

**FÜNF-SCHRITTE-
LEITFADEN FÜR
CYCLING
WITHOUT AGE**



change X

HERZLICH WILLKOMMEN

„Willkommen bei Cycling Without Age auf ChangeX! Bei Cycling Without Age geht es darum, ältere Erwachsene wieder mit ihren lokalen Communities zu verbinden, indem sie mit neuen und alten Freunden Rikscha-Touren unternehmen. Dieses Projekt verfolgen wir bereits seit 2012, und dieses Jahr ist die Nachfrage nach Rikscha-Touren größer denn je. Glücklicherweise konnten wir unsere Touren leicht an diese neuen und schwierigen Umstände anpassen. Bei Cycling Without Age geht es um neue Freundschaften, Geschichten, Abenteuer und darum, aus den eigenen vier Wänden herauszukommen und das Leben in vollen Zügen zu genießen - unabhängig vom Alter.“

Ole Kassow - Gründer



Vorstellung der Idee

Was ist Cycling Without Age?

Bei Cycling Without Age geht es darum, ältere Menschen zurück in die Community zu bringen.

Die Fahrer melden sich für Fahrradtouren mit älteren Menschen an und werden dabei angeleitet, unsere Grundsätze zu berücksichtigen: Großzügigkeit, Geschichtenerzählen, keine Altersgrenzen, Langsamkeit, Beziehungen. Derzeit unterstützen mehr als 2.200 Ortsverbände auf der ganzen Welt Cycling Without Age - und die Zahl wächst stetig weiter. Mehr als 33.000 Fahrer sorgen dafür, dass ältere Menschen aus ihren Pflegeheimen herauskommen und mit den Rikschas die frische Luft und die Community um sie herum genießen können. Es gibt aktive Ortsgruppen auf der ganzen Welt.

Warum ist das wichtig?

Die Psychologin Susan Pinker hat herausgefunden, dass Einsamkeit das größte Hindernis für ein langes Leben und eine hohe Lebensqualität darstellt. Die australischen Forscher Catherine und Alex Haslam fanden außerdem heraus, dass sich Menschen mit einem aktiven sozialen Leben nach einer Krankheit schneller erholen als diejenigen, die einsam sind, und dass ältere Menschen, die an sozialen Zusammenkünften teilnehmen, ein besseres Gedächtnis haben. Cycling Without Age ist eine Bewegung, die eine Lösung für einige der Folgen des modernen Lebens bietet. Wir bekämpfen Einsamkeit und soziale Isolation, indem wir ein Gefühl der Zugehörigkeit zu einer Community vermitteln, und wir fördern einen gesünderen und aktiveren Lebensstil durch langsames Radfahren, was sich insgesamt positiv auf jede

Stadt auswirkt. Beim gemeinsamen Radfahren werden Erfahrungen ausgetauscht und Freundschaften geschlossen, was sowohl dem Mitfahrer als auch dem Fahrer selbst, sowie allen Menschen, die sie unterwegs treffen, zugutekommt.

Für den Einzelnen sorgen die regelmäßigen Fahrten für einen besseren Schlaf, einen besseren Appetit, wirken fiebersenkend und verringern den Bedarf an Medikamenten.

Der Hintergrund

Cycling Without Age hat seinen Ursprung in Kopenhagen. Der Mitbegründer Ole Kassow bot damals einem Pflegeheimbewohner eine Mitfahrgelegenheit an.

Gründung eines Ablegers

Einen Ableger von Cycling Without Age zu gründen ist eine tolle Erfahrung. Es gibt nichts Schöneres, als die Freude der Mitfahrer, der Fahrer und des Personals auf und um die Rikscha mitzerleben. Das Lächeln der Mitfahrer, die von ihrer ersten Fahrt mit Wind in den Haaren, rosigen Wangen und vielen Erlebnissen zurückkommen, ist ein unglaublich schöner Anblick. Die Bewegung von Cycling Without Age ist auf der ganzen Welt präsent, und auch wenn es manchmal anstrengend sein mag, wird es immer jemanden geben, der Ihnen bei der Weiterentwicklung hilft.

CYCLING WITHOUT AGE STARTEN

ALLES WAS SIE BRAUCHEN

ZEIT



Die Arbeit wird zu Beginn etwas zeitaufwändiger sein, insbesondere wenn Sie Finanzmittel beschaffen müssen, aber etwa 4 Stunden pro Woche sollten dafür ausreichen.

MENSCHEN



Sie brauchen ein Team von 3-4 Personen, das Sie bei der Gründung Ihres Ablegers unterstützt.

FINANZMITTEL



Die Rikscha (einschließlich Lieferung) kann bis zu 10.000 €/12.000 \$ kosten.

Wer gründet typischerweise einen Ableger von Cycling Without Age?

Jemand, der:

- sich leidenschaftlich dafür einsetzen möchte, älteren Menschen die Möglichkeit zu geben, sich in der Community zu engagieren
- ein leidenschaftlicher Radfahrer und Outdoor-Aktivist ist

Zusammenfassung der 5 Schritte

- 1 Schließen Sie die 30-Tage-Herausforderung ab
- 2 Unterzeichnen sie die partnervereinbarung
- 3 Stellen Sie Ihr Team zusammen & Sichern Sie die Finanzierung Ihrer Rikscha
- 4 Bestellen Sie Ihr Fahrrad
- 5 Loslegen

Support und zusätzliche Ressourcen

E-Mail: hello@changex.org

Kontaktinformationen für Cycling Without Age in den USA - Pernille Bussone, Projektleiterin (+45 53621979) pernille@cyclingswithoutage.org.

Weitere Informationen finden Sie unter: <http://cyclingswithoutage.com/>

SCHRITT 1: SCHLIESSE DEINE 30-TAGE-CHALLENGE AB



Die 30-Tage-Jumpstart-Challenge wurde entwickelt, um Ihrem Projekt den bestmöglichen Start zu ermöglichen, indem Sie im ersten Monat Schwung aufbauen.

- Sie erfahren mehr über die Idee, mit der Sie beginnen**

In diesem 5-Schritte-Leitfaden finden Sie alles, was Sie über die Besonderheiten beim Start Ihres Projekts wissen müssen.
- Einen Anruf vereinbaren**

Suchen Sie sich einen geeigneten Zeitpunkt aus, um mit einem Mitglied des ChangeX-Teams zu besprechen, was alles zu dem von Ihnen gewählten Projekt gehört, und um sicherzustellen, dass Sie die mit der Herausforderung verbundenen Richtlinien und Regeln verstehen.
- Finden Sie 5 interessierte Personen**

Sie haben bereits Ihre eigene Projektseite auf changex.org. Verwenden Sie die Website, um das Projekt mit anderen zu teilen und rekrutieren Sie Nachbarn, Freunde oder andere Interessierte, Ihre ersten Unterstützer zu sein.
- Planen Sie ein sicheres Kick-off-Meeting**

Veranstalten Sie ein virtuelles (z. B. über Zoom, Hangout oder Microsoft Teams) oder physisches Meeting (idealerweise außerhalb) und erstellen Sie einen Aktionsplan für Ihr Projekt, einschließlich eines COVID-19-Sicherheitsplans.
- Teilen Sie ein Teamfoto und Ihren Aktionsplan**

Laden Sie ein Teamfoto von Ihrem ersten Treffen (ein Screenshot von einem virtuellen Treffen ist ideal!) auf changex.org hoch und teilen Sie uns Ihren Plan für den Start Ihres Projekts mit. Darin sollten Sie darlegen, wofür Sie die Grundlagenfinanzierung verwenden möchten, wie Ihr Sicherheitskonzept für COVID-19 aussieht und beschreiben, wie das Projekt letztendlich Ihrer Community zugutekommen soll.

SCHRITT 2: UNTERZEICHNEN SIE DIE PARTNERV- EREINBARUNG

Die Mitgliedschaft ist der allererste Schritt auf dem Weg zu einem Ableger von Cycling Without Age. Als Mitglied sind Sie Teil einer internationalen Bewegung, die Veränderungen herbeiführt und lebensbejahende Fahrradtouren und Beziehungen zwischen den Mitfahrern und Fahrern schafft.

Indem Sie sich als Partner anmelden, akzeptieren Sie die Leitprinzipien von Cycling Without Age. Diese lauten:

Großzügigkeit: Cycling Without Age basiert auf Großzügigkeit und Freundlichkeit. Es beginnt mit der offensichtlichen Großzügigkeit, ein oder zwei ältere bzw. eingeschränkte Menschen auf eine Fahrradtour mitzunehmen. Das kann jeder einfach tun.

Langsamkeit: Durch langsames Fahren können Sie die Umgebung um sich wahrzunehmen und im Moment präsent sein. Außerdem können Sie damit allen Menschen, die Sie unterwegs treffen und die mehr über Cycling Without Age erfahren wollen, davon erzählen, weil Sie sich die Zeit nehmen können, anzuhalten und sich zu unterhalten.

Geschichtenerzählen: Ältere Menschen haben oft viele Geschichten, die in Vergessenheit geraten, wenn wir nicht auf sie zugehen und ihnen zuhören. Wir erzählen Geschichten, wir hören uns Geschichten auf dem Fahrrad an und wir dokumentieren sie auch, wenn wir sie selbst weitererzählen oder in den sozialen Medien posten.

Beziehungen: Bei Cycling Without Age geht es darum, eine Vielzahl neuer Beziehungen zu schaffen: zwischen den Generationen, zwischen älteren Menschen, zwischen Fahrern und Mitfahrern, zwischen Mitarbeitern von Pflegeheimen und Familienmitgliedern. Gute Beziehungen steigern das gegenseitige Vertrauen, Glück und die Lebensqualität.

Keine Altersgrenzen: Das Leben endet nicht plötzlich, wenn man 75 wird. Das Leben ist in jedem Alter schön - ob jung oder alt - und es kann immer aufregend,

lustig, traurig, schön und voller Lebensfreude sein. Bei Cycling Without Age geht es darum, die Menschen in einem positiven Kontext altern zu lassen - im vollen Bewusstsein der Möglichkeiten, die sich ihnen durch die Interaktion in ihrer lokalen Community bieten.

Als Partner von Cycling Without Age erhalten Sie Zugang zu:

- Der Community von Cycling Without Age: Beiden Netzwerken sowohl global als auch national
- Einer wachsenden Forschungs- und Wissensbank
- Regelmäßigen Events von Cycling Without Age und Schulungskursen für Mitarbeiter, Fahrer und Ausbilder
- Dem Markenbuch und dem Paket zur visuellen Identität
- Online-Ressourcen und Unterstützung
- Weiterbildung und Entwicklung von Strategien, um Cycling Without Age einem breiteren Publikum zugänglich zu machen
- Nationalen Organisationen für Cycling Without Age (je nach Land), die länderspezifische Informationen und Dienste anbieten.

Je nachdem, ob Sie ein Pflegeheim, eine Stadtverwaltung, eine Gemeinschaftsorganisation oder eine Einzelperson sind, werden sich Ihre Bedürfnisse etwas unterscheiden, aber wir werden jedes einzelne berücksichtigen. Sie können das Formular finden und ausfüllen, indem Sie **Schritt 1** der Online-Version dieses Leitfadens bzw. diese URL aufrufen: <https://www.changex.org/ie/cyclingwithoutage/guide#step1>

Wenn Sie Fragen zum Partnerprogramm in den USA haben, senden Sie eine E-Mail an: pernille@cyclingwithoutage.org.

SCHRITT 3: STELLEN SIE IHR TEAM ZUSAMMEN UND SICHERN SIE DIE FINANZIERUNG

Laden Sie andere Stellen ein, sich Ihrem Team anzuschließen, z. B. Gemeindeorganisationen oder Pflegeheime.

Einige Dinge sind dabei zu beachten:

- gibt es eine lokale Hochschule oder ein lokales Unternehmen, mit dem Sie zusammenarbeiten könnten, um Freiwillige für Fahrradtouren zu finden?
- wie viele Altenpflegeeinrichtungen gibt es in Ihrer Region, die die Rikscha gerne nutzen und ihren Bewohnern zur Verfügung stellen würden?
- gibt es örtliche Wohltätigkeitsvereinigungen oder kommunale Organisationen, die mit älteren Menschen arbeiten und für die dieses Angebot interessant sein könnte?

Wenn Sie einige dieser Personen von Anfang an mit ins Boot holen, werden die nächsten Schritte für die Erstellung ihres Ablegers deutlich einfacher!

Die Beschaffung der Finanzierung kann allerdings etwas schwieriger sein! Aber keine Sorge, es gibt inzwischen so viele erfolgreiche Beispiele für alle möglichen Organisationen, die mit Erfolg innovative Wege gefunden haben, um ausreichende finanzielle Mittel für eine Rikscha zu erhalten. Auf der nächsten Seite finden Sie 2 Fallstudien über erfolgreiche Finanzierungskampagnen sowie die Kontaktdaten der Leiter dieser Kampagnen

Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, Spenden für Ihre Rikscha zu sammeln. Auch hier kommt es darauf an, welche Art von Organisation Sie sind. Oft hat ein Pflegeheim Mittel in seinem Budget, die es für den Kauf einer Rikscha verwenden kann. Manchmal ist ein lokales Unternehmen gerne bereit, die Rikscha als Teil seiner CSR-Initiative zu sponsern. Oft müssen die Gruppen das Geld jedoch auch aus der Community selbst aufbringen. Auf den folgenden Seiten finden Sie zwei Fallstudien darüber, wie Ortsverbände in Kanada und den USA die für den Kauf einer Rikscha erforderlichen Mittel aufbringen konnten. Möglicherweise erhalten Sie Ihre Förderung auch im Rahmen einer ChangeX Community Challenge. Es wird sehr viel einfacher sein, den endgültigen Betrag aufzubringen, wenn Sie erst einmal eine gewisse Grundlagenfinanzierung haben.



FUNDRAISING-FALLSTUDIE 1

Erstellung eines Kampagnenvideos und Crowdfunding

23. November 2017

von Carson Sage - Cycling Without Age Kanada, Victoria, BC

Sie sollten von Anfang an eine gute Beziehung zu einem Pflegeheim haben. Idealerweise sollte das Programm als „erste in der Stadt“ oder „das erste in der Provinz“ beschrieben werden, um das Gefühl zu verstärken, dass die Entscheidung zur Teilnahme an CWA sinnvoll, exklusiv und aufregend ist. Dies wird ein wichtiger Punkt sein, um auch die Aufmerksamkeit lokaler Zeitungen zu gewinnen.

Gewinnen Sie auch die Unterstützung der Familienangehörigen der Heimbewohner. Es ist erstaunlich, wie viele von ihnen finanzielle Unterstützung zusagen, damit auch ihre Angehörigen direkt von den neuen Leistungen profitieren können. Zeigen Sie den Film Grey Escape, um die Vorstellung der Rikscha richtig zu vermitteln.

Englisch: <https://vimeo.com/158540620>

Spanisch: <https://vimeo.com/228833703>

Kaufen Sie die Rikscha frühzeitig. Das wird zwar nicht für jeden möglich sein, aber wir haben uns entschlossen, die Rikscha mit unserem eigenen Geld zu kaufen. Anschließend haben wir die Vereinbarung getroffen, dass die gesammelten Gelder dazu verwendet werden, uns zurückzuzahlen. Die Rikscha bereits in Ihrem Besitz zu haben, ist äußerst wichtig, wenn Sie ein (lokales) Video oder anderes Werbematerial erstellen möchten. Nicht-Radfahrer müssen sie physisch sehen können, um wirklich zu verstehen, worüber Sie sprechen.

Beauftragen Sie einen lokalen Filmemacher, Fotografen oder Youtuber mit der Erstellung Ihres Kampagnenvideos. Idealerweise finden Sie diesen Kontakt in Ihrem persönlichen Netzwerk. Im Idealfall hat diese Person etwas Zeit für eine gute Sache übrig.

Stellen Sie sicher, dass Sie sie für ihren Aufwand entschädigen. Sie können den Filmemacher das Video beispielsweise auf seinem Kanal veröffentlichen lassen, in den sozialen Medien auf ihn aufmerksam machen, am Drehtag ein Mittagessen anbieten, oder sich mit einem Geschenk bedanken (z. B. mit einem Geschenkgutschein oder einem bestimmten Betrag des gesammelten Geldes - abhängig von der Endsumme).

Unterstützen Sie den Filmemacher bei der Aufnahme Ihres Kampagnenvideos. Erkunden Sie die Drehorte vorab, planen Sie die Anreise zu den einzelnen Drehorten, erstellen Sie ein Drehbuch und stimmen Sie das Drehbuch auf Ihre Drehorte und das Storyboard ab. Der Drehtag wird auf diese Weise am effizientesten sein. Die einzigen Details, die Sie nicht planen können, sind das Wetter und die Fähigkeiten sowie die Kreativität des Filmemachers.

- Motivieren Sie Ihre engsten Vertrauten zuerst, Gelder zu spenden, um die 10%-Marke Ihres Ziels schnell zu erreichen.
- Posten Sie Ihre Kampagne und die Fortschritte regelmäßig in den sozialen Medien. Kommunizieren Sie ein klares Ziel und einen klaren Zweck.
- Warten Sie mit der Einzahlung Ihrer Kampagnengelder. Bei einigen Crowdfunding-Webseiten ist es besser, nur eine einzige Transaktionsgebühr für einen höheren Betrag zu zahlen, als mehrere Gebühren für mehrere kleinere Einzahlungen.
- Engagieren Sie sich in Ihrer Community. Nehmen Sie an Gemeindeveranstaltungen, Märkten und Paraden teil. Der beste Weg, das Bewusstsein für CWA zu schärfen, ist das direkte Gespräch mit den Menschen.
- Seien Sie vorbereitet. Berücksichtigen Sie von Anfang an alle Aufgaben, die Sie erledigen müssen, damit das Programm nach der Finanzierung richtig funktioniert. Erledigen Sie so viele Aufgaben wie möglich, bevor das Programm bekannt wird. Dies wird zwar dafür sorgen, dass die Finanzierung Ihres Ablegers länger dauert, aber langfristig den Stress verringern, sobald Ihr Ableger in Schwung kommt.
- Fertigen Sie Zuschüsse im Namen des Pflegeheims, in dem Sie tätig sind, vorab an. Das Personal hat in der Regel keine Zeit, Zuschüsse zu beantragen, daher können Sie dabei helfen. Im Allgemeinen haben die meisten Zuschüsse Punkte, die die CWA-Organisatoren selbstständig beantworten können. Danach kann ein Mitarbeiter die Antworten der Organisation fertigstellen und sie einreichen. Wenn der Name des Pflegeheims auf dem Zuschuss steht, ist es wahrscheinlicher, dass die bewilligenden Organisationen die Bemühung unterstützen. Anders als bei einem brandneuen Ableger von CWA, der vielleicht noch gar nicht als gemeinnützige Einrichtung eingetragen ist.

Wenn Sie Fragen zu den oben genannten Punkten haben, können Sie Carson über csage@uvic.ca kontaktieren.

FUNDRAISING-FALLSTUDIE 2

So motivieren Sie eine Stiftung des Pflegeheims dazu, Ihr CWA-Projekt zu finanzieren

23. November 2017

von Gary Harty - Cycling Without Age US, Lakewood, CO

Wann immer ich die Gelegenheit hatte, eine Präsentation zu halten, habe ich mich etwas bei Oles Ted Talk bedient. Denn ich habe noch niemanden kennengelernt, den die Präsentation von Ole nicht bewegt hat.

Ich hatte das Glück, eine Community wie die Eaton Senior Communities in Lakewood zu haben. Ich wurde auf Eaton aufmerksam, als ich an den monatlichen Treffen der Geschäftsverbände in Lakewood teilnahm, namentlich der South Lakewood Business Association und der Alameda Gateway Association. Beide Organisationen bieten nicht nur Vernetzungsmöglichkeiten für kleine Unternehmen, sondern unterstützen auch gemeinnützige Organisationen, die ehrenamtliche Dienste für die eingeschränkteren Mitglieder unserer Community leisten. Ich wurde auf Eaton aufmerksam, weil sie einmal im Jahr Gastgeber der Alameda Gateway Association waren. Alameda reist jeden Monat zu verschiedenen Veranstaltungsorten. Auf diese Weise können sie ihre Mitglieder begrüßen, ohne dass ihnen weitere Kosten entstehen, wenn der Gastgeber im Gegenzug eine Präsentation über die von ihm für die Community erbrachten Dienstleistungen hält. Außerdem bot Eaton den Teilnehmern der South Lakewood Business Association ein kostenloses Frühstück an. Die SLBA trifft sich jeden Monat am selben Ort, und Eaton hat großzügigerweise ein Frühstück angeboten, das von ihrem Koch zubereitet wurde.

Es gibt auch eine Reihe von gemeinnützigen Seniorengemeinschaften, die unabhängiges und betreutes Wohnen für Senioren anbieten. Das Problem ist allerdings, dass diese sehr teuer, und die neuesten davon sehr luxuriös sind. Sie bieten zwar wunderbare Annehmlichkeiten, aber sind in erster Linie ihren Aktionären verpflichtet und nicht ihren Bewohnern. Der Unterschied zu Eaton besteht darin, dass Eaton sich in lokalem Besitz befindet und auf gemeinnütziger Basis arbeitet. Der Durchschnittsbewohner verdient 17.000 Dollar pro Jahr, was bei Wohnungsmieten ab 1.000 Dollar im Monat nicht sehr viel ist. Mit ihrer Stiftung, einer steuerbefreiten 510(c)(3)-Organisation, können sie durch Fundraising und Spenden an die Stiftung eine Brücke zwischen den Leistungen, die sie anbieten können, und dem, was sich die Bewohner tatsächlich leisten können, schlagen.

Daher dachte ich mir: Wenn jemand für Cycling Without Age empfänglich sein würde, dann Eaton. Ich nahm an, dass die gemeinnützigen Organisationen zwar interessiert sein könnten, aber nur wenig oder gar keine Unterstützung bei der Anschaffung einer Rikscha leisten können. Vielleicht wären sie sogar bereit, eine Rikscha zu kaufen, aber erst, nachdem sie die Organisationskette mit vielen Gesprächen durchlaufen haben.

Ich wandte mich an Eaton und bat um 15 Minuten Zeit, um über ein Programm zum Thema „Engagement in der Community“ zu sprechen. Ich habe das Wort „Radfahren“ nie erwähnt. Ich traf mich mit Sarah Schoeder, der Leiterin des Bereichs Wellness. Ich sagte Sarah, sie solle sich einfach ein 15-minütiges Video ansehen, bevor wir über das Programm selbst sprechen. Nach dem Video sagte ich Sarah, dass wir jetzt entweder nur ein sehr kurzes oder ein sehr langes Gespräch führen würden. Nachdem sie sich nur die ersten 5 Minuten von Oles Präsentation angeschaut hatte, sagte sie, dass sie das Konzept toll findet und dass sie es dem Führungsteam von Eaton vorstellen wird. Ein paar Wochen später traf ich mich mit dem Führungsteam, um mit der Ausarbeitung der Details zu beginnen. Zum Führungsteam gehörten der CEO von Eaton, der Direktor der Stiftung sowie einige andere Mitglieder des Führungspersonals. Eaton stimmte zu, ihre Stiftung für die Beschaffung von Geldern zu nutzen. Dadurch erhielt ich Zugang zu ihrem 501(c)(3)-Status und zu ihren Ressourcen für die Mittelbeschaffung. Sie haben die Möglichkeit, online Spenden zu sammeln und ein ziemlich breites Publikum von Eaton-Unterstützern zu erreichen. Ihre Webseite: https://eatonseniorcommunitiesfoundation.networkforgood.com/?utm_source=Cycling+Without+Age+1+24+17&utm_campaign=Cycling+Without+Age&utm_medium=email

Wir stehen nun kurz vor dem Kauf unserer dritten Rikscha und bis heute (23. November 2017) hat CWA Lakewood 78 Bewohnern 55 Fahrten zur Verfügung gestellt.

...

Wenn Sie Fragen zu den oben genannten Punkten haben, können Sie Gary über **Gary unter g.harty04@gmail.com kontaktieren**

SCHRITT 4: BESTELLEN SIE IHR FAHRRAD

Bevor Sie Ihr Fahrrad bestellen, sollten Sie eine örtliche Niederlassung besuchen und sich die Rikscha live ansehen. Es gibt immer mehr Niederlassungen auf der ganzen Welt, und viele von ihnen würden sich freuen, wenn Sie sie besuchen oder anrufen, bevor Sie einfach ein Fahrrad kaufen.

Hier können Sie die nächstgelegene Ortsgruppe mitsamt ihrer Kontaktdaten finden: <http://cyclingwithoutage.com/>

Cycling Without Age arbeitet mit einem Netzwerk von sehr erfahrenen Herstellern der speziell entwickelten Rikschas zusammen - sowohl in Europa als auch in Nordamerika.

Copenhagen Cycles ist ein zweckorientiertes Unternehmen, das autorisierter Fahrradhändler für zugelassene Rikschas von Cycling Without Age der Hersteller Nihola, trioBike und Van Raam sowie Christinia Pikes ist. Durch den Kauf von zugelassenen Rikschas für Cycling Without Age über Copenhagen Cycles helfen Sie Cycling Without Age direkt dabei, Senioren auf der ganzen Welt frischen Fahrtwind in ihr Haar zu bringen. Copenhagen Cycles ist im Besitz des Gründers von Cycling Without Age, Ole Kassow.

Alle Informationen und das Bestellformular finden Sie auf dieser Seite: <http://copenhagencycles.com/>

SCHRITT 5: LOSLEGEN

Ein guter Start erfolgt durch die Einladung und Einbeziehung von ein oder zwei erfahrenen Trainern von Cycling Without Age in Kopenhagen. Wir arbeiten mit Ihnen zusammen, um Ihren Start zu planen und durchzuführen, helfen Ihnen bei der Suche nach relevanten Akteuren aus der Gesellschaft und inspirieren sie mit Workshops, Vorträgen und Fahrradtouren.

Jeder Start basiert auf bewährten Verfahren, die bei über 200 Startveranstaltungen weltweit entwickelt wurden, ist jedoch auf die Bedürfnisse der einzelnen Communities zugeschnitten. Unser Ziel ist es, Ihnen den bestmöglichen Start in Ihr Programm zu ermöglichen, den Erfahrungsschatz zu nutzen und es Ihrem Ableger zu erleichtern, einzigartige Innovationen zu entwickeln, die Sie mit unserer globalen Community teilen können.

Das Team von Cycling Without Age besucht einige Male im Jahr Ableger in den USA. Wenn Sie also Ihren Starttermin mit unseren Reisen koordinieren möchten, lassen Sie es uns wissen, indem Sie Pernille kontaktieren - [Pernille Bussone](#), pernille@cyclingwithoutage.org.

Andernfalls können Sie Ihren Ableger aber auch vollkommen eigenständig gründen, indem Sie die erste Fahrradtour organisieren, einige Freiwillige einladen, vielleicht die lokalen Medien informieren und vor allem älteren Menschen die Möglichkeit geben, Cycling Without Age direkt selbst zu erleben.

www.changex.org
hello@changex.org
facebook.com/changexhq
twitter.com/changexhq