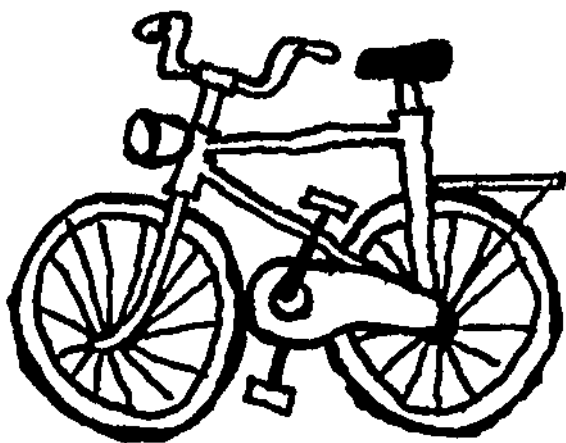


# ARGUMENT

## för ett sunt resande till skolan

*Att skjutsa sina barn till skolan påverkar mer än vad man som förälder kanske tror. Dels går barnen miste om en möjlighet till vardagsmotion, dels förvärras trafiksäkerheten vid skolan, dels försämras miljön av såväl avgas som buller. Detta häfte innehåller argument och fakta som stöd för ett sunt resande till skolan – till fots eller med cykel.*



*Illustrationer: Peter Jönsson*



**Piteå Kommun**  
Teknik & Gatukontoret



**Vägverket**



LULEÅ KOMMUN



**Bodens  
kommun**



# Innehållsförteckning

## *Del 1*

Föräldrars skäl till att skjutsa och argument som talar emot detta

1. Det är inget problem...
2. Barnet måste bli äldre...
3. Skolvägen är inte trafiksäker...
4. Måste ändå skjutsa...
5. Jag skjutsar redan så lite...
6. Risk för överfall...
7. Jag kör ändå förbi...
8. Barnet vill inte...
9. Jag börjar så tidigt...
10. Det är för mycket bilar...

## *Del 2*

Fakta om biltrafik, miljö och klimatförändring

## *Del 3*

Argument för hälsa

## *Del 1*

# *Föräldrars skäl till att skjutsa och argument som talar emot detta*

### **1. Det är inget problem att skjutsa till skolan...**

**Jo, men problem som miljöförstöring, risker i trafiken och ohälsa genom ett fysiskt inaktivt liv kan vara lätta att skjuta åt sidan så länge man inte personligen blir drabbad.**

Koldioxidutsläpp från bland annat biltrafik förstärker växthuseffekten och förändrar jordens klimat. Att minska koldioxidutsläppen är därför en av de viktigaste miljöfrågorna. Biltrafiken står för 35-40 % av koldioxidutsläppen i Sverige, och andelen fortsätter att öka. Koldioxid kan inte renas bort av katalysatorer, utan den enda åtgärd som hjälper är att minska biltrafiken.

Det enklaste sättet att minska biltrafiken är förstås att bara köra bil när man måste. Vid korta resor är cykel eller att gå ett bra alternativ. Ökad biltrafik medför risk för fler trafikolyckor. I miljöer där barn vistas – vid skolor och längs skolvägar – bör man därför

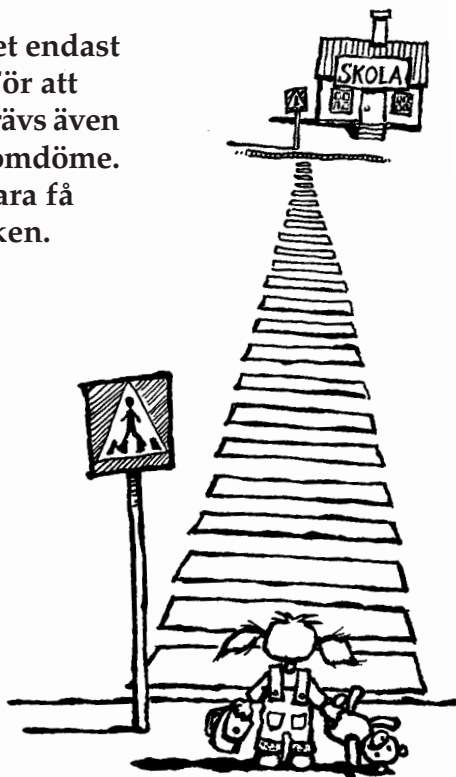
minimera biltrafiken.

Barn har inte samma möjlighet som vuxna att klara av trafikens krav eftersom de är kortare, har begränsat synfält, inte fullt utvecklad stereohörsel och svårt att bedöma hastigheter och avstånd. Barn är dessutom impulsiva.

Det finns också en (o)hälsoaspekt - antalet barn och unga som regelbundet motionerar eller idrottar minskar. Datorer, tevespel och video bidrar till barnens allt mer stillasittande liv. Samtidigt skjutsas ständigt fler barn i bil till skolor och fritidsaktiviteter. Att gå eller cykla till skolan är ett utmärkt sätt att få motion varje dag.

## 2. Barnet måste bli äldre och mer trafikmoget...

Vad är trafikmoget? Är det endast en fråga om ålder? Nej! För att kunna bedöma trafiken krävs även erfarenhet, kunskap och omdöme. Erfarenhet kan barnen bara få genom att röra sig i trafiken.



Generellt sett har barnen rent motorisk kapacitet att färdas i trafiken när de börjar skolan. Men uppfattningsförmåga och bedömningsförmåga utvecklas långsammare och i individuell takt. Barn har snävare synfält och är kortare, vilket medför att de har svårare att överblicka trafiken. De syns inte heller lika bra som vuxna. Barns hörsel är oftast färdigutvecklad vid åtta års ålder.

Vid 10-12 års ålder anses barn vara mogna att börja cykla själva i trafiken. Det kan stämma, om de fått träning i

att vistas i trafiken.

Barn får inte hindras från att vistas i sin närmiljö. De behöver också träning i att bedöma olika trafiksituationer som inte är exakt likadana som dem man är vana vid. Det är bättre att cykla eller gå med barnen till skolan så att de på så sätt får hjälp, vägledning och träning i trafiken än att skjutsa dem i bil fram till dess de anses vara trafikmogna för att därefter gå eller cykla själva till skolan.

### 3. Skolvägen är inte trafiksäker...

Ja, detta är många gånger ett reellt problem. Ändå måste vi föräldrar ifrågasätta om en trafikfarlig skolväg motiverar oss till att även göra skolans närmiljö mer trafikfarlig genom att köra bil dit. Ju fler bilar som cirkulerar runt skolorna, desto större risker för barnen.



Stora vägar utgör barriärer, höga hastigheter är ett allvarligt hot och många bilister visar inte barn nödvändig hänsyn. Riskerna för barnen på skolvägar kan vara många och ska tas på allvar.

Gång- och cykelvägsnät är på de allra flesta platser i kommunen väl utbyggt vilket gör att många barn kan färdas säkert till skolan. I vissa äldre områden är dock barnen hänvisade till vanliga bilvägar när de ska till skolan.

De farligaste passagerna åtgärdas

med hjälp av trafiktekniska lösningar som t ex farthinder, avsmalnande körbana, undanröjning av sikthinder och övergångsställen.

Att bygga säkra skolvägar är inte gjort i en handvändning. Gatukontoret på Tekniska förvaltningen behöver därför få synpunkter från föräldrar och elever för att identifiera farliga korsningar och sträckor. Du når dem via kommunens växel.

#### 4. Måste ändå skjutsa yngre syskon till dagis som ligger intill skolan...

Även yngre syskon kan följas till dagis till fots eller skjutsas på cykel. Ju tidigare man grundlägger goda vanor, desto mer självklara blir de för barnen.



Även om syskonen ska åt samma håll, behöver de inte följas åt. Dessutom kan morgonproceduren bli enklare om äldre syskon får gå hemifrån när de är klara, utan att behöva vänta på småsyskon och föräldrar. Då slipper skolbarnen dessutom ta omvägen om dagis.

Barn som får förtroendet och träning i att ta sig fram i sin närmiljö blir handlingskraftiga och får därigenom bättre självförtroende. Att skjutsa sina barn innebär också att man begränsar deras rörelsefrihet.

## 5. Jag skjutsar redan så lite...

**Bra! Men lite kan alltid bli ännu mindre eller inte alls. Vinsterna för miljön är större än vad du kanske tror. Och vinsterna för hälsan är också mycket stora.**



I boken *Tänk om...40* räkneexempel för miljötänkare utgiven av Naturskyddsföreningen finns några exempel som visar hur stor betydelse små förändringar har om många gör samma sak.

Tänk om alla dagens bilresor i Sverige

kortare än två kilometer ersattes med cykelfärd eller promenad. Då skulle vi spara upp till 125 miljoner liter bensin och minska utsläppen av koldioxid med 295.000 ton. Den insparade bensinen motsvarar 1,1 TWh eller 31.250 varv runt jorden.



## 6. Risk för överfall på skolvägen, många suspekta individer i omgivningen...

Bättre än att välja bilen är i så fall att gå tillsammans, barn och vuxna.



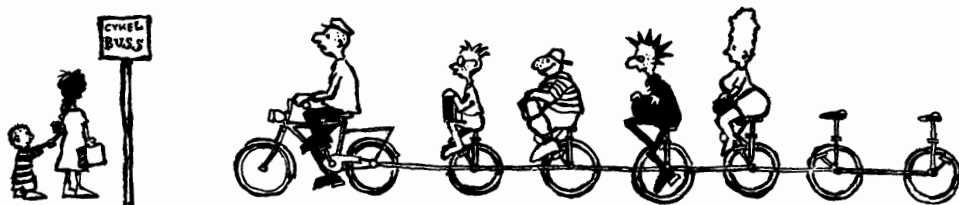
En vuxen som följer barnen hjälper dem att ta sig fram säkert i trafiken. Den vuxne ger också skydd mot överfall, hotfulla vuxna eller äldre elever som uppträder skrämmande mot de små. Speciellt då barnen börjar skolan som 6- och 7-åringar kan de behöva detta stöd. När de blir äldre räcker det kanske med att de går tillsammans. Det både är och känns tryggare.

Om det är få som nyttjar skolvägen till fots eller per cykel upplevs den som mer ödslig och hotfull än den kanske är.

Prata gärna med barnen, utan att i onödan skrämma upp dem, om vad de ska göra om de blir utsatta för hot eller våld. Påminn om att de inte ska följa med främmande personer, eller låt dem ta med sig mobiltelefon.

## Jag kör ändå förbi skolan på väg till jobbet och då är det onödigt att barnet går...

Det är aldrig onödigt att ett barn rör på sig.  
Motion är en bristvara i dag.



Andelen barn som regelbundet motionerar eller idrottar har minskat under de senaste decennierna. Samtidigt har utvecklingen gått mot ett ökat skjutsande av barn både till skola och fritidsaktiviteter.

På fritiden ägnar sig allt fler barn åt datorspel, TV-spel, video- och TV tittande. Riskerna med fysisk inaktivitet är många: benskörhet och övervikt är bara två exempel. Benmassan byggs upp under barndomen genom motion. Redan vid en måttlig ökning av motionen märks förbättringar på benmassan hos barn. Efter 30-års åldern kan man inte längre förbättra sin benmassa, däremot kan nedbrytning och urkalk-

ning bromsas om man motionerar.

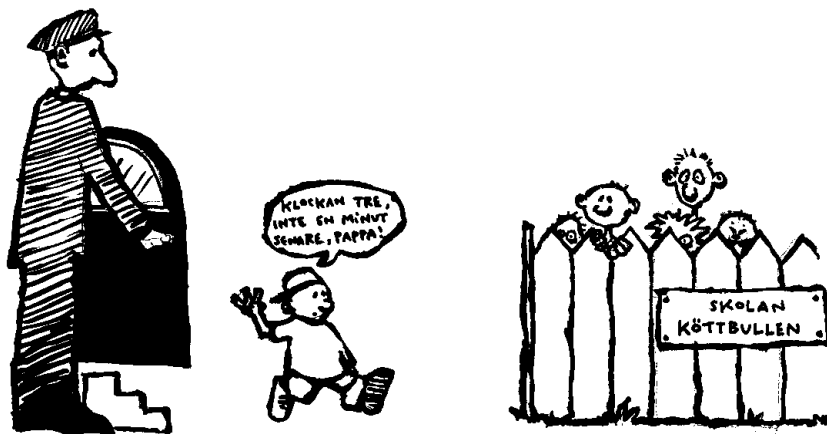
Fysisk aktivitet hos barn minskar risken för besvär i rygg och skuldror högre upp i åldern. I dag är det dessvärre lika vanligt med rygg- och nackbesvär hos 15-åringar som bland vuxna.

Motion stimulerar immunförsvaret, ger bättre sömn och har till och med en positiv inverkan på lättare depressioner.

Motion ger även bättre motorik och kroppskännedom. Detta i sin tur underlättar inlärningsförmågan och koncentrationsförmågan, samt ger ökad självkänsla i en friskare kropp. Barn behöver helt enkelt röra på sig för att lära sig och må bra.

## 8. Barnet vill inte gå eller cykla...

Det finns många saker som barnen inte vill göra, men som de ändå måste.



Det ingår i vårt föräldraansvar att avgöra vad som är bäst för barnen. Det ansvaret kan inte läggas på dem, vilket sker om man låter barnen bestämma.

Ett litet barn på 6-7 år kan inte avgöra om en promenad till skolan är bättre för dess egen hälsa än att bli skjutsad i bil. Inte heller kan ett barn på 8-9 år bedöma om trafiksäkerheten försämrats

för andra om det får skjuts till skolan. Kan en 10-åring förstå sambanden mellan biltrafik, koldioxid och klimatförändringar?

Inte desto mindre är det viktigt att förklara för motsträviga barn varför de ska gå eller cykla till skolan, och ta de konflikter som eventuellt kan uppstå.

## 9. Jag börjar så tidigt på morgonen och slutar så sent...

Långa arbetsdagar kan givetvis upplevas som ett problem för barnen som får långa skoldagar. Då är det naturligt att man som förälder hoppas kunna korta skoldagen genom att åka bil till och från skolan. Men det är inte säkert att biltransporten är snabbast, åtminstone inte om man bor i tätorten.



Flera restidsjämförelser har visat att bilen inte är snabbast. När man tar tid från dörr till dörr, och räknar alla faktorer som att gå till bilen, spänna fast barn i bilstolen, köra sträckan och slutligen hitta parkeringsplats/avlämningsplats, visar det sig att cykel för det mesta är snabbare än bil. Cykelvägarna är dessutom ofta mer gena än bilvägarna.

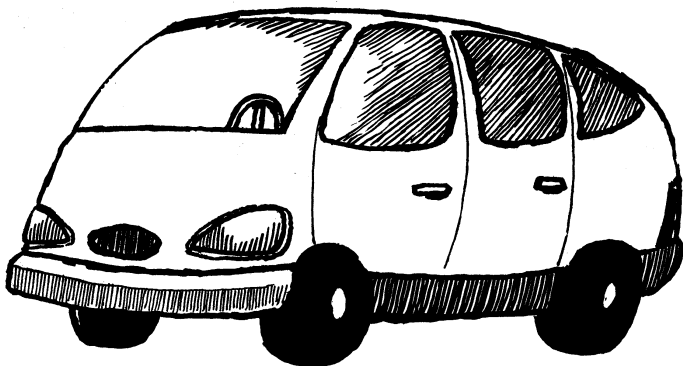
Det kanske låter oväntat, men att

cykla är många gånger ett sätt att vinna tid. Så vill du stressa mindre till skola och arbete – cykla dit!

Om man cyklar till jobb och skola blir man riktigt tidseffektiv i och med att restiden nyttjas till ett dagligt motionspass. Läger du dessutom den extra tid du måste jobba för att betala bilkostnaderna tar det i själva verket ganska lång tid att köra bil...

**10. Det är för mycket bilar runt skolan,  
därför vill jag inte att mitt barn går...**

Det är inte riskfritt att skjutsa sina barn till skolan. I vissa fall är det faktiskt så att den farligaste platsen på barnens skolväg är utanför skolan, när barnen släpps av på morgonen.



Nästan aldrig är skolans närområde anpassat för den intensiva trafik som uppstår då massvis av föräldrar anländer under kort tid, under tidspress och på en begränsad yta, för att släppa av sina barn.

Flera risker uppstår t ex genom att föräldrar bryter mot ett antal trafikregler, t ex kör mot trafiken, parker olämpligt på en trång parkering, backar ut mot trafiken, stannar direkt efter en infart m m.

Ett annat problem är att många föräldrar låter sin bil stå på tomgång medan de följer sina barn in till skolan, "jag

ska bara...". Det är inte heller ovanligt med hastighetsöverskridningar utanför skolor.

Dessa risker leder till att andra föräldrar känner oro för att låta sina barn gå eller cykla till skolan, och väljer även dem att skjutsa sina barn i bil. Men ökat skjutsande löser inte problemet utan gör det bara värre.

I Sverige är vi på väg att följa den utveckling som skett i Storbritannien. Där har bilskjutsandet ökat på ett decennium från några procent till drygt tre fjärdedelar av alla barn.

## *Del 2*

# *Fakta om biltrafik, miljö och klimatförändring*

## **Biltrafiken och miljön**

De svenska koldioxidutsläppen minskade med en tredjedel från 1970 till mitten av 80-talet, då kärnkraften och vattenkraften byggdes ut. Men sedan dess har förbrukningen av fossila bränslen inte fortsatt att minska och detta på grund av den ständigt ökande trafiken.

Bilmotorerna har visserligen blivit effektivare, men inverkan av detta på bränsleförbrukningen har uppvägs av att bilarna har blivit fler, tyngre och motorstarkare och av att körsträckorna har blivit längre. För många är bilen en nödvändighet, men om vi väljer vid vilka tillfällen vi ska använda vår bil och inte ser den som en kroppsdel, något som bara följer med, är mycket vunnet.

Ta bilen när du måste och välj andra resalternativ när du kan!

Sverige har femton nationella miljökvalitetsmål vilka tillsammans bildar en helhet som är nödvändig för ett lyckosamt miljöarbete. Ur de femton nationella målen har regionala och lokala delmål tagits fram. Målen är en kompass för allt miljöarbete, på alla nivåer i Sverige. Märkta med \* är miljökvali-

tetsmål där det finns delmål med tydliga kopplingar till biltrafiken.

1. Frisk luft\*
2. Grundvatten av god kvalitet\*
3. Levande sjöar och vattendrag
4. Myllrande våtmarker
5. Hav i balans, levande kus och skärgård
6. Ingen övergödning\*
7. Bara naturlig försurning\*
8. Levande skogar
9. Ett rikt odlingslandskap
10. Storslagen fjällmiljö
11. God bebyggd miljö\*
12. Giffri miljö\*
13. Säker strålmiljö
14. Skyddande ozonskikt\*
15. Begränsad klimatpåverkan\*

**Begränsad klimatpåverkan – halten av växthusgaser i atmosfären ska stabiliseras på en nivå som innebär att människans påverkan på klimatsystemet inte blir farlig.**

Runt jorden finns ett värmande täcke av gaser, främst koldioxid och vattenånga, som håller kvar en del av sol-

strålarnas värme på jordytan. Detta är den naturliga växthuseffekten och det är tack vare den som det är möjligt att leva på jorden. Utan den skulle medeltemperaturen vara minus 18°C i stället för plus 15°C. Men förbränningen av fossila bränslen leder till mycket stora utsläpp av koldioxid, och koldioxid är en av de gaser som mest bidrar till växthuseffekten.

Om jordens medeltemperatur stiger, kan det få förödande konsekvenser för områden som redan är hårt drabbade. Låglänta deltaområden kommer att drabbas av översvämningar, örken försvinna. Vädret blir mer extremt: översvämningar och stormar förvärras, torra områden blir ännu torrare, regniga blir regnigare. Men även vi i Norden kommer att drabbas, enligt vissa klimatmodeller kommer nederbörden att öka med upp till 50%, vintrarna blir varmare vilket får till följd att skadeinsekter som vi tidigare inte haft kännning av kommer att etableras. Något som i sin tur påverkar såväl jord- som skogsbruk.

**Frisk luft – luften ska vara så ren att människors hälsa samt djur, växter och kulturvärden inte skadas.**

Luftföroreningar är orsak till många negativa effekter på hälsan, som luft-rörsbesvär, cancer, allergier och orsakar även dödsfall. De föroreningar som har störst negativa effekter är kväveoxider, svaveldioxid, marknära ozon, partiklar och organiska miljögifter.

Bilismens påverkan på miljön är stor. Värst för miljön är de korta resorna då avgasutsläppen är många gånger högre eftersom katalysatorn inte

fungerar förrän efter 3-4 minuter.

Lokalt längs hårt trafikerade vägar kan avgasnivåerna bli mycket höga och direkt hälsovådliga. Men även vid avgashalter under gränsvärdena drabbas människor med känsliga luftvägar, astma eller allergier. Barn är en särskilt utsatt grupp.

**Grundvatten av god kvalitet – grundvattnet ska ge en säker och hållbar dricksvattenförsörjning samt bidra till en god livsmiljö för växter och djur i sjöar och vattendrag.**

Under de senaste decennierna har användningen av vägsalt vintertid medfört den största påtagliga förändringen i grundvattnets kvalitet.

I försurade områden löses aluminium och tungmetaller ut från marken och tillförs grundvattnet. Slitage på däckan gör att partiklar innehållande giftiga HA-oljor hamnar i naturen och påverkar vattenlevande organismer.

**Ingen övergödning – halterna av gödande ämnen i mark och vatten ska inte ha någon negativ inverkan på människors hälsa, förutsättningarna för biologisk mångfald eller ett allsidigt nyttjande av mark och vatten.**

Övergödning orsakas av höga halter av närsalterna kväve och fosfor. Kväveoxider finns i bilavgaserna och det stora nedfallet leder till att sjöar och vattendrag övergöds. Följden blir en kraftig tillväxt av alger och när dessa sedan dör och bryts ned uppstår syrebrist i vattnet. Vilket i sin tur kan leda till döda havsbottnar.

**Bara naturlig försurning – de försurande effekterna av nedfall och markanvändning ska underskrida gränsen för vad mark och vatten tål.**

Svavel och kväve frigörs vid förbränning av fossila bränslen, reagerar med vattenånga i luften och regnar ned som svavelsyra och salpetersyra, s k surt regn. Surt regn gör att pH-värdet i marken och vattendragen sjunker och känsliga djur dör.

På land störs växternas rotsystem och näringsupptaget försämras. Giftiga tungmetaller frigörs i marken och kan tas upp av växter och djur. Gifter som sedan går över till oss människor i samband med att vi äter dessa grödor och djur. Biltrafiken står för en stor del av utsläppen av försurande kväve (i form av kväveoxider).

**God bebyggd miljö – städer, tätorter och annan bebyggd miljö ska utgöra en god och hälsosam livsmiljö, samt medverka till en globalt och lokalt god miljö.**

Trafikbuller upplevs ofta som det största lokala miljöproblemet i tätorter. Buller är den miljöstörning som drabbar flest människor och kan medföra sömnproblem och effekter på hjärt- och kärlsystem. Även utrymmesmässigt är biltrafiken ett problem, eftersom bilarna tar stora ytor i anspråk och skapar hinderdrande barriärer.

**Giftfri miljö – miljön ska vara fri från ämnen och metaller som skapas i eller utvunnits av samhället och som kan hota människors hälsa eller den biologiska mångfalden.**

I dag sprids giftiga metaller som bly och kadmium över hela jorden och in i alla levande organismer. Tungmetaller finns i bilarnas bromssystem och i däck. Miljögifter ackumuleras i näringskedjorna och skadar olika organismer på olika sätt. I bilavgaserna finns bl a bensen som är cancerframkallande.

**Skyddande ozonskikt –ozonskiktet ska utvecklas så att det långsiktigt ger skydd mot skadlig UV-strålning.**

Under de senaste 15 åren har ozonskiktet globalt tunnats ut med ca 5%. Över Antarktis är uttunnningen ca 50 % under årsmånaderna september-oktober.

Ozonskiktet bryts bl a ned av freoner som används i kylanläggningar. En annan faktor som påverkar ozonskiktets tjocklek är halten av växthusgaser i atmosfären, t ex lustgas som också finns i bilavgaser.



## Del 3

### Hälsa

I Sverige har antalet barn med kraftig övervikt snabbt ökat och så mycket som var fjärde till var femte tioåring lider av fetma eller övervikt. Ett barn som är överviktigt får svårt att röra sig, blir trött och kan dessutom utveckla andra sjukdomar som är kopplade till övervikten. Fetma belastar kroppen så att olika system blir överbelastade, t ex system som styr blodtryck, blodsocker och blodfetter.

**Följdsjukdomar är till exempel:**

- högt blodtryck
- diabetes
- blodfettssrubbnings
- astma
- snarkproblem och sömnapné
- förslitningsskador i leder

Denna ökning har flera olika orsaker. Förändringar i kostvanor och minskad fysisk aktivitet är sannolikt mest betydelsefulla även om en ökad stress inte kan uteslutas som en bidragande orsak. Fetma uppstår som en långsam smygande förändring när obalans mellan energiintag och energiförbrukning uppstår. Marginella förändringar i födointag och fysisk aktivitet kan ha stor betydelse, om de pågår under lång tid. Minskad energiförbrukning motsvarande 15-30 minuters fysisk aktivitet per dag (resan till skolan?) kan vara tillräckligt för att en normal-viktig sexåring ska bli en överviktig tioåring.

Undersökningar från England visar

att läskdrickande är av stor betydelse för om barn blir överviktiga. Det är också en av de vanor som mest har förändrats genom åren. 1986 var det 5% av barnen i årskurs fem som dagligen drack läsk. 1997 har den andelen ökat till 18%. Samtidigt har andelen barn som sällan eller aldrig äter frukt också ökat...

Barn som är fysiskt inaktiva får svårare att koordinera sina rörelser och de blir också allt svagare och får sämre kondition. Besvär i rygg, skelett och muskler blir samtidigt allt vanligare. Barns och vuxnas fritidsvanor blir allt mer stillasittande, så mycket som 75% av den vuxna befolkningen rör på sig för lite ur hälsosynpunkt.

Idag finns det barn som i princip vistas inomhus hela dagarna. Om barnen dessutom blir skjutsade till skolan, blir den fysiska aktiviteten ett minimum. Norska undersökningar visar att barn som skjutsas till skolan får påtagligt sämre hälsa och fysik än de som går till skolan. Föräldrarna menar väl men tänker inte på att de avlägsnar en naturlig möjlighet till daglig träning. Barn ska utvecklas både motoriskt och intellektuellt.

Alla barn behöver röra på sig dagligen, det räcker inte med ett tränings-tillfälle i veckan. Att promenera till skolan i stället för att åka bil eller buss är ett utmärkt sätt att grundlägga goda rörelsevanor.

På en generation har det skett dramatiska förändringar av vår livsstil, förändringar som inte är till det bättre utan riskerar att leda till ökad ohälsa bland våra barn och ungdomar.

Den här broschyren vill fokusera på de vinster som kan göras genom att utnyttja de motionstillfällen som vardagen erbjuder.

## *Vet du att...*

Fysisk inaktivitet är det största hotet mot folkhälsan, större än både alkohol, rökning och narkotika tillsammans. Fysisk inaktivitet är en större riskfaktor än övervikt.

Den fysiskt passiva personen löper risk att drabbas av flera olika sjukdomar och sjukdomstillstånd som t ex:

- **hjärt-kärlsjukdomar**
- **åderförkalkning**
- **högt blodtryck**
- **åldersdiabetes**
- **övervikt och fetma**

Utveckling av åderförkalkning påbörjas redan i barn- och ungdomsåren, vilket innebär att det är viktigt med en fysisk aktiv livsstil redan i unga år.

Hjärta, kärl och lungor ökar sin funktion av fysisk aktivitet, något som stimulerar hela kroppen. Motion ger muskler, bättre ämnesomsättning, stärker benvävnad och brosket i lederna och stimulerar im

• Fysisk aktivitet hos barn minskar risken för besvär i rygg och skuldror högre upp i åldrarna. Kort och gott: Du mår bättre!

• En individs rörelsemönster lärs in till 90 procent före 13 års ålder. Det räcker med en snabb promenad 30 minuter om dagen eller tre tiominuters pass för att få förbättrad hälsa. Att gå eller cykla till skolan och jobbet är ett mycket bra sätt att få regelbunden fysisk aktivitet.

• Regelbunden motion är en av de viktigaste faktorerna för att bygga upp skelettets hållfasthet. Den som tränar i unga år bygger upp ett starkare skelett med högre bentäthet. Efter 20-årsåldern börjar kroppen långsamt bryta ner benvävnaden.

Hastigheten med vilken benvävnaden bryts ner kan minimeras eller bromsas med hjälp av fysisk aktivitet. Efter 30-årsåldern går det inte längre att bygga ett starkt skelett.



**Projektet Skolvägar är ett samarbetsprojekt som Vägverket Region Norr driver tillsammans med kommuner och skolor i Norrbottens och Västerbottens län. Projektet ingår som ett delprojekt under Vägverkets projekt "Hållbart resande region norr".**

**Syftet med projektet är dels att förbättra trafiksäkerheten runt skolan, dels att öka andelen med hållbara (miljövänliga) färdmedel. Fokus ligger på miljö, trafiksäkerhet och hälsa.**

**Har du frågor som rör projektet kontakta Ulrika Lundberg 070-329 32 49**