

En ny säsong ligger i startgroparna för cykling med våra äldre både i Vagnhärad och i Trosa

Torsdagen den 3:e mars fick vi göra en presentation på Trosagården för den nybildade aktivitetsgruppen där. Vi visade flera videoklipp och berättade om erfarenheterna från alla cyklingar som vi har gjort. Nu skall vi få möjligheter att cykla med boende på Trosagården och så småningom även dom på Trygghetsboendet. Det blev ett mycket trevligt och positivt möte och vi fick klart för oss att det krävs en tydlig planering av alla turer för att det skall fungera på ett bra sätt även på Trosagården.

Nyligen fick vi ett mejl från Tom Stening, aktivitetsansvarig på våra äldreboenden i Trosa kommun, med följande "önskelista":

"Hej grabbar.

Här kommer en önskelista från våra gårdar:

11/4 Häradsgården

19/4 Trosagården

20/4 Änggården

25/4 Häradsgården

30/4 Änggården

3/5 Trosagården

11/5 Trosagården

12/5 Änggården

19/5 Häradsgården

24/5 Änggården

25/5 Trosagården

30/5 Häradsgården

Gärna tre cyklar per tillfälle men det går bra med två också.

Klockan 13-15 på Häradsgården och Trosagården, 10-12 på Änggården.

På Valborg den 30/4 på Änggården har vi ju redan pratat om, då önskar vi 5 cyklar om det är möjligt.

Då kör vi klockan 13-15! Vi har en speciell anhörigdag då, så har ni tur blir ni bjudna på nygrillad korv."

Detta innebär att den nya säsongen nu är alldeles runt knuten med nya förväntansfulla passagerare. På lördag den 12:e mars kommer vi få värdefull service på våra cyklar av Stefan Goudevenos med sin duktige kollega på Cykelgaraget. Under våren får vi också leverans av ytterligare två cyklar från Cykelgaraget i Trosa. Dessa cyklar har Trosa kommun sponsrat helt och fullt vilket vi är genuint tacksamma för. Den ena kommer att vara en helt toppmodern cykel med automatväxel som gör att cykeln själv anpassar sig till bästa växel med hänsyn till motståndet i t ex en uppförsbacke. Vi slipper då bli stående i en backe med en för hög växel. Båda cyklarna är också försedda med en bom framför passagerarna som gör det bekvämare att åka.

Våra planer är att ha två cyklar placerade på Häradsgården och tre cyklar i förrådet i Trosa. Vi slipper nu göra transportcyklingar mellan Trosa och Vagnhärad utom vid speciella tillfällen när vi vill använda alla fem cyklarna på samma ställe.

Vid några kommande händelser kommer vi få tillfälle att visa upp oss med våra cyklar och sprida vårt budskap "Rätten till vind i håret" vidare till många kommuner i vår närhet.

Norrtälje fyller 400 år och Rotary startar cykling

Den 29:e mars fyller Norrtälje 400 år och det kommer att firas ordentligt bl a med kungligt besök. Då skall vi visa upp oss med två cyklar och få göra provturer med boende på deras äldreboenden. Det är Rotary i Norrtälje som startar cykling med sina äldre och har redan beställt två cyklar. Måndagen den 28:e skall vi transportera upp två cyklar, en från Nyköping och en av våra cyklar i Trosa. Det blir tillfälle både för oss inom Cykling utan Ålder och för Rotary i Trosa till att knyta hymens band med Rotary i Norrtälje och hjälpa dom med värdefulla råd och erfarenheter så att starten skall bli lyckosam.

Rotarys distriktskonferens i Nyköping

Den 29:e och 30:e april är det konferens för distrikt 2370 inom Rotary. Detta är ett distrikt med 32 olika klubbar i Sörmland, Södra Stockholm och på Gotland. Det blir ett utmärkt tillfälle att sprida den nya folkrörelsen cykling med våra äldre i vår region och det skall vi göra genom att ha två cyklar på plats för provturer i kvarteren runt Sunlight i Nyköping. Det är Dot Gade Kulovuori i Nyköping, som håller i planeringen av våra insatser tillsammans med Bernhard Karli i Trosa. Dot Gade Kulovuori är unik som aktiv ledare för både Rotary, Röda Korset och för Cykling utan Ålder. I Nyköping har de idag en lyxig cykel "Chat" från Van Raam som de fått sig tilldelad genom Röda Korset. Men Dot har nu täta kontakter med Sörmlands Sparbank för att få hjälp med sponsring av cyklar i samtliga kommuner där Sörmlands Sparbank har sina kontor.

Vi behöver bli fler piloter

Med fem cyklar och turer på alla våra tre boenden kommer vi behöva bli fler piloter som cyklar. Att vara pilot på våra olika turer ger en speciell känsla av att sprida stor glädje och fina upplevelser för våra äldre. Idag är vi 13 aktiva piloter men behöver nu bli flera för att bokade turer skall fungera på ett bra sätt. Vi är unika i Trosa på så sätt att vi alltid kör med flera cyklar och på så sätt skapar en grupp på sex eller nio personer beroende på om vi kör med två eller tre cyklar. På detta sätt blir det roligare för alla, såväl åkande som piloter och det ger också en trygghet att hantera olika situationer om det skulle hända något överraskande längs vägen.

Vi har haft kontakt med Åsa Edberg, som föreslagit att vi skall starta en särskild Facebook-grupp med piloter för att försöka fånga in fler volontärer med intresse både att cykla och skapa en god kondition för egen del samt att sprida glädje till medmänniskor. Detta tror vi kan bli en bra lösning. Under pandemin är det många kommuner som har tappat flera piloter och tvingas nu börja om på ny kula. I Malmö hade man före pandemin ca 60 aktiva piloter, men har idag endast ca 15 kvar. I Trosa och Vagnhärad lyckades vi hålla igång verksamheten under förra året och har idag ca 12 piloter.



Gun är en fantastisk pilot som här är redo för ännu en fin tur i Trosa