

Yrkesförare skadar ryggen på 331:an

Så är det äntligen bevisat. Väg 331 är så dålig och bitvis så farlig att yrkesförare riskerar ryggsador. Det här visar en studie gjord av Vägverket konsult.

Vi får hoppas att det leder till åtgärder som förbättrar vägen.

(Källa ST)

Lekområde för laxöring

Ljustorpsån skall få en egen självproducerande stam av havsöring. Det sker med hjälp av pengar från staten och det man ska göra är att göra i ordning lekbottnar.

Åtgärderna under 2008 kommer att inrikta sig på två stora lekbottnar. En 400 meter nedströms från Lagfors kraftverk och en i början av Nylandsforsen.

(Källa ST)

Bra fiske i ån!

Ljustorpsån har i år bjudit på bra fiske. Under början av maj har fiskare fått havsöringar på mellan ett och fyra kilo.

Samtidigt kan det goda fisket ge problem, eftersom det drar till sig fler fiskare. Det är viktigt att tänka på att göra rent utrustningen när man fiskat i Ljustorpsån, eftersom det finns kräftpest i ån.

(Källa: ST)

Sommarbussar

I sommar får Ljustorp anropstrafik med taxi på samma tider som bussturlistan. Trafiken kommer att köras måndag-fredag.

Kom ihåg att ni måste ringa och beställa minst två timmar före avgångstiden i turlistan.

Att bussen ersätts med taxi är för att det var så få som åkte ifjol.

(Källa: ST)

Våren är på väg... och med den kommer cykeln fram så ta dig tid att vår rusta cykeln.

Enligt lag räknas cykeln som ett fordon och omfattas av trafiklagstiftningen.



Varje år skadas tusentals cyklar i Sverige på grund av att det uppstår någon typ av tekniskt fel på deras cyklar.

Det är du som har ansvaret för din eller dina barns cykel sedan du har köpt den.

När du handlar eller tar fram cykeln på värkanten tänk på följande innan du sätter dig eller din familj på cykeln:

Med en säker cykel är chansen större att också cykelfärden blir säker.

Så här ser en säker cykel ut.

- Pedalerna är korrekt monterade och åtdragna.
- Styret är justerat i rätt höjd och handtagen.
- Att ringlockan finns och fungerar.
- Alla bultar är åtdragna.
- Sadeln är i rätt höjd och justerad.
- Bromsarna är rätt justerade. Både bak och fram.
- Växlarna fungerar utan att gå trögt.
- Kedjan är rätt spänd. Att den löper fint över kuggarna.
- Rengör och smörj cykeln så håller den längre.
- Om lyse finns kolla att det fungerar både fram och bak. Måste finnas vid färd i skymning/mörker. Vitt ljus framåt och rött ljus bakåt.
- Kolla att det finns reflexer på de rätta ställena och i rätt färger.
- Att låset fungerar.
- Pakethållaren sitter fast.
- Har du stolen på pakethållaren måste du kontrollera att den sitter fast ordentligt och att det finns ekerskydd.
- Är cykeln till ett litet barn tänk på att fotbroms bör finnas. Det är den säkraste bromsen.

Cykeln måste alltid ha:

- Ringklocka, Broms.
- Har du barnsits på paketställaren måste du ha ekerskydd.
- I mörker måste Cykeln också ha:
- Strålkastare med vitt ljus fram och rött ljus bak.
- Vit reflex fram och röd reflex bak. Orangegula eller vita reflexer åt sidorna.

När du handlar cykel tänk också på att köpa en cykelhjälm.

Det är lag på att barn upp till 15 år skall ha hjälm när de cyklar eller blir skjutsade på cykel. MEN det är en billig livförsäkring även för de som är över 15 år.

Analysen visar att 64% av de cyklister som omkommer, avlider till följd av huvudskador.

Mer än hälften av dessa hade knutnat överleva om de haft hjälm.

Tänk på följande när du handlar hjälmen:

Prova ut en bra sittande cykelhjälm. Tänk på att den måste vara CE-märkt.

Hjälmen skall skydda pannan, tinningarna och bakhuvudet.

Justera alla banden rätt. Be personalen om hjälp. När det är rätt ska du inte kunna skjuta hjälmen bakåt.

Barn upp till ca 7-år bör ha en småbarnshjälm med grönt spänne. Både när de cyklar själva eller åker bak på pakethållaren.

Annat som är bra att tänka på:

- > Cykeln är ett fordon och trafikreglerna gäller.
- > Träna på balans och koordination.
- > Lär dig viktiga vägmärken.
- > Små barn kan inte ta sig fram säkert i trafiken.
- > Vid 12-års ålder kan de koppla ihop trafiken och sitt eget cyklande.
- > När man är 15 år får man skjutsa ett barn under 10 år.
- > När man är 18 år får man skjutsa två barn under 6 år.

Mer information finns på bland annat (fakta kommer från dessa):

www.nf.se/vasternorrland

www.vv.se

www.cykefakta.nu

www.cykeframjandet.se

Var rädd om dig själv och varandra i trafiken.

Trevlig cykelsommar

önskar

Ewa Åström

Konsumentinformator åt NTF



Nymoget på Tomat-Ås !!

Nu stora fina tomatplant
För tidig skörd

Sommarens öppettider:

Odling 8-19

Cafè Pomodoro 11-19

Bokningar och frågor Tel: 81050 Fax:81050