

CYKELSAGEN ER VÆRD AT KÆMPE FOR

Danmark har brug for flere cyklister, og cyklister har brug for bedre forhold. Få her de vigtigste grunde til, hvorfor cykelsagen er værd at kæmpe for.

Siden 1990 har vi danskere på landsplan cyklet stadig mindre. Desværre. For det gør en stor og positiv forskel for folkesundheden, klimaet og trængslen på vores veje, når mange cykler. Der er kort sagt meget store samfundsmæssige fordele ved, at vi cykler så meget som muligt i vores hverdag.



SUNDHED

- Vi sidder os ihjel. Inaktivitet er den næststørste dræber efter rygning. Hvert år dør 6.000 danskere en for tidlig død på grund af inaktivitet (Sundhedsstyrelsen, 2016)
- Folk, der cykler regelmæssigt, har mindre risiko for at udvikle hjerte-kar-sygdomme. Bare få timers aktiv transport om ugen i form af gang og cykling har dokumenteret effekt på din sundhed (Forskningsenheden Active Living, Syddansk Universitet)
- Hvis danskere på årsbasis cykler 10 procent mere end i dag, vil antallet af sygedage falde med 267.000 (Dansk Industri, 2018)
- Hver gang en dansker cykler 1 kilometer, sparer samfundet 8 kroner, fordi der er store sundhedseffekter ved cykling (Transportministeriet, 2020)

KLIMA

- At vælge cyklen er godt for klimaet. I Region Hovedstaden sparer man 109.000 tons CO2 årligt på, at folk vælger cyklen frem for bil, bus eller tog. (Region Hovedstaden, 2016)
- Der kan hver dag spares 500 ton CO2 på Sjælland, hvis halvdelen af dem, der bor og arbejder tæt på en station, skifter bilen ud med en kombination af cykel og kollektiv transport (Super-cykelstjerne, 2020)
- Transport tegner sig for næsten 30% af EU's samlede CO2-emissioner - heraf stammer 72% fra vejtransport. Personbiler tegner sig for 60,7% af vejtransportens samlede CO2-emissioner og er dermed en af de største forurenere (Europaparlamentet, 2019)

TRÆNGSEL

- Der spildes hvert år tusindvis af timer i trafikken, og trængslen og køerne bare på vejene bare stiger og stiger. I 2030 forventes det, at bilister ved de fire største byer bruger over dobbelt så lang tid på at sidde fast i trafikken som i dag (Ekspertgruppen Mobilitet for Fremtiden, 2018)
- 47% af alle pendlerture for beskæftigede i Danmark er 10 km eller derunder (Danmarks Statistik, 2016). God cykelinfrastruktur vil sammen med elcyklens større radius gøre det attraktivt at skifte bilen ud med en elcykel på også mellemlange distancer
- Elbiler er mere klimavenlige end benzin/dieslbiler. Men de tager lige så meget plads som fossile biler

BØRNELIV

- Børn og unge cykler mindre og sjældnere. Set i forhold til antal cyklede kilometer pr. dag er cykling hos de 10-17-årige faldet med 24,5% over en ti-årig periode (2009-2019), mens antallet af cykelture pr. dag i samme periode er faldet med 31,9% (særudtræk fra DTU's transportvaneundersøgelse, 2021)
- Danske børn har europæisk bundrekord i fysisk aktivitet (WHO, 2016)
- Kun 26% af de 11-15-årige lever op til de officielle anbefalinger om at være fysisk aktiv mindst 60 minutter dagligt. Cykling anbefales som en god måde til at få mere bevægelse ind i børns hverdag (Sundhedsstyrelsen, 2019)
- Børn, som cykler til skole i stedet for at blive kørt, har i gennemsnit en bedre koncentrations-evne på op til 4 timer (Københavns Kommune, 2016)
- Unge vælger i stigende grad cyklen fra og bilen til. De 16-24-åriges brug af bil på tre år er steget med 14,7%, mens brug af cykel er faldet med 15,1% (Danske Regioner, 2019)

TRAFIKSIKKERHED

- Trafiksikkerheden for cyklister halter. Hvor det er blevet stadig mere sikkert at være bilist, er der ikke en tilsvarende faldende udvikling, når det handler om alvorlige cyklistulykker. Cyklister udgør desuden en større andel af dræbte og tilskadekomne end tidligere (Vejdirektoratet, 2018)
- Utryghed i trafikken er en af hovedårsagerne til, at vi holder op med at cykle (Vejdirektoratet, 2018)
- Bilers høje fart gør hver fjerde forældre utryg ved at sende sit barn på cykel ud på skolevejen på egen hånd (Rådet for Sikker Trafik, 2018)

- ✓ Cyklistforbundet arbejder for at gøre cyklen til det oplagte og trygge valg i hverdagen for alle og for at skabe en sund og bæredygtig verden med cyklen som løftestang. Se [Cyklistforbundet.dk/manifest](https://cyklistforbundet.dk/manifest)
- ✓ Det mener Cyklistforbundet om cykelhjelme, elcykler, cykelparkering, trafiksikkerhed og andre aktuelle emner. Se [Cyklistforbundet.dk/vimener](https://cyklistforbundet.dk/vimener)