



# DIGITALA CYKELFRUKOSTAR

Inom ramen för projektet Cykelsamverkan Sörmland bjuder vi in till en serie med digitala Cykelfrukostar. Passa på att lära dig mer om cykling och hälsa samtidigt som du tränar på digitala möten och bibehåller det sociala nätverkanet i dessa tider.

## De digitala cykelfrukostarna vänder sig till dig som:

- Vill öka förutsättningarna för cykling på arbetsplatsen
- Vill få goda exempel på hur man får fler att cykla
- Är intresserad av hälsofördelarna med cykling
- Är allmänt cykelintresserad

### Cykelfrukost 1

**Datum:** 20 maj 2020

**Tid:** kl. 9.00-10.00

**Tema:** Hälsofördelar kopplat till cykling.

*Vi lyfter cyklingens hälsosamma sidor. Föreläsning om bland annat hälsoaspekter av luftföroreningar, samt gemensam diskussionsstund.*

### Cykelfrukost 3

**Datum:** 25 augusti 2020

**Tid:** kl. 9.00-10.00

**Tema:** Nudging och goda exempel

*Hur kan man som arbetsplats "knuffa" fler till att välja cykeln? Vi bjuder på goda exempel från deltagare i kampanjen Cykelvänlig arbetsplats.*

### Cykelfrukost 2

**Datum:** 3 juni 2020, i samband med Cykelns dag!

**Tid:** kl. 9.00-10.00

**Tema:** Hur är det att cykla med lådcykel?

*Vi pratar med deltagare i kampanjen Testcyklist och olika verksamheter som använder lådcykel. Möjlighet för deltagare att ställa frågor.*

### Cykelfrukost 4

**Datum:** 18 september, Europeiska Trafikantveckan

**Tid:** kl. 9.00-10.00

**Tema:** Kommer senare

*Kanske har det dykt upp funderingar och intressanta ämnen under de tidigare frukostarna som vi kan fokusera på. Mer info kommer därför senare!*

Cykelfrukostarna genomförs via plattformen Teams, inget program krävs nedladdat i förväg. Anmälan sker **HÄR** eller via mejl till [agnes.widing@energikontor.se](mailto:agnes.widing@energikontor.se), senast två dagar innan respektive tillfälle. Teams-länk till frukosten skickas ut på mejl en dag i förväg. Vid frågor, mejla ovanstående adress eller ring Agnes på 073-533 17 22.

**Varmt välkomna att delta!**