

# Senaste nytt från CYKLING UTAN ÅLDER – MALMÖ



November 2023

Hej igen Malmö piloter.

Vad har hänt sedan sist och vad står för dörren?

## **Piloter, kaptener och boende.**

Det rullar på med nya volontärer och allt eftersom anmälningarna kommer in tar kaptenerna kontakt för att utbilda och introducera. Idag är vi 3 kaptener, ca 80 godkända piloter fördelade på 17 boenden. Tyvärr är en del boende helt utan piloter och tyvärr har vi fortfarande en del piloter som ännu inte cyklat något alls.

Bunkeflogården, Bellevuegården, Dekoren och Lindeborgsgård, Stensjögatan samt Havsbris i Tygelsjö. Här saknas det nästan helt piloter.

Varje höst gör vi en rensning i vårt bokningssystem. Du som inte cyklat något alls eller väldigt sällan kommer vi ta kontakt med. Hör vi inget plockas du bort ur systemet. På så sätt håller vi det levande och aktuellt.



## **Höst, vinter och kyla**

Dagarna blir drastiskt kortare och med det minskar våra möjligheter att cykla men än finns det mycket utrymme till fina turer. Tänk på att det kan bli kallt för passageraren som sitter still, ofta i tunnare kläder. Ta därför lite kortare turer. Packa in ben och fötter i extra filtar. Vira en schal om halsen, lägg en vetevärmare i knäet eller något så enkelt som en dunk med varmvatten vid fötterna! Har du äldre sjalar, vantar mm? Ta med dem till turen. Kasper, Fosieborg och Danska vägen vet jag har fått vars en pälsfodrad duffel till cyklarna. Det är läge att ta fram dessa nu! Hör gärna av er om de inte hittas.



# Senaste nytt från CYKLING UTAN ÅLDER – MALMÖ



November 2023



## Träff på Tvärs, september

Ett gäng på 10 personer från huvudsakligen Malmö/Vellinge åkte till Köpenhamn. Det blev en kul dag med bla panelsamtal med danska politiker, vårdpersonal och piloter, vi fick lyssna till hur en f.d proffscyklist levt sitt liv och så gavs tillfälle att mingla med våra danska vänner.

Sammantaget tyckte vi nog alla att det var en givande och kul dag 😊 med mycket hygge, lunch i solen och självklart en cykeltur!



Öresundskampen



Utan de exakta siffrorna vet vi att Danmark leder men glädjande kan vi konstatera att Öresundskampen bidragit till engagemang, en fantastisk sammanhållning och många turer, inte minst i Malmö/Vellinge! Boka gärna in en tur nu på lördag den som kan, innan den avslutande kampen den 2e December.



# Senaste nytt från CYKLING UTAN ÅLDER – MALMÖ



November 2023



## Julen står för dörren

Även i år kommer vi försöka göra gemensamma turer till julmarknader besöka julevent och sprida oss för att få till så många turer som möjligt. Tex. Limhamn den 3e december, Bondens julmarknad, 9e dec och som vanligt kommer vi också att möta upp tomtarna i tomteloppet.

Tipsa gärna i gruppen så hjälps vi åt att styra upp det med glögg och pimpade cyklar lika tidigare.



## Event utan cykel för alla piloter

Reservera den 6e december i din kalender. Inbjudan till glöggmingel kommer gå ut inom kort.

Det blir drop in - lika förra året men på annan plats.



## Summit 2024

Håll i hatten men reservera redan nu även d. 7-9/6 2024! Då bjuds det in till internationell Summit i Köpenhamn. Ett flertal länder runt om i världen har redan anmält sitt intresse, tex Portugal, Canada och Australien! Helt fantastiskt! Det kommer bli en tredagars fest med Cykling utan ålder och man efterlyser vänner även på denna sidan sundet vilka kan tänka sej att hysa in deltagare till denna fest.



# Senaste nytt från CYKLING UTAN ÅLDER – MALMÖ



November 2023

## Föreningen Cykling utan ålder, Sverige

Även styrelsen i Cykling utan ålder, Sverige var i Köpenhamn nyligen. Vi träffas fysiskt en gång om året och i regel på olika platser i Sverige där vi har verksamhet. Denna gång blev det dock Köpenhamn med givande samtal om cyklar, bokningsprogram, vidareutveckling av verksamheten, budget, samordning av kommuner mm.

Är du intresserad av styrelsearbete och vill veta mer, hör av dej till mej 😊. Det finns alltid plats för fler, såväl i styrelsen Sverige som lokalt i gruppen i Malmö.

På bilden delar av styrelsen.



## Kommuner i Skåne

Det cyklas inte bara i Malmö/Vellinge. Skurup är en ny kommun på uppgång, precis som Lund där vi cyklar på en parcykel. Längre söderut cyklar vi i Trelleborg och Köpingebro.

Alla dessa behöver också fler volontärer. Har du vänner runtom i Skåne – tipsa gärna om oss!



Ni är alla stjärnor som cyklar med de äldre på er lediga tid! Men vi är säkra på att ni alla har fler skills än att kunna cykla. Kan du tex tänka dej ta hand om vår Linkedin-sida? Skulle du vilja komma med input och hjälpa till med hemsidan? Är du en fena på att söka pengar? Har du kontakter du tror vi kan ha nytta av? Kan du tänka dej vara med och utbilda nya volontärer? Vill du vara med i en "planeringsgrupp Malmö"? Har du rent av erfarenhet av att ordna mässor?

Läs då vidare för vi kommer behöva din hjälp!

# Senaste nytt från CYKLING UTAN ÅLDER – MALMÖ



November 2023



## 23-25 april 2024 Seniormässan

Till våren kommer vi finnas på seniormässan i Malmö och vi söker dej som är intresserad av att vara med.

Vi kommer behöva starta inom kort med planering av hur montererna ska se ut. Är du en idéspruta och kreativ person som vill hjälpa till? Vill du vara med i planeringsgruppen?

→ Till själva mässan i april söker vi sedan dej som är senior-pilot!

Vi vill att du har god erfarenhet av Cykling utan ålder och en hel del mil i ryggen för att vara en god ambassadör. Tillsammans ska vi bjuda besökarna på en grym upplevelse i vår monter och sprida ordet om Cykling utan ålder!

Förutom att sprida information kring vår verksamhet hoppas vi kunna ragga fler piloter och då tänker vi nyblivna pigga pensionärer som kan tänka sej cykla till våren och sommaren 2024.



Nu hjälps vi åt att göra slutet av 2023 till ett ännu bättre cykelår! Ingen äldre ska undgå vind i håret. Ingen äldre ska undgå att få skapa nya relationer och ingen äldre ska känna sej ofrivilligt ensam! Så ut och cykla och gör en äldre människa gladare 😊.

**God vind!**