



SYKLISTENE
Lillestrøm og omegn

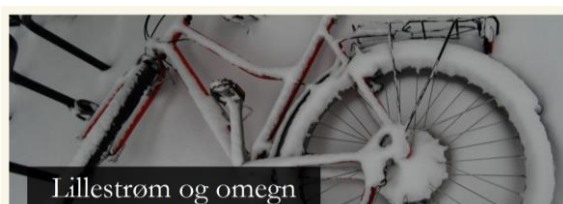
lillestrom@syklistene.no
www.syklistene.no/lillestrom
www.facebook.com/slfloo

Årsmelding 2016

Årsmeldingen for lokallaget SLF *Lillestrøm og omegn* gjelder for kalenderåret 2016.

Styrevirksomhet

Syklistenes Landsforening (SLF - Syklistene) har lokallag i byer over hele landet, og lokallaget *SLF Lillestrøm og omegn* (SLF LOO) ble stiftet mai 2011. Nåværende styreleder Carsten Wiecek var allerede med i interimstyret. SLF LOO gjennomførte sin første sykkelturné september 2011 og kunne da vinne Bjørn R Bergersen som nytt styremedlem fra november 2011. Carsten Wiecek ble valgt som ny styreleder januar 2012, Alf Helge Hartveit Skistad startet som sekretær etter årsmøtet mars 2015.



Kontakt

Styreleder	Carsten Wiecek
Nestleder	Bjørn R. Bergersen
Sekretær og pressekontakt	Alf Helge Hartveit Skistad (mobil 920 96 363)
Kasserer	Stein R Schau
Styremedlem	Gry Sørli
Postadresse	SLF Lillestrøm og omegn Ragnhild Jølsensveg 44c 2006 Løvenstad
Lokalkontakter*	
Lillestrøm	Carsten Wiecek
Strømmen	Brian Aagaard
Skedsmokorset	Stein R Schau
Rælingen	Alf Helge Hartveit Skistad
Fet	*
Sørumsund	Helge Steen
Organisasjonsnummer	998743605
Kontonummer	1286 50 36688 (Lillestrømbanken)

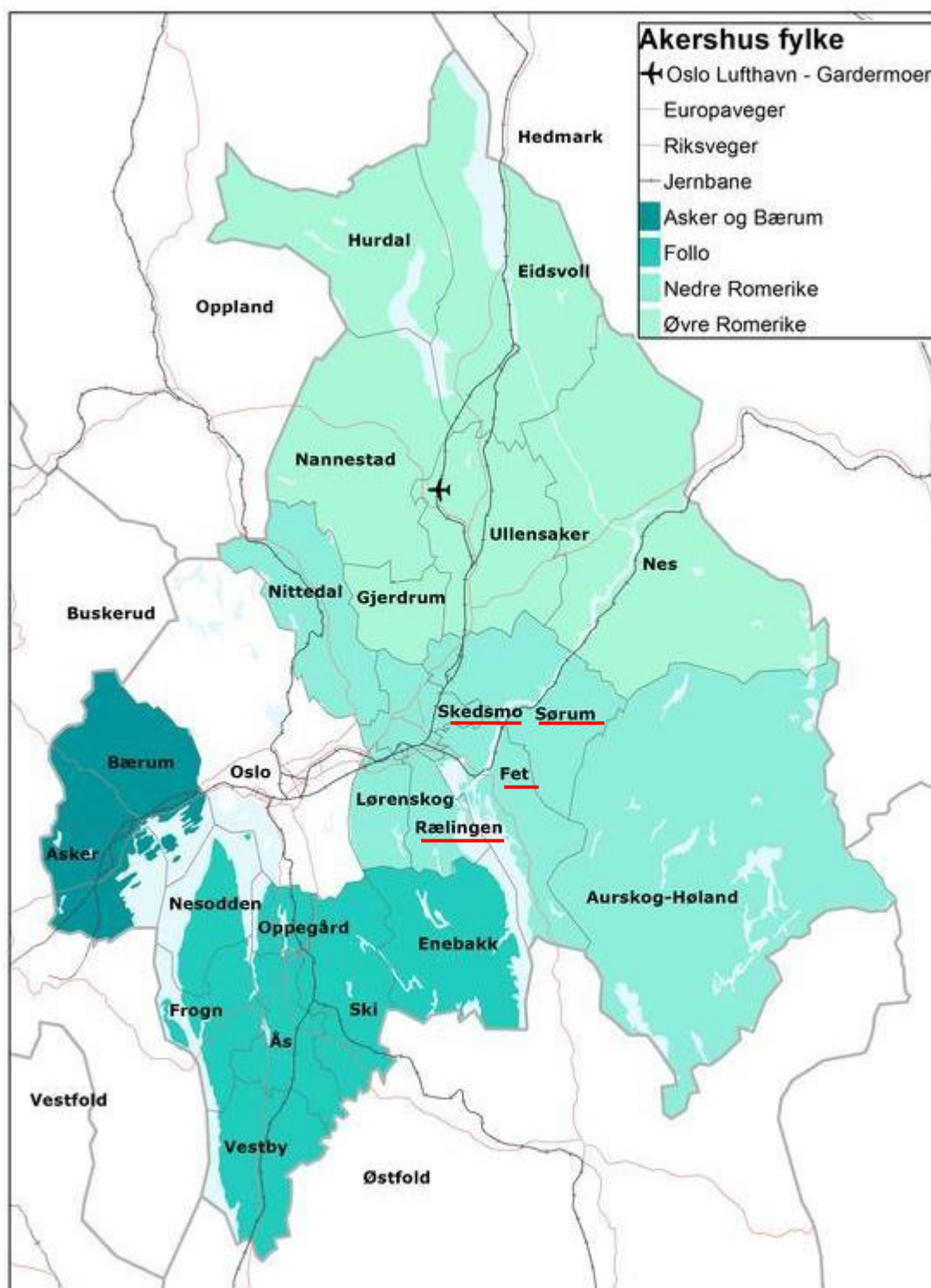
På årsmøtet april 2016 ble følgende styremedlemmer valgt: Carsten Wiecek (styreleder), Bjørn R. Bergersen (nestleder/ pressekontakt), Alf Helge Hartveit Skistad (sekretær), Stein R. Schau (kasserer) og Gry Sørli (nytt styremedlem). Alf Helge Hartveit Skistad overtok i løpet av året rollen som pressekontakt og fungerer også som lokalkontakt for Rælingen. I tillegg har vi lokalkontakter på Skedsmokorset (Stein R. Schau) og Sørumsund (Helge Steen), jf info på www.syklistene.no/lokallag/lillestrom/kontakt/

Sekretær deltok på organisasjonsseminaret i SLF mars 2016. April 2016 ble det avholdt årsmøte. Styreleder og sekretær deltok på sykkelkonferansen i Tromsø mai 2016. Styret hadde ellers fire styremøter i 2016, og inviterte til årsavslutning sammen med lokalkontakter i desember 2016.

Lokallag har ingen valgkomité, men alle styremedlemmer unntatt Gry Sørli er villige til å fortsette i styret etter årsmøte mars 2017 (i minst ett år til). For å sikre kontinuitet i styrets arbeid stiller tre medlemmer til gjenvalg for en periode på to år (frem til årsmøte 2019, jf dagsorden til årsmøte 2017). Det er ønskelig å få flere lokalkontakter, dvs SLF medlemmer som er bosatt og lommekjent i forskjellige delområder og som kan være støttespillere blant annet med tanke på sykkelveginspeksjoner, høringer osv.

Medlemmer – kriterier, utvikling og kommunikasjon

På årsmøtet 2013 ble det vedtatt at SLF medlemmer med bostedsadresse i Skedsmo, Fet, Rælingen og også Sørums kommuner automatisk er medlemmer i SLF *Lillestrøm og omegn*. Lokallaget omfatter altså fire kommuner på Nedre Romerike, men fungerer bare i Skedsmo som høringsinstans for vegsaker.



Bilde 1: Beliggenheten til "Lillestrøm og omegn" på Nedre Romerike i Akershus fylke
(kilde: www.akershus.no/akershus/kart/)

Mens SLF som medlemsorganisasjon dessverre fortsatt mister medlemmer, har antallet lokale medlemmer i lokallaget SLF *Lillestrøm og omegn* vært forholdsvis konstant de siste årene:

LOO medlemsregister	01/17	08/16	02/16	11/15	01/15	01/14	08/13	02/13	08/12	02/12	12/11
SKEDSMO	141	134	136	130	131	129	131	121	120	112	118
FET	23	24	25	26	28	31	32	32	31	29	*
RÆLINGEN	51	53	54	53	55	53	54	59	57	61	*
SØRUM	34	35	35	31	37	39	38	38	*	*	*
SUM	249	246	250	240	251	252	255	250	208	202	118

Tabell 1: Antall medlemmer* i SLF LOO i perioden desember 2011 – januar 2017

(kilde: SLF medlemsregister - * tall for alle fire kommuner mottatt siden februar 2013)

Nedenfor vises en detaljert oversikt over data fra medlemsregisteret for lokallaget SLF *Lillestrøm og omegn* fra januar 2017.

OVERSIKT OVER MEDLEMMER I SLF LOO, 31.01.17*

SLF LOO	antall*	andel komm	andel lag	med mail	andel mail
Lillestrøm	59	41,8	23,7		
Strømmen	17	12,1	6,8		
Kjeller	17	12,1	6,8		
Leirsund	4	2,8	1,6		
Skjetten	11	7,8	4,4		
Skedsmokorset	33	23,4	13,3		
SKEDSMO	141	100,0	56,6	91	64,5
Enebakkeset	1	4,3	0,4		
Fetsund	21	91,3	8,4		
Gan	1	4,3	0,4		
FET	23	100,0	9,2	14	60,9
Blystadlia	5	9,8	2,0		
Fjerdingsby	17	33,3	6,8		
Løvenstad	5	9,8	2,0		
Nordby	4	7,8	1,6		
Rælingen	20	39,2	8,0		
RÆLINGEN	51	100,0	20,5	26	51,0
Blaker	3	8,8	1,2		
Frogner	11	32,4	4,4		
Rånåsfoss	1	2,9	0,4		
Sørum	5	14,7	2,0		
Sørumsand	14	41,2	5,6		
SØRUM	34	100,0	13,7	15	44,1
SUM	249		100,0	146	58,6

Tabell 2: Geografisk fordeling av medlemmer* i SLF LOO, med mailadresse

Kilde: data fra SLF medlemsregister, mottatt 31.01.2017

* omfatter ikke bare "medlemmer", men også medier (1), bibliotek (2) og ulike abonnenter (14)

SLF Lillestrøm og omegn er fortsatt det eneste lokallaget fra Syklistenes landsforening på Romerike selv om det trolig er behov for lokalt arbeid i flere kommuner i regionen vår. For vårt arbeid hadde det vært særlig bra med et lokallag i Lørenskog kommune (med strategisk betydning for sykkeleक्सpressvegen til Oslo), og vi har tatt flere initiativ til å inspirere lokale sykklister i Lørenskog. Styret selv ser per tiden ingen realistiske muligheter til å utvide lokallagets virksomhet til andre kommuner på Nedre Romerike. En ev kommune-sammenslåing av Fet, Skedsmo og Sørums kommuner vil få stor betydning for lokallaget som er høringsinstans i Skedsmo, og vil medføre et større behov for flere lokalkontakter i området til nåværende Fet og Sørums kommuner.

Siden desember 2011 er SLF Lillestrøm og omegn representert med egne lokale nettsider www.syklistene.no/lillestrom. Januar 2012 ble det tatt i bruk egen mailadresse lillestrom@syklistene.no og siden ble det oppdatert/ vedlikeholdt omfattende maillister med e-postadresser til SLF medlemmer i Skedsmo, Fet, Rælingen og Sørums kommuner samt andre interesserte sykklister og samarbeidspartnere i regionen.

Nettsidene våre ble utvidet med flere sider og omfatter nå både temaside (for våre satsingsområder) og diverse oversikter, se presentasjonen nedenfor:

AKTUELT

med **aktuelle saker**

(som publiseres minst annenhver måned)

TEMASIDER

om

sykkeltellinger

og våre tre

satsingsområder

(**folkehelse/ miljøtiltak,**

barn og sykling og **vintersykling**)

OVERSIKTER

innledning

ARKIV med brev, høringsuttalelser mm*

OVERSIKT over

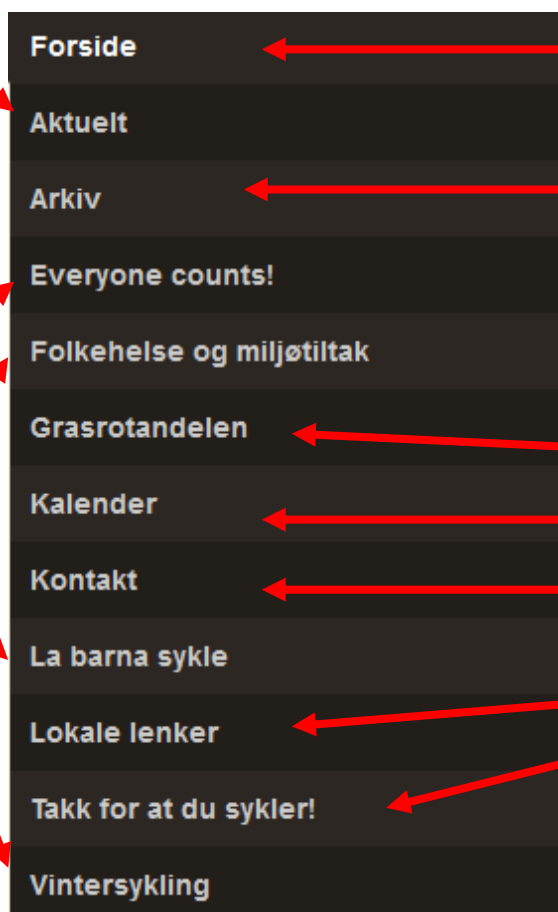
støttmuligheter,

kalender

kontaktdata,

lokale nettsider og

medlemsfordeler



Bilde 2: Oversikt over nettsiden til SLF LOO

Det publiseres regelmessig nyheter under ”aktuelt” på lokallagets nettside, i 2016 i gjennomsnitt to ganger pr måned. På denne måten gjør vi oppmerksom på våre egne aktiviteter og tilbud, jf vedlegg 2 og oversikten over 25 aktuelle saker nedenfor:

31.01.16	Hundre tusen syklist
06.02.16	International winter bike to work day!
13.02.16	Happy birthday - med happy hour!
27.02.16	Velkommen til årsmøte i Lillestrøm 12. april 2016!
28.02.16	Bike & breakfast
05.03.16	Kvinner vet best
28.03.16	Elsykel i gavepakke
01.04.16	Lyst på gratis bysykel?
17.04.16	Sykle til jobb og sykkelvennlig bedrift!
24.04.16	Schnee von gestern?
29.04.16	Sjekk ut sykkelhotell og sykkелеkspressveg!
08.05.16	Sykkeltkultur
27.05.16	Quo vadis sykkelbyen?
09.07.16	Hvordan går det - som syklist i egen by?
17.07.16	God sykkel sommer!
26.07.16	Samferdselsplan med sykkelgate
21.08.16	Sykle hjem fra sykehjem!
11.09.16	Keep smiling!
13.09.16	Smart mobility-strong economy!
25.09.16	Think global – act local!
08.10.16	Sykkelregnskap
28.10.16	Strålende samarbeid
01.11.16	Bike for peace
13.11.16	Just weather?
31.12.16	Gratulerer med femårsdagen!

Siden november 2013 ble disse nyhetssaker også sendt ut som pdf dokument per mail til våre medlemmer. Samtidig informeres om slike «aktuelle saker» kort på vår Facebook side. Denne kombinasjonen av aktuelle saker på nettsiden, korte meldinger på Facebook samt utsending av «news» per mail vil også framover være den viktigste kommunikasjons-/informasjonskanalen mot våre medlemmer og andre lokale syklist. I tillegg ser vi et potensial til et mer systematisk pressearbeid med flere pressemeldinger, leserinnlegg mm

Medlemmer og andre interesserte syklist samt våre samarbeidspartnere kan kontakte styreleder per mail (lillestrom@syklistene.no), nestleder på mobil 93406459, og sekretær per brev til SLF LOO, Ragnhild Jølsensveg 44c, 2006 Løvenstad.

Arrangementer og aktiviteter

Det meste av virksomheten i 2016 kan tilordnes ett eller flere av våre satsningsområder som ble bekreftet på årsmøtet 2016:

- [Sykling som folkehelse og miljøtiltak](#)
- [Barn og sykling](#)
- [Vintersykling](#)

Ved siden av «faste arrangementer» i f m [Sykle til jobben](#), [Sykkelens dag](#) eller [Europeisk mobilitetsuke](#) var mange aktiviteter og kampanjer i 2016 begrunnet i vårt femårsjubileum. Dette gjelder særlig våre månedlige sykkelmøter «Happy hour» og Bike & breakfast»...



Publisert av Carsten Wiecek den 28.02.2016

Bike & Breakfast!

SLF Lillestrøm og omegn inviterer lørdag 2. april for første gang til «Bike & Breakfast» hos Boulangerie Garçon i Lillestrøm! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 13.02.2016

Happy birthday – med happy hour!

SLF Lillestrøm og omegn inviterer mandag 7. mars for første gang til «Happy hour!» hos Jekyll & Hide i Lillestrøm! [...]

...men også diverse kampanjer som «Hundert tusen syklist» (gavekort fra lokal sykkelbutikk for syklist nr 10.000, 20.000, 30.000 osv på tellestolpen foran Skedsmo rådhus), «Keep smiling» (sykkelalarm for 3 lokale syklist, gratis parkering på sykkelhotellet for resten av året for 10 av våre medlemmer), «Lyst på gratis bysykkel?» (10 sesongkort for 2016 for ti lokale syklist), fotokonkurransen «God sykkelsommer» eller «Elsykkel i gavepakke» og «Kvinner vet best», jf nedenfor:



Publisert av Carsten Wiecek den 28.03.2016

Elsykkel i gavepakke

SLF Lillestrøm og omegn feirer femårsjubileum og gir medlemmer og lokale syklist en gavepakke med tilgang til gratis elsykkel i [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 05.03.2016

Kvinner vet best!

Hvis du som kvinnelig syklist starter kvinnetdagen 8. mars på sykkel, kan du få gratis «coffee to bike» på Garçon [...]

Dette høye aktivitetsnivået i vårt jubileumsår 2016 speiles i kalenderen (jf vedlegg 3 og her www.syklistene.no/lokallag/lillestrom/kalender/), og omfatter også regelmessige sykkel- og lykttellinger på 50 manuelle tellepunkter i Skedsmo kommune. Gjennom hele året har vi gjennomført 133 egne sykkeltellinger med kanadisk [Counterpoint App](#). Siden oppstart av våre tellinger i februar 2015 hadde vi da ved slutten av 2016 gjennomført nesten 200 tellinger og på denne måten dokumentert en sykkelandel på ca 3 % (jf tabellen nedenfor og her www.syklistene.no/lokallag/lillestrom/everyone-counts/).

Sykkeltellinger med Counterpoint i Skedsmo kommune, 2015-2016 (kilde: SLF LOO)

periode	antall tellinger	syklister	gående	person-biler	lastebiler/buss	sum	sykkel-andel
2015-I	4	37	94	2014	133	2278	1,62
2015-II	6	162	91	3893	288	4434	3,65
2015-III	9	129	285	4227	168	4809	2,68
2015-IV	34	214	699	8818	429	10160	2,11
2015	53	542	1169	18952	1018	21681	2,50
2016-I	34	108	635	7252	429	8424	1,28
2016-II	13	176	360	3110	217	3863	4,56
2016-III	17	242	450	4226	336	5254	4,61
2016-IV	69	402	1094	11198	555	13249	3,03
2016	133	928	2539	25786	1537	30790	3,01
sum	186	1470	3708	44738	2555	52471	2,80

Resultater fra våre sykkeltellinger brukes aktivt i vårt arbeid for et kommunalt sykkelregnskap og i konkrete høringssaker (se nedenfor). I 2016 har styret sendt mange konkrete henvendelser per brev

- [Brev til Skedsmo ang bysykkeltur juni 2017 27.12.16](#)
- [Brev til Skedsmo ang sykkelkonferanse 2018 08.12.16](#)
- [Brev til samferdselsminister ang syklist i egen by 07.12.16](#)
- [Brev til Skedsmo kommune ang syklist i egen by 07.12.16](#)
- [Brev til Jernbaneverket ang gratis sykkelhotell i Lillestrøm 27.11.16](#)
- [Brev til Skedsmo ang mobilitetsuken 2016 og miljø-sykkelregnskap 20.07.16](#)
- [Brev til Skedsmo om sykkelregnskap med bysykler 01.04.16](#)
- [Brev til Skedsmo om sykkelregnskap med kvinneandeler 04.03.16](#)
- [Brev til Skedsmo om sykkelregnskap, vintersykling og bedre luftkvalitet 06.02.16](#)

...og intensivert arbeidet med høringsuttalelser (i Skedsmo)

- [Innspill til planarbeid for kvartal 10 i Lillestrøm 23.12.16](#)
- [Innspill til kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 20.10.16](#)
- [Innspill til kommunal planstrategi i Skedsmo 15.10.16](#)
- [Innspill til detaljreguleringsplan kvartal 37 Lillestrøm 10.09.16](#)
- [Innspill til samferdselsplan i Skedsmo 26.07.16](#)
- [Innspill til planarbeid ved Hvam og Skedsmovollen ved E6 09.05.16](#)
- [Innspill til planer om sykkelveg ved Husebyjordet 11.03.16](#)
- [Innspill til planer om sykkelveg langs Bråteveien 14.01.16](#)

...og vårt pressearbeid i form av en pressemelding og to leserinnlegg:

- [Pressemelding om elsykkel i gavepakke 28.03.16](#)
- [Sykkelhotell og gratis sykkelparkering \(sendt til Romerikes blad, 28.10.16\)](#)
- [Enveiskjøring mot grønn mann \(sendt til Romerikes blad, 15.09.16\)](#)

Vi mener at disse aktiviteter og arrangementer har blitt lagt merke til i lokalmiljøet, bidratt til noe presseoppslag i lokalavisen/e, medlemsrekruttering og økt fokus på sykkel-saken i vårt område.

Regnskap

Lokallaget fikk allerede i 2012 eget organisasjonsnummer, bankkonto og det ble mulig å støtte SLF LOO via Grasrotandelen. I 2016 har vi åpnet ny bankkonto i Lillestrømbanken. Regnskapet i vedlegg 1 viser at lokallaget disponerte ved inngangen til 2017 ca kr. 10.000 (bl a grunnet lokalbidrag fra Lillestrømbanken). Styret skal også i 2017 søke støtte fra SLF sentralt og administrasjonstilskudd fra Skedsmo kommune samt lokalbidrag fra Lillestrømbanken. Forutsatt ovennevnte tilskudd har lokallaget god økonomi til å gjennomføre planlagte aktiviteter for 2017 (jf neste avsnitt om handlingsplaner 2016 og budsjett i vedlegg 1).

Handlingsplaner og aktiviteter i 2017

Styret ønsker å fortsette arbeidet fra 2016 med ulike aktiviteter og tiltak innenfor satsingsområdene

- [Sykling som folkehelse og miljøtiltak](#)
- [Barn og sykling](#)
- [Vintersykling](#)

Ved siden av faste arrangementer som [Sykle til jobben](#) og [Sykkelens dag](#) (våren) samt [Europeisk mobilitetsuke](#) og [Synlig syklist](#) (høsten) ønsker styret å ha fokus på oppfølging av undersøkelsen «Syklist i egen by 2016», regelmessige sykkeltellinger med [Counterpoint](#) som bidrag til et kommunalt sykkelregnskap, lobbyarbeid for etablering av egen sykkelgate i Lillestrøm samt sykkelekspressveg til Oslo, sykkelkurs for innvandrerkvinner (i samarbeid med flyktningavdelingen fra Skedsmo kommune) mm.

Generelt så ønsker styret også framover å pleie/ etablere flere samarbeidsrelasjoner med viktige offentlige enheter i kommunen/ regionen samt private samarbeidspartnere og pressen. I tillegg ønsker vi å etablere relasjoner til andre lag og foreninger med samme eller lignende målsetning som f eks Trygg trafikk og miljøorganisasjoner som Grønn ungdom og Natur og ungdom.

Styret gjentar at innsatsnivået fra tidligere år ikke kan opprettholdes uten flere aktive medlemmer i styret, som lokalkontakter eller i annen rolle.

Lillestrøm, 01.03.17

Styret i SLF Lillestrøm og omegn



Vedlegg 1a – Resultatregnskap 2016*

Resultatregnskap per 31.12.2016	Dette år	Bud-16	Forrige år
Inntekter			
Salgsinntekter		-	-
Offentlige tilskudd (Skedsmo)	5 000,00	10 000,00	-
Andre tilskudd (SLF/ lokalbidrag)	17 126,00	17 000,00	19 889,00
Andre inntekter (Grasrotandelen)	295,00	1 500,00	3 472,24
Sum inntekter	22 421,00	28 500,00	23 361,24
Kostnader			
Innkjøp transportsykel	15 000,00		-
Lønn og annen godtgjørelse			-
Annen driftskostnad	9 460,73	24 315,00	12 070,50
Sum Kostnader	24 460,73	24 315,00	12 070,50
Driftsresultat	-2 039,73	4 185,00	11 290,74
Finansposter			
Finansinntekt	17,02		18,00
Finanskostnad	177,00	10,00	-
Sum finansposter	159,98	10,00	18,00
Årsresultat	-2 199,71	4 195,00	11 308,74

Overført egenkapital	-2 199,71
-----------------------------	------------------

Eiendeler og gjeld	Dette år	Bud-16	Forrige år
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Lillestrøm spb 1286 50 36688	10 400,36	17 090,07	12 589,78
Fordring Norsk Tipping (Grasrotandel)	295,00	-	305,29
SUM Eiendeler	10 695,36	17 090,07	12 895,07
Gjeld			
Disp.resultat		4 195,00	11 308,74
Egenkapital pr 31.12.2016	10 695,36	12 895,07	1 586,33
SUM Gjeld og Egenkapital	10 695,36	17 090,07	12 895,07

* jf styremøte 23.01.17

Vedlegg 1b – Resultatbudsjett 2017 (jf styremøte 23.01.17, utarbeidet av styreleder og kasserer 18.02.17)

	Bud-17	Regn. - 16
Inntekter		
Salgsinntekter		-
Offentlige tilskudd	10 000,00	5 000,00
Andre tilskudd	17 000,00	17 126,00
Andre inntekter	500,00	295,00
Sum inntekter	27 500,00	22 421,00
Kostnader		
Innkjøp diverse	4 000,00	15 000,00
Lønn og annen godtgjørelse	-	
Annen driftskostnad	23 500,00	9 460,73
Sum Kostnader	27 500,00	24 460,73
Driftsresultat	-	-2 039,73
Finansposter		
Finansinntekt	10,00	17,02
Finanskostnad	200,00	177,00
Sum finansposter	210,00	194,02
Årsresultat	210,00	-1 845,71
Eiendeler og gjeld	Bud-17	Regn. - 16
Bankinnskudd, kontanter og lignende		
Lillestrøm banken 1286.50.36688	10 713,61	10 713,61
Fordring Norsk Tipping (Grasrotandel)	316,00	316,00
SUM Eiendeler	11 029,61	11 029,61
Gjeld		
Disp.resultat	210,00	11 308,74
Egenkapital	11 029,61	1 586,33
SUM Gjeld og Egenkapital	11 239,61	12 895,07

Andre tilskudd

Skedsmo kommune	10 000
SLF sentralt	10 000
Lillestrømbanken	7 000

Andre inntekter

Grasrotandelen	500
27 500	

Annen driftskostnad

Reiseutgifter org.seminar	1 000
Synlig syklist	4 000
Premier i f m aksjoner etc	5 000
Årsmøte Måsan	365
Årsavgift Br.reg.	135
Internt utstyr og drift (lastesykkel, vester, jakker etc)	5 000
Internt arrangementer	1 000
Aksjon Tema sykling i barnehagen (premier FirstBike)	5 000
Annet (sykkelhotell mm)	2 000
23 500	

**SYKLISTENE**
Syklistenes Landsforening

AktueltSyklopediaTesterTurerBli medlem

 Lokallag Lillestrøm og omegn



Lillestrøm og omegn



Publisert av Carsten Wiecek den 31.12.2016

Gratulerer med femårsdagen!

I år kåret lokale sykklister Lillestrøm for femte gang til landets beste sykkelby! Vi gratulerer med femårsdagen, og lover at [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 13.11.2016

Just weather?

Velkommen til Bike & breakfast – sykkelmøte på Garçon i Lillestrøm på lørdag, 19.11.16 om tema vintersykling og lokal luftforurensning! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 01.11.2016

Bike for peace

Welcome to Happy hour in Lillestrøm on Monday, 7 th of November. Our topic that day is Bike for peace*! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 28.10.2016

Strålende samarbeid

I samarbeid med Akershus fylkeskommune deler vi på onsdag 09.11.16 ut 100 sett sykkellykter utenfor sykkelhotellet i Lillestrøm! Helt gratis! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 08.10.2016

Sykkelregnskap

Velkommen til sykkelmøte i Lillestrøm på mandag kveld 10. oktober – med en av landets fremste eksperter på tema sykkelregnskap! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 25.09.2016

Think global, act local!

SLF Lillestrøm og omegn og lokallagskoordinator Sofie Andersen inviterer 1. oktober til sykkelmøte Bike & Breakfast på Garçon i

Lillestrøm! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 13.09.2016

Smart mobility – strong economy!

Det lønner seg fortsatt! Også under årets mobilitetsuke deler vi ut penger til deg som sykler i Lillestrøm. Vær smart [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 11.09.2016

Keep smiling!

Du kan glede deg! I disse dager åpner dørene til sykkelhotellet ved Lillestrøm togstasjon – og det er ikke alt! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 21.08.2016

Sykle hjem fra sykehjem!

SLF Lillestrøm og omegn starter med regelmessige sykkelturner med sykehjemsbeboere – på kommunalt el-transportsykkel som

sykkeltaxi. Bli med som sjåfør! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 26.07.2016

Samferdselsplan med sykkelgate

I dag har vi levert vår høringsuttalelse til samferdselsplanen i Skedsmo der vi blant annet foreslår å etablere egen sykkelgate

[...]



Publisert av Carsten Wiecek den 17.07.2016

God sykkelsommer!

Send oss bildet av «din sykkelsommer» og vinn et gavekort på kr 1.000! Juli betyr sommerferie for mange av oss, [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 09.07.2016

Hvordan går det – som syklist i egen by?

Ønsker du å påvirke sykkelforholdene der du bor? Da skulle du bli med i spørreundersøkelsen «Syklist i egen by»! Det [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 27.05.2016

Quo vadis, sykkelbyen?

Hva kjennetegner en (god) sykkelby – og hvordan blir den (enda) bedre? Send oss dine forslag, vinn et gavekort på [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 08.05.2016

Sykkeltkultur

Et lite stykke Norge, bedre sagt norsk sykkeltkultur får du på våre uformelle sykkelmøter Happy hour og Bike & Breakfast [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 29.04.2016

Sjekk ut sykkelhotell og sykkelekspressveg!

Hos oss får du innside informasjon om det nye sykkelhotellet i Lillestrøm, og kan bli med på jakt etter sykkelekspressvegen [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 24.04.2016

Schnee von gestern?

Er du på jakt etter en (mer) «miljøvennlig bil»? Da skulle du kanskje vurdere bruk av sykkel eller elsykkel istedenfor... [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 17.04.2016

Sykle til jobb – og sykkelvennlig bedrift!

Vi tyvstarter årets Sykle til jobben-aksjon med gratis «morgenkaffe» på Garçon til deg som sykler til jobb i morgen tidlig! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 01.04.2016

Lyst på gratis bysykkel?

I dag kom bysykkelen tilbake til sykkelbyen og i morgen kan du vinne et sesongkort! Kom til Bike & breakfast [...]



[...]

Publisert av Carsten Wiecek den 28.03.2016

Elsykkel i gavepakke

SLF Lillestrøm og omegn feirer femårsjubileum og gir medlemmer og lokale syklister en gavepakke med tilgang til gratis elsykkel i



Publisert av Carsten Wiecek den 05.03.2016

Kvinner vet best!

Hvis du som kvinnelig syklist starter kvinnedagen 8. mars på sykkel, kan du få gratis «coffee to bike» på Garçon [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 28.02.2016

Bike & Breakfast!

SLF Lillestrøm og omegn inviterer lørdag 2. april for første gang til «Bike & Breakfast» hos Boulangerie Garçon i Lillestrøm! [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 27.02.2016

Velkommen til årsmøte i Lillestrøm 12. april 2016!

SLF Lillestrøm og omegn inviterer sine medlemmer og andre interesserte syklister til årsmøte på tirsdag, 12.04.16 kl 19! Årsmøtet er [...]



Publisert av Carsten Wiecek den 13.02.2016

Happy birthday – med happy hour!

SLF Lillestrøm og omegn inviterer mandag 7. mars for første gang til «Happy hour!» hos Jekyll & Hide i Lillestrøm! [...]



International [...]

Publisert av Carsten Wiecek den 06.02.2016

International winter bike to work day!

Vi deler ut gratis sykkellykt og reflekser på den internasjonale «sykle til jobben dag» for vintersyklister på fredag, 12.02.15!



Publisert av Carsten Wiecek den 31.01.2016

Hundre tusen syklister!

Med kampanjen Hundre tusen syklister! ønsker vårt lokallag å bidra til økt sykkelandel i Lillestrøm og omegn! Høsten 2015 var

Vedlegg 3 – Info om månedlige sykkelmøter i løpet av jubileumsåret 2016

**SYKLISTENE**
Syklistenes Landsforening

AktueltSyklopediaTesterTurerBli medlem

LokallagLillestrøm og omegnKalender

Bike & Breakfast* første lørdag hver måned fra kl 10 på Garcon

02.04.16	Bike & Breakfast med Frode Hofset fra planavdelingen i Skedsmo (tema: bysykkelordning)
07.05.16	Bike & Breakfast med May-Liss Daljord fra Jernbaneverket (tema: sykkelhotell ved Lillestrøm togstasjon)
11.06.16*	Bike & Breakfast med Øyvind Wahl fra Skedsmo kommune (tema: Hvordan kan Lillestrøm bli en bedre sykkelby?)
Juli 2016	I sommerferien dessverre – no Bike & Breakfast :-)
13.08.16*	Bike & Breakfast med Tonje E. Orsten Kristiansen fra Framtiden i våre hender (tema: sykkel som miljøtiltak)
03.09.16	Bike & Breakfast med sykkelgruppa fra Bedriftsidrettslaget i Skedsmo kommune (tema: sykling som bedriftsidrett)
01.10.16	Bike & Breakfast med lokallagskontakt Sofie Bejbro Andersen fra SLF (tema: SLF ønsker å etablere flere lokallag på Romerike!)
19.11.16*	Bike & Breakfast med lokal syklist og seniorforsker Cristina Guerreiro fra NILU (tema: vintersykling og lokal luftforurensning)
17.12.16*	Bike & Breakfast med representant fra Syklistenes landsforening og vinneren av årets brukerundersøkelse "Syklist i egen by" (mer info kommer...)

* unntaksvis er Bike & breakfast ikke på første lørdag
(fra og med august tilbys det ikke noe mer frokostbufte, men vi møtes allikevel på Garcon)
** tidspunkt flyttes ev. bl a avhengig av når resultatene offentliggjøres og hvem som vinner
årets undersøkelse

Happy hour første* mandag hver måned fra kl 18 på Jekyll & Hide

07.03.16	Happy Hour med Astri H Braathu fra planavdelingen i Skedsmo (tema: vintersykkelturkampanje)
04.04.16	Happy Hour med Wilhelmsen utleie (tema: elsykler)
09.05.16*	Happy Hour med Trond Berget (tema: fysiske løsninger/infrastruktur for sykkeltrafikk i byer/tettsteder)
06.06.16	Happy Hour med Mats Larsen (tema: sykkelregnskap)
Juli 2016	I sommerferien dessverre – no Happy Hour :-)
15.08.16*	Happy Hour med Eivind Glemmestad, rådmann i Rælingen kommune (tema: sykkelforhold i Rælingen kommune – status og planer)
05.09.16	Happy Hour med Kristin Forsnes fra Statens vegvesen Vegdirektoratet (tema: Europeisk mobilitetsuka)
10.10.16*	Happy Hour med Torstein Bremset fra Statens vegvesen Vegdirektoratet (tema: sykkelregnskap)
07.11.16	Happy Hour med Frank Tomlinson fra Bike for peace (tema: Bike for peace, charity and social justice)
19.12.16*	Happy Hour med representant fra Syklistenes landsforening og vinneren av årets brukerundersøkelse "Syklist i egen by" (mer info kommer...)

Vedlegg 4 - Arbeidsprogram 2017*

JANUAR	Styremøte 1 (arbeidsprogram/ budsjett, ansvarsfordeling og årsmøte, 23.01.) Forarbeid årsmøte og betaling BRRG Premie til Skedsmo kommune (kart med resultater fra sykkeltellinger)
FEBRUAR	Lokallagssamling Gardermoen (m/ to deltakere) Internasjonal vintersykkeldag, med sykkeltellinger med Counterpoint (som gjentas hele året)
MARS	Samarbeid med Garcon på kvinnedagen (med telling av kvinnelige syklistere) Søknad om grunnstøtte fra SLF sentralt Søknad om adm tilskudd fra Skedsmo kommune Søknad om midler fra Lillestrømbanken (frist 12.03.17) Årsmøte 2017 og temakveld om transportsykling (Måsan aktivitetssenter, 20.03.)
APRIL	Oppstart utlån/utleie av lastesykkel (Lei deg? Lei meg!) <i>Sykle til jobben</i> i samarbeid med Skedsmo kommune bedriftsidrettslag (SKBIL) Kampanjer med fokus på barn, f eks med First bike rettet mot barnefamilier/ barnehager
MAI	Sykkelkurs for innvandrerkvinner sammen med Skedsmo flyktningavdeling Aksjon ang sykkelturner med sykehjemsbeboere Bynær sykkelturn i Lillestrøm med planavdeling (sykkelgata mm) Styremøte 2 (evaluering av årsprogram - 29.05.)
JUNI	Sykkelens dag (bynær sykkelturn med SKBIL på 40 bysykler) Aktiviteter under byfesten (sykkelvennlig bedrift) Sommeravslutning hos kassereren (styremedlemmer med partnere og lokale kontakter)
JULI	Sommerferie
AUGUST	Bynær sykkelturn til Oslo (sykkelekspressvei) Styremøte 3 (høstprogram – 21.08.) Sykkelkurs for innvandrerkvinner sammen med Skedsmo flyktningavdeling
SEPTEMBER	Deltakelse på europeisk mobilitetsuke
OKTOBER	Landsmøte 2017 (m/ to deltakere)
NOVEMBER	<i>Synlig syklist</i> aksjon
DESEMBER	Styremøte 4 med årsavslutning (evaluering av året, alle styremedlemmer og lokale kontakter – 11.12.)

* jf styremøte 23.01.17, senest oppdatert 18.02.17 etter avtale med styret