

FIETSEN ZONDER LEEFTIJD

IN HET KORT



[Fietsenzonderleeftijd.be](https://fietsenzonderleeftijd.be)

1/ HET DOEL VAN FIETSEN ZONDER LEEFTIJD

Fietsen zonder Leeftijd gaat voor fietsgeluk voor iedereen, ongeacht de leeftijd. Met de riksja geven we het plezier van een stukje fietsen aan mensen die niet (meer) zo mobiel zijn. En het heerlijke gevoel van wind in de haren...

Met de riksja raken onze passagiers weer wat verder en wordt hun leefwereld net dat tikkeltje groter. Eenzaamheid verdwijnt even. Spontaan komen er verhalen en een gezellige babbel met de vrijwilliger die hen vervoert. Mooie sociale contacten over generaties heen: de riksja wordt zo een sociaal instrument dat mensen actief samenbrengt.

Fietsen Zonder Leeftijd draagt zo bij tot de uitbouw van een warme samenleving van burgers voor burgers. Mensen die kwetsbaar en minder mobiel zijn, komen met de riksja

buiten en blijven zo een onderdeel blijven van de lokale gemeenschap.

Het project biedt de mogelijkheid om (opnieuw) vanop de fiets de stad en de natuur van dichtbij te beleven. Het geeft die mensen de kans om hun ervaring te delen. Op die manier bouwen we een brug tussen generaties en tussen mensen met en zonder beperking. Zo versterken we het vertrouwen, het respect en het sociale cement van onze samenleving.

Fietsen zonder Leeftijd is ontstaan in Kopenhagen in 2003. Ondertussen wordt het verhaal van 'Cycling without age' wereldwijd verteld in meer dan 40 landen.

2/ DE DOELGROEP

Mensen die niet (meer) in staat zijn om zelfstandig te fietsen. Voor die groep doen we het. Denk daarbij aan kwetsbare ouderen, mensen met een fysieke en of mentale beperking. Zij kunnen allemaal mee, of ze nu thuiswonend zijn of wonend in een speciale voorziening. En sommige initiatieven kiezen er ook uitdrukkelijk voor om mensen uit de buurt te laten meerijden. Iedereen kan én mag mee!



3/ UITGANGSPUNTEN

EEN GROOT HART

Ruimhartigheid en vriendelijkheid, dat zijn de 2 waarden waarop Fietsen Zonder Leeftijd is gebaseerd. Want je stelt een of twee kwetsbare mensen in staat om een fietstocht te maken. Een eenvoudige activiteit die ieder kan meedoen.

VEILIG EN RUSTIG FIETSEN

We fietsen op het tempo van de passagiers. Een belangrijk principe want het zorgt ervoor de piloot gerespecteerd wordt, zowel door de passagiers als andere weggebruikers. Zo ervaart iedereen Fietsen Zonder Leeftijd als een positief initiatief. Een extra troef is dat als je rustig fietst je je omgeving beter ervaart

én je ook sneller babbelt met de mensen die je tegenkomt.

VERHALEN DELEN

Ouder worden betekent mensen verliezen met wie we herinneringen konden delen. Want ze kenden onze verhalen. De kans om dan in een isolement te komen, wordt daardoor reëel.

Senioren hebben zoveel waardevolle verhalen en ervaringen die verdwijnen als we geen tijd maken om naar ze te luisteren. Tijdens de fietstochten op de riksja wisselen we verhalen uit en delen die weer: mondeling, per mail, misschien op Facebook of in een tweet. Vaak zegt een citaat of een foto meer dan 1000 woorden.

3/ UITGANGSPUNTEN

CONTACT EN ONT-MOETEN

Fietsen Zonder Leeftijd gaat over nieuwe contacten aangaan en ont-moeten (want er moet al zoveel). Jong en oud, ouderen onderling, passagiers en piloten, toevallige voorbijgangers: Fietsen Zonder Leeftijd brengt ze samen. En natuurlijk zijn de medewerkers van de welzijns- en zorgorganisaties en de familieleden belangrijke tussenpersonen.

VOOR IEDEREEN

Als je afhankelijk wordt of bent van anderen om je te verplaatsen, dan is het belangrijk om alternatieven te krijgen. Het leven ontvouwt zich immers op alle leeftijden en kan zowel leuk, verdrietig, mooi en zinvol zijn. Fietsen Zonder Leeftijd gaat over 'leven op een positieve manier ondanks je beperkingen'. Daarbij is het belangrijk om bewust te zijn van alle mogelijkheden die er zijn als je in contact blijft met de lokale gemeenschap.



4/ MET DE RIKSJA DE STRAAT OP

De riksja's zoveel mogelijk laten rijden, daar staat Fietsen Zonder Leeftijd voor. De organisatoren, coördinatoren en de chauffeurs (piloten) zetten zich in opdat kwetsbare mensen die minder mobiel zijn weer positieve energie krijgen tijdens fietstochten.

Een unieke manier om mensen opnieuw te doen ervaren en om samen plezierige ervaringen te beleven en te delen.



5/ HOE START JE MET EEN INITIATIEF IN JE BUURT OF ORGANISATIE?

Massa's goesting en een belangrijke portie fietsenthousiasme: dat is wat je nodig hebt om Fietsen Zonder Leeftijd te starten.

Daarnaast moeten een aantal praktische voorwaarden in orde zijn:

- Een initiatiefnemer (individu, woonzorgcentrum ...)
- Een 'rechtspersoon' moet het initiatief dragen. Vaak is dat een OCMW, een lokaal dienstencentrum, een woonzorgcentrum of de seniorenraad. Wil je met een nieuwe groep mensen starten, dan is de oprichting van een feitelijke vereniging de minimumvoorwaarde. Dit is immers belangrijk voor de verzekering van de fiets, de passagiers en de vrijwilligers.
- Een groep enthousiaste vrijwilligers. Mensen die het fijn vinden om andere mensen weer het fietsgevoel te geven. En die regelmatig tijd hebben om mee te draaien, ofwel als organisator, coördinator of piloot.
- Een plek om de fiets veilig te stallen.



6/ VEEL MEER DAN FIETSEN

Elke startende initiatiefnemer wordt partner van het netwerk van Fietsen Zonder Leeftijd. Daardoor maak je automatisch deel uit van de internationale beweging 'Cycling without Age'.

Vanuit Mobiel 21 vzw krijg je het volgende pakket om uit de startblokken te schieten:

1/ Een rijklare riksja, afgeleverd door een Vlaamse fietsendealer. Voorzien van elektrische ondersteuning met een stevig slot, een afdakje (huif) en een bescherming voor de benen. De fiets wordt eigendom van je organisatie.

2/ Een opleiding voor de piloten om veilig te fietsen met de riksja.

3/ Een eigen webpagina op www.fietsenzonderleeftijd.be

4/ Ondersteuning over hoe je fondsen werft en publiciteit maakt.

5/ Een standaard promopakket: met banner, folders, stickers... Voorbeelden van communicatiemateriaal krijg je digitaal.

6/ Je krijgt een uitnodiging voor de jaarlijkse inspiratiedag (met lunch) om ervaringen uit te wisselen met 'collega's'.

7/ Een persoonlijk aanspreekpunt, waar je bij vragen/problemen altijd terecht kan op fietsenzonderleeftijd@mobiel21.be of 016.77.31.07 en vragen naar Els of Eline.



