

HÖSTEN 2015

Din Sida

Länsförsäkringar Västerbottens kundtidning

KRYSSA
& VINN EN
HÖVDING

Tryggare för
oskyddade
trafikanter

*Ta hand
om dig*

Fem tips för
säkrare cykling

I TRAFIKEN

Fyra länsprofiler om
inspiration och trafik



Nu lägger vi fokus på oskyddade trafikanter

Över 1 500 cyklister och gående skadades förra året i Västerbotten. Det tycker vi är på tok för många. Under parollen ”Ta hand om dig” vill Länsförsäkringar Västerbotten öka medvetandet kring risker för oskyddade trafikanter i länet.

Dödligheten vid bilolyckor minskar. 1997 klubbade riksdagen igenom nollvisionen med målet att ingen skulle omkomma i trafiken, och efter en rad uppmärksammade trafiksäkerhetskampanjer, tekniska framsteg och inves-

teringar för säkrare vägar har det årliga antalet bilolyckor med dödlig utgång mer än halverats. Det är fortfarande långt kvar till nollvisionen, men kurvan pekar åt rätt håll. Samtidigt har antalet svårt skadade cyklister i Sverige ökat varje år sedan 2010, och förra året dödades nästan 100 fotgängare och cyklister i våra tätorter. Den kurvan pekar med andra ord åt helt fel håll.

Bristande uppmärksamhet, dålig synbarhet och alkoholpåverkan är några av de saker som spelar in, och många olyckor kunde enkelt ha undvikits. På Länsförsäkringar Västerbotten vill vi göra vad vi kan för att förbättra situationen, och kommer därför att lägga lite extra fokus på oskyddade trafikanter i länet. För vi vill ju att du ska cykla, gå och röra på dig – det gör gott för både miljön och hälsan.

Sätt inte livet på spel – ta hand om dig

/Vi på Länsförsäkringar Västerbotten



DIN SIDA Ansvarig utgivare: marknadschef Erik Thoms, e-post: erik.thoms@LFvasterbotten.se, telefon 090-10 91 48. Kontakta honom om du har synpunkter på innehållet, förslag till artiklar etc. Adress: Din Sida, Länsförsäkringar Västerbotten, Box 153, 901 04 Umeå. Upplaga: ca 63 000 ex. Foto: Mattias Andersson. Form: Plakat. Tryck: Tryckeri City.

UMEÅ Nygatan 19, Box 153, 901 04 Umeå, tel 090-10 90 00
SKELLEFTEÅ Nygatan 46, Box 34, 931 21 Skellefteå, tel 0910-73 40 00
LYCKSELE Torget 3, Box 15, 921 21 Lycksele, tel 0950-347 50

LFvasterbotten.se



Färre skoterolyckor trots ökat intresse

Ännu lyser snön med sin frånvaro, men många längtar efter att lasta skotern och ge sig upp i fjällvärlden. Och trots en ökad skoterförsäljning och trafik så minskade antalet skoterolyckor förra året jämfört med tidigare år. Totalt rapporterades förra året 74 skoterolyckor, att jämföra med de runt 100 olyckor som årligen inträffar under föregående tre år.

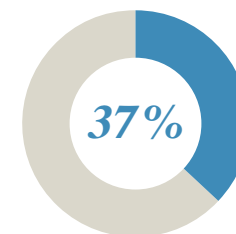
Minskningen beror troligtvis på flera faktorer: obligatoriskt förarbevis, en högre riskmedvetenhet och en kort vintersäsong förra året.

– Men vi tror även att det beror på en förändrad attityd vad gäller alkohol och skoterkörning, säger Pär Persson, utbildningshandläggare på Snofed i en intervju med Sveriges Radio.

Cykelolyckor i siffror:

100

Så många fotgängare och cyklister förölyckades i Sverige under 2014



Av cyklister i Sverige använder hjälm

7 av 10

Cyklister som drabbas av skullskador vid olyckor är alkoholpåverkade

1 500

Så många fotgängare och cyklister skadas årligen allvarligt i Västerbotten

Cykeln är på frammarsch – både som transportmedel till och från jobb och skola, och som motionsform. Men i takt med att allt fler väljer tvåhjulingen ökar också antalet cykelolyckor på våra gator, och sedan 2010 har antalet dödade och skadade ökat varje år. Ett forskningsprojekt med stöd av Länsförsäkringar söker ett sätt att vända trenden.

Det sitter i huvudet

”Går det att läsa av vad en cyklist är på väg att göra?”. Det var en av frågorna som ett forskar-team vid Högskolan i Skövde med stöd av Länsförsäkringar ville söka svar på. Det korta svaret: Ja.

– Det visar sig att folk, under rätt förhållanden, är ganska duktiga på att förutse cyklisters beteende, säger Paul Hemeren, lektor i kognitionsvetenskap vid Högskolan i Skövde.

Genom att tolka cyklisters rörelsemönster – och framför allt hur denne vrider på huvudet och upphör att trampa på pedalerna – kunde testdeltagarna till stor del förutse när cyklisten skulle svänga, och åt vilket håll de var på väg.

– Det finns ett nedärvt beteendemönster, som gör det möjligt att instinktivt förstå vad som är på väg att hända. Som bilförare och cyklist skickar vi hela tiden signaler, och vi ville titta på de tvetydigheter som kan uppstå, och leda till olyckor.

Svårast är det föga förvånande i mörker. Även om en vanlig reflexväst ökar cyklistens synlighet så försvinner många av de signaler vi använder oss av i interaktionen mellan bilist och cyklist.

– Mycket av informationen finns i hur fötter och huvud rör sig. Med förstärkande vertikala reflexer på hjälm och väst, och reflexband vid vristerna förutsåg man cyklisternas intensjoner betydligt bättre, säger Paul Hemeren.

Idag sitter reflexbanden horisontellt på västar, vilket gör det svårare att tolka cyklistens intentioner. Därför har Länsförsäkringar tagit fram en väst med vertikala reflexband, och påbörjat utvecklingen av en reflexhjälm där reflexerna fortsätter i en rak linje från rygg till huvud. Studien har uppmärksamats både nationellt och utanför Sveriges gränser, och nu hoppas Paul Hemeren att få fortsätta forskningen.

– Det finns mycket kvar att titta på. Hur skiljer sig till exempel förmågan att tyda signaler mellan olika åldersgrupper, och vilka kulturella skillnader finns det i samspelet mellan bilförare och cyklist i olika delar av världen? Vad kan man lära sig från det? Vi skulle vilja lägga mer tid på att studera naturliga situationer i verkliga livet, och testa försökspersoner i en bilsimulator. Just nu söker vi ytterligare finansiering för att kunna fortsätta studien.

Som bilförare tolkar vi hela tiden cyklisters rörelsemönster

VID CYKLING I MÖRKER SKA EN CYKEL ENLIGT LAG VARA UTRUSTAD MED:

- Strålkastare eller lykta framtill med vitt eller gult ljus
- Lykta med rött ljus baktill
- Vit reflex framtill
- Röd reflex baktill
- Vit eller orangegul reflex åt sidan

Dessutom ska cykeln alltid vara utrustad med broms och ringklocka.





Emil Seth Åreng har etablerat sig som en välkänd profil i Sveriges krogvärld. Hans fantasifulla cocktails har renderat mängder av priser, bland annat titeln Europamästare i drinkblandning, och varje helg ringlar kön lång till den exklusiva lilla baren Open/Closed i centrala Umeå där Emil håller hov. Hör Emil berätta om kreativitet och kärleken till norrländska råvaror på:

www.tahandomdigitrafiken.se

Möt fyra högaktuella Västerbottensprofiler på vår webb



Petra Karlsson är 18 år och läser fortfarande på gymnasiet i Umeå, men är redan en veteran bland modebloggare. Tiotusentals modeintresserade tjejer och killar följer varje dag Petra via hennes modeblogg och Instagram för stilinspiration och idéer. För alla följare blir det snabbt uppenbart att Petra trivs lika bra bakom som framför kameran. Hör Petra berätta om modeintresse och inspiration på www.tahandomdigitrafiken.se



Josef "Gonza-Ra" Nilsson är Storumans-sonen som flyttat till Umeå för att ta plats som en viktig del av Norrlands spirande hiphop-scen. Med personliga texter, modernt sound och en omisskännlig inlandsdialekt skapar han ett spännande möte mellan urban hiphopkultur och glesbygdrealism. Hör Gonza-Ra berätta om inspiration, musik och lokalpatriotism på www.tahandomdigitrafiken.se



Axel Holmström klev in i SHL som en doldis, och tog för sig – med besked. 19-åringen vann, förutom utmärkelsen Elite prospect Award, hemmapublikens hjärtan och tog inte mindre än 18 poäng för Skellefteå AIK vid lagets 15 slutspelsmatcher. Nu är förväntningarna skyhöga på Skellefteås supertalang för säsongen 2015/2016. Hör Axel berätta om favoritpress, skador och trafikvett på www.tahandomdigitrafiken.se

Vinner du en hövding?

Klura ut vårt korsord och tävla om fina priser.

1:a pris: Hövding ("en airbag för cyklister").

2:a–3:e pris: Reflexväst. 4:e–9:e pris: Cykellyse.

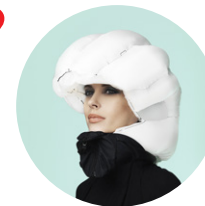


Bild från Hövding.
Foto: Jonas Ingerstedt.

	BLES-SERAD		GI			I HJUL		SKE	FIRRE
	BANER		SMÅLT-KÄRL					SERIE-TYP	
				I N U I T		BALJA			
SMALT	MEDIUM	SOM 2			SOM C		ÄLDRE Å I NABO-LAND	GEOR-GIA	
KORS-VÄG								STINKA	

Mejla nyckelordet till tavling@LFvasterbotten.se

Eller skriv det markerade nyckelordet på ett vykort till Länsförsäkringar Västerbotten, Korsordet, Box 153, 901 04 Umeå. Kom ihåg att skriva ditt namn, postadress och telefonnummer i mejlet eller på vykortet.

Senast 30 oktober 2015 vill vi ha ditt tävlingsbidrag.

Grattis alla vinnare av förra korsordstävlingen!

Stora brandpaketet: Anna Pettersson, Ursviken
Ryggsäck: Lena Backgård, Hörnefors, Sven Johansson, Umeå, **Arbetshandskar:** Kurt Hedström, Skellefteå, Britt-Marie Svedberg, Nordmaling, Jonas Örmén, Holmsund, Håkan Johansson, Umeå, Leif Semrén, Storuman, Rune Lundqvist, Vännäs

Rätt nyckelord i förra korsordet: LÖPTIK

Tävling Vinn hockeybiljetter

Nu har du chansen att bjuda med din bästis, son eller dotter, sambo eller grannen på en härlig hockeyupplevelse. Surfa in på vår kampanjwebb för att tävla om biljetter till IF Björklöven eller Skellefteå AIK.

www.tahandomdigitrafiken.se



Följ oss på
Facebook för:
Nyheter
Erbjudanden
Tips

Tips för säkrare cykling

Avstå hörlurar. Allt fler cyklister skadas i trafiken, och vanligaste dödsolyckan är kollisioner med bilar. Det är viktigt att vara uppmärksam på vad som händer omkring dig, och medtrafikanter betar sig inte alltid förutsägbart. Kanske är det läge att skippa lurarna?

Cykelhjälm. Nästan var femte cykelolycka slutar med skullskador. Med cykelhjälm minskar risken för allvarliga skullskador med två tredjedelar.

Belysning/reflexer. Många olyckor mellan cyklist och bilist inträffar i mörker. Se till att cykeln är ordentligt utrustad med belysning och reflexer – det räddar liv. En reflexväst gör dig också mer synlig, även i dagsljus. Läs mer på sidan 5.

Däck. Funderar du på att cykla i vinter? Många skador hos cyklister uppkommer vid singelolyckor. Med dubbdäck ökar greppet om vägen avsevärt, och gör cykelturen mycket trevligare.

Nej tack till alkohol. 7 av 10 cyklister som drabbas av skullskador är alkoholpåverkade. Ta en taxi, eller en promenad – det mår du bättre av.