


Viisaita valintoja liikkumiseen

Arki ja elämä on jatkuvaa liikkumista paikasta toiseen.
Sinä voit valita kuinka sen teet.



Lepää tai työskentele samalla kun matkustat

Joukkoliikenne on tehokas ja ympäristöystävällinen tapa liikkua. Matkustajana voit valita käytätkö matka-aikasi lepäämiseen vai työntekoon. Jo varttitunnin päiväunet kotimatalla antavat uutta virtaa vapaa-aikaan. Joukkoliikennevälineitä kehitetään jatkuvasti entistäkin ympäristö- sekä käyttäjäystävällisemmiksi. Biopohjaiset polttoaineet yleistyvät linja-autoissa ja esimerkiksi Pendolino-junissa voit käyttää langattomia yhteyksiä työntekoon tai ollaksesi yhteydessä ystäviisi.

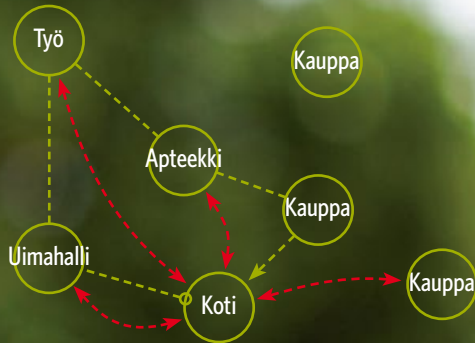
Vapaus valita

Monet päivän matkat riippuvat kodin, työpaikan, kauppojen, muiden palveluiden ja harrastuspaikkojen sijainnista sekä työ- ja kouluajoista. Arkikiireiden keskellä liikkuminen suoritetaan yleensä mahdollisimman nopeasti ja vaivattomasti miettimättä matkoista aiheutuvia vaikutuksia ympäristöön tai ilmastoon.

Sinulla on vapaus valita millaisia vaikutuksia liikkumisestasi seuraa. Viisailla liikkumisvalinnoilla säästät aikaa ja rahaa sekä vähennät päästöjä. Oman hyvinvointisi lisäksi voit vaikuttaa myös liikkumisen turvallisuuteen. Kokeile uusia tapoja matkustaa ja valitse itsellesi sopivimmat vähäpäästöiset kulkutavat.



Kodista kotiin



Ketjuttamalla säästät myös aikaa

Niputtamalla arjen asioiteja samalle reitille vähennät merkittävästi ajokilometrejä ja päästöjä. Samalla voitat itsellesi lisää aikaa muuhun tekemiseen.

Asuinpaikalla on suuri merkitys liikkumisesi energiankulutukseen. Usein kodin sijainti ratkaisee kuinka hyvin voit hyödyntää eri kulkutapoja. Päivittäiset kauppa-asiat voit hoitaa kävellen tai pyöräillen, jos kauppa sijaitsee tarpeeksi lähellä. Lasten itsenäisen liikkumisen kannalta hyvät kävely-, pyöräily- ja joukkoliikenneyhteydet kouluun ja harrastuksiin ovat erityisen tärkeitä.

Oma liikkumistarpeesi vähentyy olennaisesti, jos asuin- ja työpaikat sijaitsevat lähekkäin tai hyvien joukkoliikenneyhteyksien päässä toisistaan. Hyvin toimivat raideyhteydet mahdollistavat toisaalta pitkänkin työmatkan taittamisen energiatehokkaasti ja mukavasti. Myös oman asunnon arvo säilyy tai kohoaa sitä varmemmin, mitä paremmin asunto on saavutettavissa joukkoliikenteellä, kävellen tai pyöräillen.

Lähi- ja verkkopalvelut käyttöön

Suosimalla lähialueesi kauppiaita ja palveluita, ravintoloita, kioskeja, lähikirjastoa tai vaikkapa parturikampaamoja, vältät turhaa matkantekoa ja ajanhukkaa sekä tuet paikallista yrittäjää.

Hoitamalla pankkiasiat, matkavaraukset ja vaikka ruokaostokset netissä, vältät turhia matkoja.



Hyvät kulkuyhteydet = hyvä asuinpaikka

Kun olet hankkimassa tonttia tai vaihtamassa asuntoa, selvitä ensin kaupan, muiden tarvitsemiesi palvelujen, koulujen, päiväkodin ja harrastuspaikkojen läheisyys, työmatkasi pituus sekä kävely-, pyöräily- ja joukkoliikenneyhteydet.

Oma auto vai ei?

Tarvitsetko omaa autoa joka päivä? Jos vuosittainen ajomääräsi jää alhaiseksi, mieti olisiko edullisempaa hyödyntää liikumiseen yhteiskäyttö- tai vuokra-autoja. Jos käytät omaa autoa joka päivä, valitse omaan käyttöösi parhaiten sopiva auto ja opettele ajamaan taloudellisesti.

Lähelle kävelen tai pyörällä

Teemme päivittäisistä 14 miljoonasta matkastamme kolmasosan kävelen tai pyörällä. Voisimme lisätä helposti kävelyn ja pyöräilyn osuutta lyhyillä, alle kolmen kilometrin matkoilla.

32 %



Työstä työhön

Kimppakyydillä säästöjä,
vähemmän päästöjä,
tilaa teille ja parkkialueelle

Kimppakyydit vähentävät ajokilometrien määrää ja pysäköintiongelmia merkittävästi. Työpaikalla voidaan perustaa kimppakyytiringkejä ja osan pysäköintipaikoista voisi varata kimppakyytiläisille. Yksin ajavan hiilidioksidipäästö on 180 g/km, kolmen yksin ajavan vastaavasti 540 g/km - kimppakyydillä kolmen henkilön päästöt ovat vain 60 g/km.

Työhön liittyvään liikkumiseen vaikuttavat sekä työnantaja että työntekijä. Vastuullisesti toimiva yritys pohtii työ- ja työasiointimatkojen ympäristövaikutuksia ja tarjoaa henkilöstölleen mahdollisuuksia hyödyntää erilaisia liikkumista vähentäviä ja keventäviä vaihtoehtoja. Matkustamisen väheneminen vähentää ympäristövaikutusten lisäksi myös taloudellisia kustannuksia.

Kävelyn, pyöräilyn ja joukkoliikenteen suosion kasvu vähentää tarvetta varata työntekijöille kalliita autopaikkoja. Lisäksi työmatkojen kävely tai pyöräily edistää työntekijöiden terveyttä, vähentää sairauspoissaoloja ja parantaa työkykyä. Omaa tai työsuhteautoa tarvitsevalle työnantaja voi järjestää koulutusta taloudellisesta ajotavasta, jonka avulla polttoaineen kulutusta voidaan vähentää keskimäärin 10 %.

Työntekijä päättää päivittäin miten saapuu töihin tai siirtyy kokouksiin. Työntekijä voi myös vaikuttaa siihen, järjestetäänkö kokous verkossa tai etäneuvotteluna. Erilaisia vaihtoehtoisia toimintatapoja kannattaa rohkeasti selvittää ja esittää.

Ilo irti hyötyliikunnasta

Kävellessä, pyörällä tai vaikkapa rullaluistellen työpaikalle tuleva tarvitsee kunnolliset tilat peseytymiseen, vaatteiden ja varusteiden säilytykseen ja kuivaukseen sekä polkupyörien pysäköintiin. Miten asiat on hoidettu omalla työpaikallasi? Tulisitko sinä useammin pyöräillen töihin, jos tilat olisivat miellyttävät?

Joukkoliikennettä työsuhde-etuna

Työnantaja voi tukea työntekijöiden ympäristöystävällistä työmatkailua tarjoamalla työsuhde-etuna joukkoliikenteen kausilipun tai työmatkaseteleitä kodin ja työpaikan välisiä matkoja varten. Työasiointimatkoille voidaan hankkia haltijakohtaisia matkakortteja tai polkupyöriä.

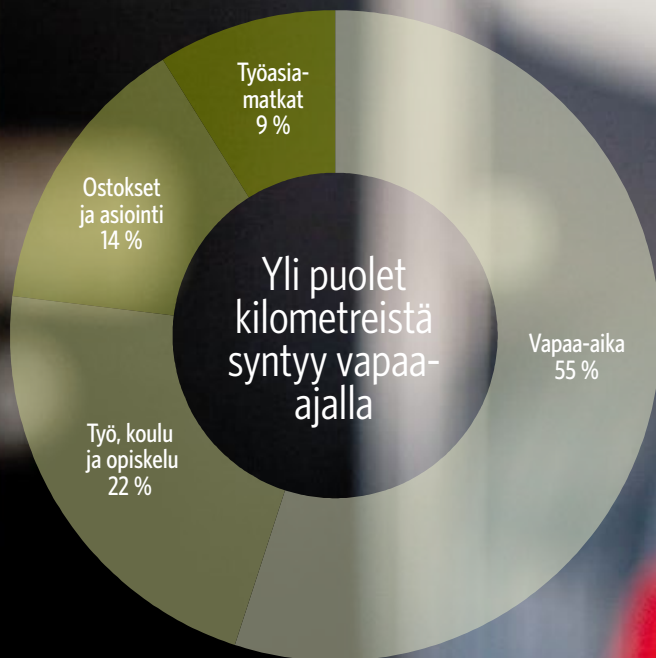
Hyödynnä verkon voimaa

Videoneuvottelut, puhelinkokoukset ja internetin kautta järjestettävät kokoukset ovat varteenotettavia vaihtoehtoja kokousten pitämiseen ja vähentävät työ- ja kokousmatkoja. Etätyöllä on myönteisiä vaikutuksia muun muassa työhön, elämänlaatuun, asuinalueisiin ja aluekehitykseen. Etätyö antaa työntekijälle joustovaraa työn ja vapaa-ajan rytmittämiseen. Etätöiden avulla voidaan myös vähentää työmatkaliikennettä ja liikenneuhkia.



Vapaa-ajalla

Suurin osa kilometreistä syntyy vapaa-aikana, kun menemme harrastamaan tai kyläilemään, matkaamme kesämökille tai lennämme etelän aurinkoon.



Harrastusten oikealla ajoittamisella voi säästää aikaa ja rahaa. Aamu-uinti työmatkan varrella olevassa uimahallissa tai pistäytyminen työpaikan vieressä olevalle kuntosalille kannattaa. Pysäköintitilat ovat erityisesti joukkuelajeissa koettavalla, kun paikan päälle saapuu samaan aikaan paljon sekä pelaajia että yleisöä.

Jokaisella meillä on vapaus valita miten lomamme viettämme. Lomakohteen voi valita myös matkustamiseen kuluvan ajan, energiamäärän ja päästöjen perusteella. Matkakohteen etäisyys ja kulkutapa vaikuttavat siihen, kuinka paljon energiaa kuuluu ja päästöjä kertyy.



Hyödynnä työmatka

Selvitä päivittäismatkojesi varrella olevat liikunta- ja harrastusmahdollisuudet. Mieti voitko yhdistää harrastuksen työmatkaan, kauppareissuun tai molempiin.

Kimppakyydillä turnaukseen

Yhdistäkää voimanne ja kuljetuskapasiteetti: kimppakyydit harjoituksiin ja peleihin vähentävät sekä ajokilometrejä että liikuntapaikkojen pysäköintitilan tarvetta.

Kotimaan matkailu kunniaan

Mökki- tai aktiiviloma Suomessa vai hiekkarannalle Kaukoitään? Kotimaan matkailukohteisiin pääsee joustavasti ja vähäpäästöisesti sekä junalla että bussilla.

Lähialueelle laivalla

Laivaliikenteessä eniten energiaa henkilökilometriä kohden kuluttavat pika-alukset. Toisaalta laivamatkat ovat usein lentomattoja lyhyempiä, jolloin niiden kokonaisenergiankulutus jää pitkiä lentomattoja pienemmäksi.

Suosi suoria lentoja

Suorat lennot kuluttavat lyhyillä matkoilla vähemmän energiaa kuin välilaskulliset. Siksi Eurooppaan lennettäessä kannattaa suosia suoria lentoja. Pitkiin lentoihin tämä ei päde. Yli 7-8 tuntia kestävien lentojen energiankulutusta lisää tarvittavan polttoaineen lisäpaino.

Laske ja kompensoi lentosi hiilidioksidipäästöt

Lentoyhtiöiden verkkosivuilla on laskureita, joilla voit laskea matkasi hiilidioksidipäästöt. Moni lentoyhtiö tarjoaa myös mahdollisuutta maksaa ulkopuoliselle järjestölle rahaa, joka käytetään ilmasto- tai energiansäästöprojekteihin.



Esimerkkejä
lentojen
hiilidioksidipäästöistä

Menopaluu Helsingistä

New York 966 kg

Teneriffa
564 kg

Lontoo
300 kg

Tukholma
100 kg

Bangkok
1170 kg

SELVITÄ - KOKEILE - VALITSE

Selvitä päivittäisten kulkutapojesi rinnalle uusia vaihtoehtoja ja kokeile eri kulkumuotoja ennakkoluulottomasti. Pohdi, miten voit yhdistää eri matkoja joko ketjuttamalla niitä tai hyödyntämällä niitä harrastuksissa. Eri kulkutapojen päästöistä löytyy tietoa internetistä eri tahojen julkaisemien laskureiden ja reittioppaiden kautta. Tietoa löytyy kootusti osoitteesta: www.motiva.fi/liikenne. Valitse itsellesi sopivimmat vähäpäästöiset liikkumis muodot.

www.lvm.fi • www.ymparisto.fi • www.liikennevirasto.fi • www.trafi.fi
www.vr.fi • www.matkahuolto.fi • www.finavia.fi

ESIMERKKEJÄ HIILIDIOKSIDIPÄÄSTÖISTÄ

Matkan tyyppi	Kertaa vuodessa		Autolla
Työmatka (30 km)	220	Bussi 337 kg/a	1188 kg/a
Ruokaostusmatka (5 km)	60	Pyörä 0 kg/a	54 kg/a
Lomamatka (1 000 km)	1	IC-juna 15 kg/a	180 kg/a

ESITTEEN GRAAFIEN LÄHTEET: Henkilöliikennetutkimus 2004-2005. Liikenne- ja viestintäministeriö, Tiehallinto, Ratahallintokeskus ja WSP LT-konsultit Oy sekä VTT, Lipasto (päästöarvot suuntaa-antavia). Lentomatkojen selvittämisessä on hyödynnetty eri yhtiöiden laskureita.

KULKUMUOTOJEN VERTAILU

Kulkumuotojen keskimääräiset ympäristövertailut eivät sovellu päivittäisiin liikkumisvalintoihin. Jos esimerkiksi 20 hengen seurue valitsee teatterimatkalke kulkutavaksi linjaliikenteessä kulkevan bussin sijasta 4 henkilöautoa, ilmakehään joutuvan hiilidioksidin määrä kaksinkertaistuu - bussi kulkee reitillä joka tapauksessa! Linjaliikenteessä kulkeva joukkoliikenneväline on aina vähemmän kasvihuonekaasuja aiheuttava valinta kuin täysikin henkilöauto.





Esimerkkejä yhden henkilön liikkumisen hiilidi- oksidipäästöistä

Juna
15 g/km

Linja-auto
51 g/km

Lentokone
(kauko-kohteet)
113 g/km

Lentokone
(Eurooppa)
148 g/km

Henkilöauto
180 g/km

Kävely ja Pyöräily
0 g/km

Autolautta
(Helsinki-Tukholma)
221 g/km

Pika-alus
(Helsinki-Tallinna)
396 g/km

LIKKUMISSUUNNITELMA

Työnantaja voi monin eri tavoin kannustaa työntekijöitä liikkumaan jalan tai pyörällä, käyttämään joukkoliikennettä tai hyödyntämään kimpakyytejä. Työpaikalla kannattaa laatia liikkumissuunnitelma, jossa selvitetään eri liikkumismuodot ja miten niiden käyttöä tuetaan. Liikkumissuunnitelman pohjaksi selvitetään henkilöstön kulkutavat eri aikoina. Liikkumissuunnitelman toteuttaminen ja seuranta on luonteva osa yrityksen tai yhteisön laatu- ja ympäristöjärjestelmää, tulossuunnittelua ja henkilöstöpolitiikkaa.

Sijainti ja organisointi

Sijainti vaikuttaa siihen, millaisia liikkumistapoja henkilöstöllä on käytössään. Erityisen tärkeää on selvittää liikkumisen vaihtoehdot ja liikenneyhteydät, kun etsitään uusia toimitiloja tai suunnitellaan niiden rakentamista. Toimitilojen valinnassa ja suunnittelussa on hyvä ottaa huomioon eri liikkumistapojen tarpeet; pyörävarastot ja suihkutilat pyöräilijöille, etätyöntekijöille hyvät yhteydet ja laitteet.

Palvelut, edut, säännöt ja tiedottaminen

Työ- ja työasiointimatkoilla voi hyödyntää joukkoliikennelippuja ja työsuuhdepolkupyöriä perinteisten työsuuhdeautojen sijaan. Työpaikan omat autot voidaan korvata myös yhteiskäyttöautoilla. Autoilijoille voidaan tarjota taloudellisen ajotavan koulutusta ja kannustaa kimpakyyteihin esimerkiksi maksuttomilla pysäköintipaikoilla.

Tärkeää on, että liikkumiseen liittyvistä palveluista ja niiden käytöstä on henkilöstöllä selkeät ohjeet ja riittävästi tietoa. Eri-laisia tempauksia järjestämällä voidaan työpaikoillakin kannustaa kokeilemaan uusia kulkutapoja. Valtakunnalliset kampanjat, kuten Liikkujan viikko ja Energiansäästöviikko, antavat tähän hyviä ohjeita ja työkaluja.

Liikennepalvelujen räätälöinti

Joukkoliikenteen käyttö voisi ratkaisevasti lisääntyä, jos vuorovälit, aikataulut tai reitit palvelisivat paremmin työpaikalle matkajia. Työnantaja voikin neuvotella joukkoliikenteen palveluntarjoajan kanssa palvelujen räätälöinnistä.

Lisätietoa

Työpaikan liikkumissuunnitelmista sekä työnantajien mahdollisuuksista vaikuttaa henkilöstön liikkumiseen löytyy internetistä esimerkiksi Motivan verkkosivuilta: www.motiva.fi/liikenne

Motiva

Liik
enne
vira
sto



www.motiva.fi
www.liikennevirasto.fi

LIIKENNEVIRASTO ON RAHOITTANUT JULKAISUN
TEKSTI: MOTIVA | ILME: AHOY | VALOKUVAT: GORILLA, KUVAARIO, IJSTOCK
YMPÄRISTÖMERKKI 441/017 | PAINO: LÖNNBERG | 3 000 KPL | 7/2011

