Ett av tre barn använder inte reflex regelbundet under den mörka årstiden

Ett av tre barn använder inte reflex regelbundet när det är mörkt ute, enligt en ny undersökning från Länsförsäkringar. Reflexanvändningen skiljer sig samtidigt mellan olika åldersgrupper och minskar markant med stigande ålder. Bland barn upp till 12 år använder åtta av tio reflex ofta eller alltid, jämfört med fyra av tio bland tonåringar.

– Att så många barn saknar reflex i mörkret är allvarligt. Tappet är extra tydligt bland tonåringar där användningen minskar kraftigt samtidigt som de ofta rör sig mer ute på egen hand. En reflex är en enkel åtgärd som ger bilister avgörande tid att upptäcka dig i trafiken, säger Bertil Jansson, skadeförebyggare Länsförsäkringar.

Länsförsäkringar har frågat föräldrar och vårdnadshavare om deras barns reflexanvändning. Undersökningen visar att ett av tre barn (35 procent) inte använder reflex regelbundet under den mörka årstiden, och att reflexanvändningen minskar ju äldre barnen blir. Endast fyra av tio tonåringar (42 procent) använder reflex regelbundet och var fjärde (26 procent) använder sällan eller aldrig reflex.

Bland yngre barn är reflexanvändningen högre. Åtta av tio barn upp till 12 år (75 procent) bär ofta eller alltid reflex, och andelen som sällan eller aldrig har reflex i de yngre åldrarna är endast åtta procent.

– Föräldrar är ofta bra på att se till att yngre barn använder reflex. När barnen blir tonåringar blir de mer självständiga och reflexen hamnar kanske längre ner på prioriteringslistan. Ge inte upp reflexsnacket. Fortsätt påminna, förklara varför det är viktigt och se till att det finns reflexer som de faktiskt vill använda, säger Bertil Jansson.

Fotgängare utan reflex syns först på 25 meters håll

Att bära reflex har stor betydelse för hur tidigt bilister kan upptäcka fotgängare. Från en bil med halvljus syns en person med reflex på omkring 125 meters håll, vilket motsvarar ungefär 1,5 fotbollsplan. Utan reflex minskar avståndet till 25 meter.

– Ju tidigare en bilist upptäcker en person, desto större är möjligheten att hinna reagera och undvika en olycka. Därför är reflex en av de enklaste och viktigaste säkerhetsåtgärderna under årets mörka månader, säger Bertil Jansson.

Länsförsäkringar består av 23 lokala och kundägda länsförsäkringsbolag och det gemensamt ägda Länsförsäkringar AB. Genom sitt lokala länsförsäkringsbolag får kunderna ett helhetserbjudande inom bank, försäkring och pension. Genom Agria Djurförsäkring erbjuder vi djur- och grödaförsäkring, genom LF Fastighetsförmedling helhetslösningar för en trygg bostadsaffär och genom LF Finans finansieringstjänster som leasing, avbetalning och lån.

Råd för reflexanvändning

1. **Välj en godkänd reflex**
   Använd alltid en CE-märkt reflex. Godkända reflexer finns att köpa på bland annat apotek, leksaksaffärer och matbutiker.
2. **Placera reflexerna lågt**
   Reflexer syns bäst i bilars halvljus när de sitter långt ner på armar och ben, ungefär i höjd med strålkastarna.
3. **Satsa på reflexer i rörelse**
   Reflexer som hänger i ett snöre eller sitter på armar och ben fångar uppmärksamheten bättre eftersom de rör sig när du går.
4. **Se till att synas från alla håll**
   Använd reflexer som är synliga både framifrån, bakifrån och från sidorna för att öka din synlighet i trafiken.
5. **Ha reflex på alla ytterplagg**
   Se till att alla dina ytterplagg har reflexer. Du kan antingen fästa lösa reflexer på jackor och kappor eller välja plagg med inbyggda reflexdetaljer, som reflexmössor, reflexhandskar och reflexjackor.

För ytterligare information kontakta:

Bertil Jansson, skadeförebyggare Länsförsäkringar

Tel: 073-867 62 30 Mail: bertil.jansson@lansforsakringar.se

Länsförsäkringars pressjour, telefon 08 – 588 41850, press@lansforsakringar.se

Länk till Länsförsäkringars pressrum:
https://www.lansforsakringar.se/privat/om-oss/press-media/

Bilaga med frågor och tabeller

Om undersökningen: Undersökningen genomfördes i den slumpmässigt rekryterade webbpanelen Sifopanelen, bland föräldrar med hemmaboende barn som är 18 år eller yngre. Totalt genomfördes 1 013 intervjuer under perioden 15–21 oktober 2026.

1. Använder ditt/dina barn reflex när det är mörkt ute? *Bas: 1013 svarande.*

Svarsalternativ	Upp till 12 år	13–18 år	Samtliga
Alltid	34	9	26
Ofta	41	33	37
Ibland	17	28	20
Sällan	6	19	11
Aldrig	2	7	4
Vet inte	1	3	2

2. Du svarade att ditt/dina barn inte alltid bär reflexer. Vad beror det på? *Bas: 729 svarande, flera svar möjliga*

Svarsalternativ	Upp till 12 år	13–18 år	Samtliga
Barnet glömmer	41	49	42
Kläderna har redan reflexer	41	20	32
Reflexen slarvars bort eller tappas	32	25	28
Vi tänker inte på det	31	23	28
Barnet vill inte använda den	11	36	22
Vi har ingen reflex till hands	6	4	5
Reflexen är obekväm	1	1	1
Annat	9	5	8
Vet inte	1	1	1