

Naboskab på hjul

Ret til vind i håret i almene boligområder

Indsatsen:

Cykling uden alder er det seneste år rullet ud i tre almene boligområder: Urbanplanen i København, Værebros Park i Gladsaxe og Hedemarken i Albertslund. Naboer og boligsociale medarbejdere har sammen eksperimenteret med, hvordan en rickshaw med rød kaleche kan blive en platform for et nyt lokalt fællesskab på tværs af generationer. Vi kalder det: "Naboskab på hjul". Som forventet er erfaringen, at cykelturene smitter af på naboskabet generelt, som bliver bedre og mere trygt. Det bliver nemmere at komme hinanden ved i hverdagen, hilse på hinanden, tage en kop kaffe eller give en hjælpende hånd. Der knyttes bånd mellem opgange, kulturer og mellem generationer. Den røde rickshaw med passagerer (ældre i området) og pilot, der træder i pedalerne, mødes med smil, vink eller 'god tur - hvor ser det hyggeligt ud'!



Rickshawen er i de tre boligområder blevet et samlingspunkt for unge og gamle. Den bryder så at sige isen mellem naboer - Måske fordi det er lettere at møde hinanden, når der er noget sjovt, aktivt og meningsfuldt at mødes omkring - Tilbuddet om en cykeltur er en rigtig god anledning til at banke på hos naboen. Med projektet har vi spredt modet og lysten til at banke på og til at være noget for hinanden, nabo til nabo. Drømmen er nu, at vi vil se endnu flere fællesskabs-cykler i de almene boligområder i de kommende år.

I denne nye film skal I møde de to naboer Lis og Violeta. De har været naboer i mange år, men lærte først hinanden at kende, da Cykling uden alder kom til deres nabolag.

<https://www.youtube.com/watch?v=ry4ycVAkoiM>



"Vi kendte faktisk ikke hinanden ret godt. Vi har gået og kigget på hinanden i mange år. Nu kører vi faste ture" - Lis Riemenschneider (74), pilot i Hedemarken



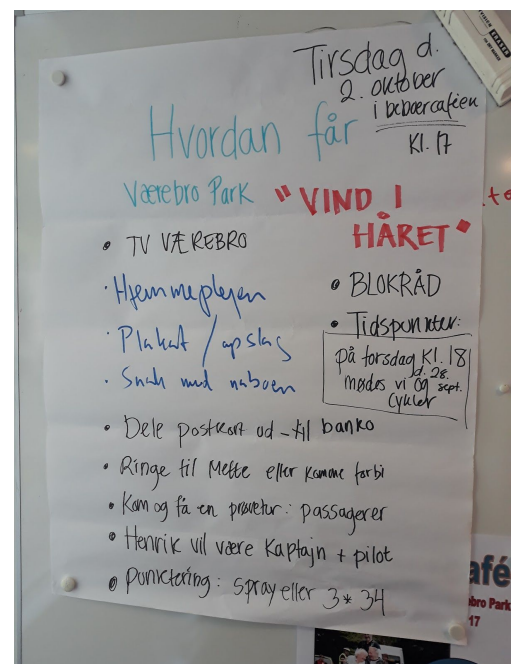
Projektets gennemførelse og resultater

Alle aktiviteter i projektbeskrivelsen er gennemført som forventet.

- To ud af tre boligområder har i projektperioden lånt en rickshaw af foreningen - Det tredje boligområde har indgået et samarbejde med nabo-plejehjemmet og lånt deres rickshaws samt øvet sig i at cykle ture med passagerer, der bor på plejehjemmet.
- To ud af tre boligområder har ved projektets afslutning fundet midler til mindst én rickshaw - Det tredje boligområde er for nuværende i gang med at søge funding til 1 rickshaw og fortsætter lidt endnu med at låne en rickshaw af foreningen.
- To ud af tre boligområder bruger nu bookingsystemet GO det tredje andre boligområder arbejder stadig på at finde den gode måde at booke ture.
- I hvert boligområde har der været gennemført mindst 3 workshops med naboer og en boligsocial medarbejder. Workshopsne har både haft et afsæt i det praktiske omkring at lære at køre rickshaw samt i at finde gode måder at sprede tilbuddet til så mange som muligt i boligområdet.

Workshops faciliteret af Cykling uden alder: I

projektperioden er naboerne mødtes til mindst tre workshops, med ansatte i Cykling uden alder som facilitatorer, hvor de har fundet løsninger til, hvordan de kan få masser af vind i håret sammen. Idégenerering har været et gennemgående element i alle workshops. Imellem workshops har de afprøvet deres idéer, trænet rickshaw-kørsel sammen og inviterer hinanden ud på lidt længere ture.



Indholdet på workshops har blandt andet været:

- Hvad motiverer og drømmer naboskabet om - hvilket naboskab ønsker de og hvad har de af mål med projektet
- Fortællinger fra Cykling uden alder
- Hvordan inviterer jeg min ældre nabo på cykeltur
- Oplæring som cykel-pilot
- Hvor går turen hen - hvad sker der allerede i lokalområdet
- med på loppemarked, tag cyklen til grønttorvet, til en lokal café, til kulturelle events osv.
- Fundraising til en eller flere cykler
- Historiefortælling, billeddokumentation, film og podcast fra cykelturene



Workshop på tværs,
Kursus med [CPHLIVE](#): Brug mobilen til at fortælle den gode historie fra Cykling uden alder

Naboskab på hjul og den boligsociale indsats

Fælles for de tre boligområder er, at de alle har en boligsocial helhedsplan og derfor også ansatte boligsociale medarbejdere, som har fungeret som tovholdere i projektperioden. De har været en indgang til boligområdet, hjulpet initiativet i gang ved at motivere, invitere og begejstre folk i området. Naboskab på hjul har vist sig at passe godt ind i de boligsociale helhedsplaner, der ofte også berører temaer som tryghed, naboskab og fællesskab på tværs af generationer.

Det siger de boligsociale koordinatore om samarbejdet med Cykling uden alder:

Boligforeningen 3B har i strategi "Sammen mod 2020" formuleret følgende vision:
SAMMEN SKABER VI LEVENDE OG MANGFOLDIGE FÆLLESSKABER.

“Samarbejdet med CUA taler perfekt ind i den konkrete udmøntning af visionen om 3B's boligafdelinger som levende og mangfoldige fællesskaber. CUA rammer plet i

forhold til både at understøtte og styrke lokale fællesskaber - og samtidigt åbne områderne op for omverden. Med samarbejdet har vi fået styrket vores fokus på fællesskabsfremmende indsatser målrettet den ældre generation af beboere i Urbanplanen. CUA er med til at udvikle og styrke fællesskaber på tværs af generationer”

**- Søren Løkke, Boligsocial
koordinator i boligforeningen 3B,
Urbanplanen**



Baggrund og kortlægning: Idéen bag projektet var at udbrede bevægelsen og initiativet Cykling uden alder til almene boligområder. Der fandtes i forvejen gode erfaringer med at bruge cyklen som redskab til fællesskab og naboskab i en sådan kontekst. Derfor begyndte projektet med en kortlægning af de allerede eksisterende erfaringer med at rulle Cykling uden alder ud i et boligområde. Kærene/Bybjerget (KAB) i Rødovre er et af de boligområder, som har en fællesskabs-cykel. Susanne Mikkelsen, som er tovholder og ansat som boligsocial koordinator i området, fortæller, at

“turene skaber gode relationer i boligområdet mellem unge og ældre. Det giver et mere trygt nabolag, hvor man har lettere ved at hilse på hinanden. De ældre, der opholder sig meget inden døre, kommer udenfor og får bevæget sig samtidigt med at de møder deres naboer”.

Nabogruppen som fik Cykling uden alder til deres boligområde tilbage i 2016.

Foto fra udrulning af Cykling uden alder i Kærene og Bybjerget (KAB) i Rødovre



Susanne Mikkelsen og én af piloterne i boligområdet i Rødovre, Tonny, deltog i en af workshopsne i Hedemarken Albertslund for at dele deres erfaringer og hjælpe det nye fællesskab godt på vej.

Forankring af Cykling uden alder i boligområderne

- Cykling uden alder støtter mod slutningen af projektet de deltagende nabolnetværk i at lægge en plan for den videre forankring inden projektets afslutning. Den boligsociale medarbejder i hvert boligområde kommer til at stå for at facilitere, styrke, forankre og udbrede det fællesskab, som på nuværende tidspunkt er etableret.
- Cykling uden alder har støttet det deltagende nabolnetværk i at søge midler til deres egen naboskabs rickshaw løbende. I medio december havde 2 ud af 3 boligområder fundraiseret til mindst én rickshaw. Det tredje boligområde er i gang med at søge om midler i fonde og i boligområdet til deres egen rickshaw.
- Der er identificeret et system for booking af cykelture, så det bliver nemt at komme ud og cykle sammen i hverdagen. Et boligområde bruger Cykling uden alders bookingsystem GO, et andet boligområde har besluttet, at de vil bruge GO imens det tredje boligområde vil afprøve en mere analog tilgang, hvor booking af ture foregår gennem den boligsociale medarbejder.
- En "kaptajn" og en "tovholder" fra nabo-netværket er blevet identificeret i alle tre områder. Kaptajnen lærer nye cykel-piloter op, fortæller naboer om muligheden for at komme på en cykeltur og tovholderen hjælper med det praktiske omkring booking af cykelture samt sørger for at holde netværket 'til ilden'.
- Der er udviklet inspirationsmateriale, der samler viden, erfaringer og praktiske handlemuligheder - med fokus på Cykling uden alder i almene boligbyggerier, som kan anvendes af dem, der har deltaget i projektet såvel som andre boligområder.

Anvendelse af projekterfaringer

Der er etableret et fagligt og socialt netværk bestående af beboere (naboer) og ansatte i de almene boligområder, som har rullet Cykling uden alder ud. Foruden de tre boligområder, som har deltaget i Naboskab på hjul, deltager også naboer og ansatte i to boligområder, som har været i gang med Cykling uden alder i lidt længere tid. I løbet af projektet har Cykling uden alder faciliteret det første netværksmøde. Der er stor opbakning til netværket og lyst til at fortsætte med at mødes i 2019. Boligområderne skiftes til at sætte møderne i værk, være vært, facilitere og planlægge indhold. Formålet er, at erfaringer, løsninger på udfordringer, gode idéer mm. deles på tværs.

Fotoalbum med billeder fra projektet:

<https://www.flickr.com/photos/cyklingudenalder/albums/72157701547751734>

Naboskab på hjul på Cykling uden alders hjemmeside

<https://cyklingudenalder.dk/naboskab/>

NABOSKAB PÅ HJUL Af Merete Blinkenberg Nielsen og Cecilie Farahani Dahl. Foto: Cecilie Marie Nielsen.



Urbanplanen får sin helt egen rickshaw-cykel

“Det er fantastisk, at vi har fået bevilliget penge til at købe Urbanplanens naboskabscykel. Nu kan vi disponere over vores egen, og så kan vi bygge vores organisation op omkring den cykel” fortæller Søren Løkke fra Partnerskabet.

Gennem initiativet *Naboskab på hjul*, som er et samarbejde mellem Partnerskabet i Urbanplanen og foreningen *Cykling uden alder*, skal Urbanplanens nye rickshawcykel være med til at skabe bedre naboskab i lokalområdet. Man cykler en tur med sin nabo på Fælleden eller måske til gamle kendte steder i området. På den måde kommer man til at kende sin nabo, får en god snak og vind i håret.

Med Urbanplanens nye rickshawcykel er der lagt et fundament for at kunne skabe et fast tilbud i Urbanplanen – til dem, der ønsker at være enten rickshawpassager eller *-piloter*, som foreningen kalder deres frivillige cyklistere. Cyklen er finansieret af Tryghedspartnerskabet, Områdeformydelsen Sundby og den boligsociale helhedsplan Partnerskabet.

Er du interesseret i at være med?

Kontakt Søren Løkke på 23284752 eller solo@gb.dk.

I Urbanplanen er to beboere allerede blevet uddannede rickshawpiloter, mens yderligere to snart skal uddannes. Yvonne Brasting var med på den første *Naboskab på hjul* workshop.