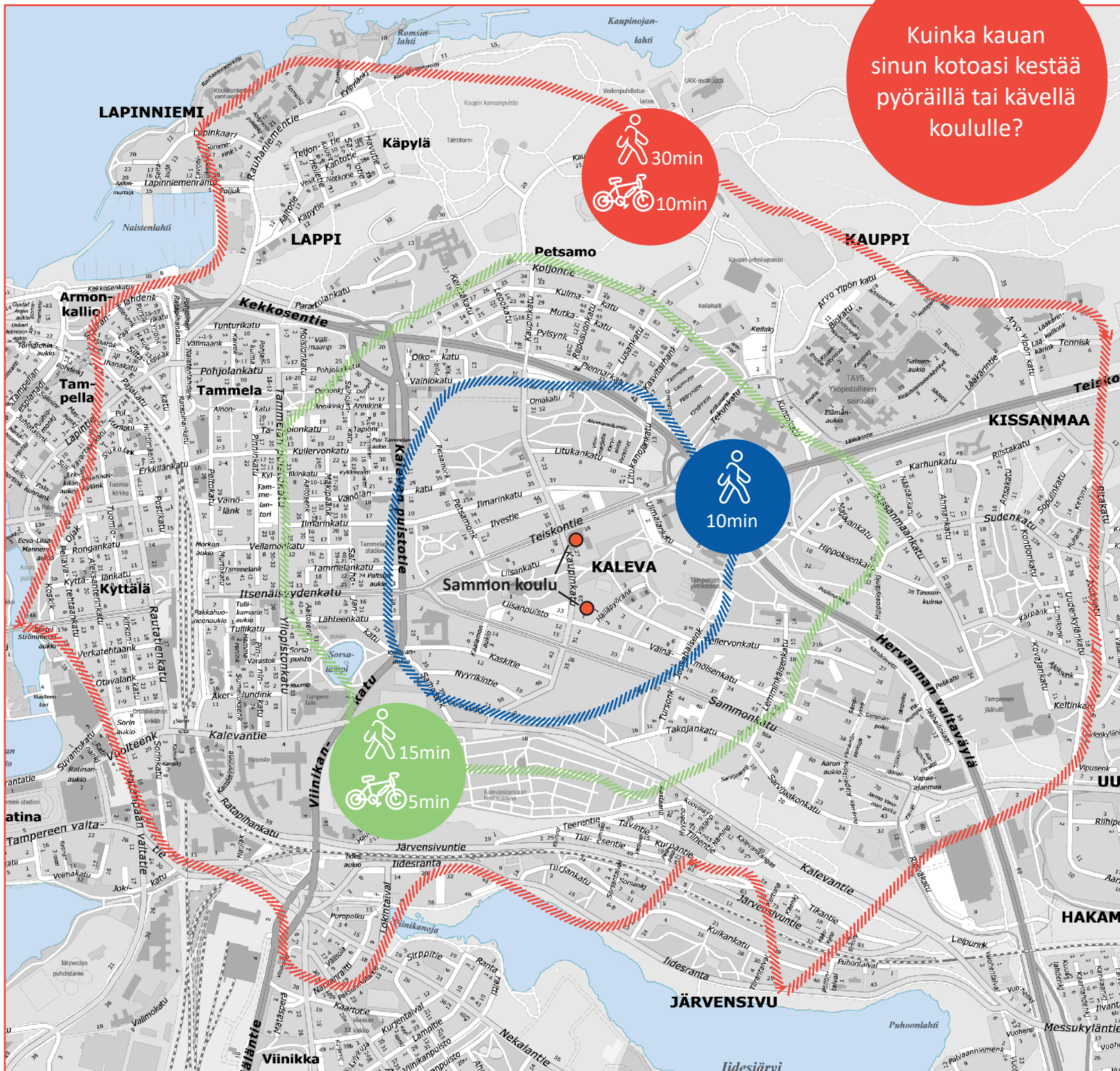
### Autolla saattaen

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

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

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



