

Penge fra GF Fonden

Nyt tilbud til børnehuse og indskolings klasser.

Med mottoet „Vær frisk- hop på cyklen” udformede Lone Bjerre Josefsen og Line Barbera Pedersen fra Viborg Kommune samt Inger og jeg en ansøgning til GF Fonden med ønsket om økonomisk at blive i stand til at få børn til at blive sikrere og gladere cyklister.

GF Fonden bevilgede 20.000 kr til en legeinstruktør, som skal klæde os på til cykellege. Pengene rækker til en underviser til os, så vi bliver flere og bliver bedre klædt på til at lave legene. Endvidere er der penge til „legetøj” og en cykeltrailer til at have det i.

Alle gode vaner grundlægges i barndommen, derfor er vores fokus hos børnene. Vi vil gerne have alle børn til at transportere sig selv til f. eks. skole og fritidsaktiviteter.

Børnehuse og de mindste børn i skolerne i Viborg Kommune får et tilbud om, at nogle af os kommer til dem og leger cykellege en times tid

Viborg Kommune har udformet en plakat til institutionerne. De skal så invitere os, hvorefter vi vil besøge dem, og sammen med deres pædagoger, lege cykelleg en times tid med børnene. De børn, der deltager, får selv et diplom og et postkort med hjem til forældrene om at de meget gerne må cykle med deres barn.

Der er 5 gode grunde til at cykle i børnehave og skole:

- Du sparer miljøet for næsten 2 kg CO₂, hver gang du cykler 10 km
- Aktiv transport øger børns koncentration i op til 4 timer
- Børnene får en markant bedre kondition
- Samfundet sparer 6 kr. pr. km, når du cykler i stedet for at køre i bil
- Børnenes motorik og balance bliver styrket

Hvis vi bare får nogle flere børn til at blive glade for at cykle og de får deres forældre til at cykle lidt mere, er vores formål opfyldt.

Børnehuse og skoler er nu informeret om det nye tilbud

Vi har allerede fået den første invitation.

Glæder mig - Grethe





„Natures Rige“ er et fælles projekt, der omfatter nogle friluftorganisationer i Viborg Kommune. Dette samarbejde medfører, at der tilbydes en del ture i naturen på tværs af flere organisationer. Vi er med i et fælles arrangement den 2. maj, „Generationsdag i naturen“.

Vi tilbyder her en fælles cykeltur for bedsteforældre og børnebørn. Der er start fra Søndermølle kl. 10.00 til Børneskoven. Turen er 2,5 km og vi cykler stille og roligt, så alle kan være med. Cyklistforbundet bidrager også med lidt cykelsjov for børn i forbindelse med arrangementet i Børneskoven. Se meget mere på www.sundhedscenter.dk/generationsdag.

PS: Man kan selvfølgelig også møde op i Børneskoven med sin cykel, hvis man ikke har lyst til fællessturen.

Outdoordag

Lørdag den 25. april er der ligesom de senere år, Outdoordag på Søndermølle. Her kan man afprøve forskellige foreningers tilbud om udendørs aktiviteter. Vi stiller med vores transportable cykelbane, der plejer at være populær blandt de fremmødte børn.

Snapsting for børn

Vi deltager selvfølgelig igen i år i det omfang, vi ikke skal være med til senior-folkemødet, og vi får vist heldigvis lidt flere folk til at hjælpe.

Sidste år deltog vi snapsting for børn. Vi tog vores børnecykler, cykelhelme, nogle hulapringe og en sæbeboblemaskine med til Borgvold.

Vi var dernede til familiedagen om søndagen og et par timer formiddage og eftermiddage mandag, tirsdag og onsdag. Vores tilbud gjaldt først og fremmest de største børnehavebørn og de mindste skolebørn.

Børnene morede sig og det var lærerigt for os. Bl. a. så vi lege og ting ikke behøver at være udviklede for at virke.

Børnene gav udtryk for, at det var sjovt at være med. Og vi havde mægtig travlt med at lave bobler og sætte hjelme på hoveder. Sætte cykler sammen og finde dem frem igen.

Opskriften bliver næsten den samme i år.

Med ønsket om godt vejr til snapstingsugen uge 26.

Grethe



„Cykling for alle“

foregår nu næsten hele året.

I sommerhalvåret har vi „Cykling for alle“ på Firkløvervej på Ellekonebakken, hvor vi også har adgang til cykelværksted med mekaniker.

Tidligt forår (marts og indtil påske) samt perioden fra efterårsferien til december foregår „Cykling for alle“ på virksomheden „Vestergård“ sammen med Sofie Munkholm, som er jobkonsulent ved Viborg Kommune. Her handler det om flygtningekvinder, der dels er i praktik og dels går i skole på virksomheden.

Kvinderne er meget motiverede, bl.a. fordi de får en låncykel, når de er klar til at køre mellem hjem og arbejde. Det er de glade for, da de ikke selv har penge til cykelkøb.

Virksomheden ligger på Jegindøvej, og vi har bemærket, at de mange lastbiler, der kører der, er meget opmærksomme på os. Chaufførerne venter bag os og kører langsomt og forsigtigt forbi. Derimod er privatbilisterne på vejene i området omkring Jegindøvej nogle værre fart....

Vi laver også „Cykling for alle“ i samarbejde med Lone Bjerre Josefsen Viborg Kommune og Fællessekretariatet. Det foregår 2 eftermiddage om ugen på Firkløvervej 3. Da vi begyndte sidste år efter sommerferien, var der næsten ingen tilmeldte, men ret hurtigt var der 14 kvinder og børn i gang, så behovet er der stadigvæk, derfor fortsætter vi selvfølgelig.

Vi har haft et par kvinder, som er blevet bange for at cykle. Den ene kommer igen i år. Det er cyklister som vi gerne vil hjælpe. Jeg ved helt sikkert, at der er en del derude, som enten er blevet bange eller føler sig urutinerede. Hvis I kender nogen med den problematik, så fortæl dem, at der også er plads til dem på vores cykelkursus.

Vores „håndværkere“, Bent og Jørgen, har bygget et cykelstyr om, så det kan skrues fast på en bagagebærer. Det udstyr gør det meget lettere for hjælperen at holde cyklen med den kommende cyklist. Den nye cyklist får på den måde meget hurtigere lært at holde balancen på cyklen.

Vi har også megen glæde af, at have cykelmekaniker Hakom Khalil i værkstedet på Firkløvervej. Når der er noget i vejen med en cykel, sætter jeg cyklen, der skal repareres ind på værkstedet med en seddel på. Få dage efter får jeg en sms, og så er cyklen lavet.

Kim har lavet en folder med fotos, der illustrerer forskellige tegn og andet (Stå af, stå på, træk cyklen m.m.). Dem har vi fået oversat til fire forskellige sprog. Den har vi nu i lommen og kan tage den frem, når kommunikationen ikke fungerer.

De mobile vejafmærkninger, som Bent og Jørgen har lavet, bliver lagt ud på det område, vi bruger hver gang vi træner. De holder fantastisk og er gode at have.

Tak for indsatsen alle sammen.

Grethe





Vi lægger vægt på at få flere til at vælge cyklen som transportmiddel, bl.a. for at komme til sin arbejdsplads. En af måderne er, at få arbejdspladser til at deltage i kampagnen **Vi Cykler Til Arbejde**. I år sætter vi, med kompetent hjælp fra Sundhedscentret, primært fokus på kommunale arbejdspladser, men selvfølgelig håber vi, at rigtig mange regionale og private arbejdssteder også deltager. Blandt de deltagende hold i VCTA trækkes lod om en lokal vinderpræmie.

For at gøre det mere attraktivt har vi faktisk lavet aftaler med cykelforretninger både i Viborg og Bjerringbro, om muligheden for leje af elcykel i en periode, så man kan afprøve, om det er en fornuftig transportløsning.

Trafikudvalg

Vi holder vores næste halvårige møde med Trafik og Veje den 23. april. På disse møder bliver vi orienteret om, hvad man fra kommunal side er i gang med på cyklistområdet. Vi har ligeledes mulighed for at fremkomme med ønsker til forbedringer og nye tiltag. Da Viborg kommune geografisk er meget stor, håber vi, at cyklister rundt omkring i kommunen vil fortælle os, hvor der er problemer, så vi kan tage det med til vores møder med Trafik og Veje- begge parter har glæde af disse møder.

Cyklistforbundet har indsendt bemærkninger til to lokalplaner, der har været til høring. Omkring planerne for Taphede-bydelen, har vi udtrykt bekymring for det stærkt øgede trafikpres det medfører igennem Bruunshåb og Rindsholm. Ligeledes har vi til lokalplan for indkøbscenter på Koldingvej, ønsket bedre sikring af cyklister, når et øget antal biler skal krydse cykelstien.

Fod på Viborgeggen

Viborg Stifts Folkeblad bringer i sommerhalvåret halvsides annoncer med udvalgte ture i naturen omkring Viborg. Det betyder, at mange bliver opmærksomme på disse arrangementer. I annoncerne for april og maj har vi fået nogle ture med. Se dem her eller på vores turfolder, hvor der er mange flere spændende muligheder for at komme ud i naturen.

Seniorfolkemøde 2020

Mødet finder i år sted den 24. juni og igen på SØnæs.

Vi arrangerer cykeltur fra Nytorv, afgang klokken 11.30. Turens længde er ca 4 km. eller 10 km. (Ja, der er 2 ture).

Som noget nyt starter vi også en fælles cykeltur fra Stationspladsen i Tapdrup klokken 11.30 med opsamling ved Papfabrikken i Bruunshåb. Få klaret hjernen og få livsglæde samt gode fællesskaber med en rask cykeltur.

Alle deltagere får T-shirt, men hvis du har en fra sidste år så vær rar at bruge den.

Vi vil være til stede på pladsen, men det har måske størst interesse for dem, som ikke kender os.

Se meget mere på:

Hjemmesiden: Her kan du altid læse referater fra vores bestyrelsesmøder. På den måde kan du altid være opdateret på, hvad vi er i gang med.

Facebook: Husk også at følge os på Facebook. Der er mange nye aktiviteter.

Pindle: Her kan du kan se vore aktiviteter.