



Avslut 2024 - start 2025.

Senaste nytt från Cykling utan ålder.

Det surras om Cykling utan ålder, så även i Sveriges Radio. Under våren 2024 kunde vi lyssna till en pod om åldrandet. 30 min in i programmet nämns **Cykling utan ålder** av prästen och radioprofilen Camilla Lif i det spännande ämnet:

Make aging great again – den ljuva längtan efter ålderns höst!

<https://sverigesradio.se/avsnitt/jessika-gedin-per-naroskin-och-camilla-lif-siar-om-framtiden-i-spanarna>

31/5 30.26

Göteborg

I ett år har nu [Röda Korsets Göteborgskrets](#) varit anslutna till Cykling Utan Ålder. Genom deras nationella program [Socialt hållbara samhällen](#) valde man tidigare att arbeta med utveckling av verksamheter i Bergsjön och Biskopsgården. Målet med programmet är att minimera hälsoklyftor som finns i många städer i Sverige idag.

Tillsammans med Svenska kyrkan i Bergsjön erbjuder frivilliga cykelturer 1 gång/vecka. Är det dåligt väder cyklas det oftast ändå, men cykelturerna varvas även med fika och samtal inomhus. Cyklingen har blivit en glädjespridande och social mötesplats för både frivilliga och deltagare!



Bild hämtad från annat tillfälle.

Möt vintern på cykel

Det finns många sätt att hålla värmen på även i en cykeltaxi.

Fyll en dunk med varmvatten och ställ vid fötterna. Lägg en vetevärmare i knäet eller varför inte lyxa till det riktigt:

En fårskinnsfodrad [duffel](#) som ger den värme som behövs under färden. Den beställer du här direkt från Copenhagen Cycles Köpenhamn, specialsydd till just din cykel!

En väl värd investering! Finns även som täcke med samma fårskinns på insidan!



Stockholm

Vi är mycket glada över att informera om ett nytt spännande samarbete:

Cykling utan ålder har tecknat ett sponsoravtal med 60plusbanken vilket innebär inköp av 2 cyklar för utplacering i Stockholm Stad. Detta samarbete har kommit till stånd genom ett lyckat initiativ från Stockholms Stads äldreombudsman Margareta Ericson.



Sedan 2023 har Stadsdelsförvaltningen Norrmalms Innerstad varit igång med cykelverksamhet och i oktober 2024 fortsatte man med Skarpnäck och Skärholmen. Spännande utveckling! Ett flertal boende är nu anslutna i vårt bokningsprogram [Book2go!](#)

Mer spännande samarbete...

Johanniterorden erbjuder oss ett samarbete via deras volontärverksamhet

[Johanniterhjälpen](#) i Stockholms Innerstad.

Deras mål är att promota CUÅ genom att söka upp äldreboenden och erbjuda cykelturer under en "prova på"-tid och därigenom få dessa att därefter ansluta sig till CUÅ.

Läs mer om Johanniterorden [här](#).

Vi ser med spänning fram emot att följa projektet under 2025.

Seniorfestivaler

Som vi tidigare berättat och även lagt ut på [Facebook](#) deltog vi under 2024 för första gången på festivalerna Göteborg, Malmö och Stockholm och är väldigt nöjda med resultatet.

Det totala antalet besökare på mässorna totalt slutade på nästan 23000 personer och våra monstrar var verkligen välbesökta.

Utfallet för vår verksamhet blev både fler volontärer, fler sponsorer och fler chapters! Under våren kommer vi tex starta upp en verksamhet i Eslöv - Skånes mitt!

Fantastiskt!

Är du intresserad av att vara med från början i Eslöv - gå in och anmäl dig [här](#)! Vi drar igång till våren!



Liten batteriskola.

Samtidigt som antalet elcyklar i olika form ökar, matas vi också med artiklar om bränder, explosioner osv. Vi vill därför flagga lite för att man bör känna till risker förknippade med batterierna men att man absolut inte ska vara rädd för att använda dem!

Viktigt är att man hanterar batteriet rätt!

Det finns framförallt tre risker* som förknippas med litiumjonbatterier.

Termisk rusning - orsakas av skada på batteriet, felaktig laddning, kortslutning

eller värme

Utsläpp av farliga gaser - brand i batteriet

Återantändning - efter avslutad brand fortsätter ofta värmeutväxling och ny brand kan uppstå.

*informationen hämtad från Stockholms brandförsvars hemsida.

De handlare Cykling utan ålder rekommenderar vid inköp av taxicyklar är alla **seriösa aktörer** som **tar ansvar för sina produkter** och är noga med vilka leverantörer de väljer. Det finns många cyklar och batterier vilka idag tyvärr massproduceras till lägre pris och med sämre kvalité. Tumma därför inte på priset och därmed kvalité och säkerhet!

Håll extra koll på batterier som:

Skadats, tappats eller släpper i kanter kring kontakter osv.

Är köpt av **icke välkänt fabrikat/leverantör**.

Har passerat rekommenderat **antal laddcykler** (lyssna med din åf).

Laddar märkbart långsammare än förut.

Stängs av eller ej laddar fullt.

De flesta leverantörer erbjuder sig idag att låta testa våra cykelbatterier kostnadsfritt eller till liten summa. Ibland behövs en okulär besiktning, ibland behöver man få en full rapport.

Framförallt: tala med er brandinspektör på platsen där batteriet laddas och förvaras och följ lokala föreskrifter!

Ladda aldrig utan uppsikt så att vi får fortsätta och cykla hos er!



Nu är vi där ... 2025!

Som många av er redan förstått är det nu 10 år sedan Cykling utan ålder drog igång i Sverige - självklart måste det firas!

En del i firandet är en cykelturné genom södra Sverige.

Med början den 8e juni i Uppsala kommer Mattias dra igång en cykeltur ända ner till Malmö där vi räknar med final den 23/6. Redan i Stockholm hänger Sören från Skellefteå på och de ska sedan besöka ett antal städer och boenden på vägen.

Vill du vara med och fira antingen längs vägen eller har tips för just **ditt** boende, **din** cykel eller **din** kommun oavsett var du finns? Hör av dej till [oss](#)!

Fortsättning följer...

Våra cykelturer
är gratis,
ger ökad livskvalitet och glädje,
ger bättre aptit och bättre sömn,
bidrar till ett aktivt deltagande i samhället samt
är till stor glädje till såväl passagerare som pilot.

Låt 2025 bli året då vi verkligen sätter
Cykling utan ålder
på kartan.

Låt många ofrivilligt ensamma känna sej sedda, hörda och
få massor med vind i håret!

Cykling utan ålder

ger möjlighet åt alla att njuta av en hälsosam och aktiv ålderdom.
Ingen ska känna sig ofrivilligt ensam!
Make aging great again!

Hemsida: www.cyklingutanalder.se
Mail: hej@cyklingutanalder.se



Kontakta oss

Om du vill veta mer eller om du har frågor så kontakta oss på hej@cyklingutanalder.se.

Boka en cykeltur

Logga in och arrangera en tur nu.

Cykling utan ålder - Sverige

Björnhuvudsvägen 18

Öckerö 47531

Sweden

Add us to your address book

Copyright © * | CURRENT_YE* Cykling utan ålder - Sverige, All rights reserved.

Du får detta nyhetsbrev för att du deltar i och/eller är intresserad av Cykling utan ålder.

Du kan alltid säga upp din prenumeration här [Uppdatera din nyhetsbrevsprofil](#)

