

Fietsbuddy's

■ □ □ □ □ KOSTPRIJS

■ ■ □ □ □ MOEILIKHEID

Voor velen onder ons lijkt fietsen o zo evident. We halen ons stalen ros van stal om onze dagelijkse boodschappen te doen of voor een familiefietstochtje op zondag. Maar voor heel wat mensen - vaak uit kansengroepen - is dit niet zo vanzelfsprekend. Ze voelen zich te onzeker om in groep of in druk verkeer te fietsen of leerden het in sommige gevallen zelfs nooit. En het zijn deze mensen die kwetsbaar zijn om in isolement te verglijden.

Met jouw *Curieus*afdeling kan je een team fietsbuddy's op de been brengen, die deze mensen de nodige zelfzekerheid kan geven om er met de fiets op uit te trekken. Sociaal contact en ontmoeting staan centraal bij de Fietsbuddy's van *Curieus*.

Hoe begin je eraan?

- **Samenwerken is een must bij deze activiteit**
 - Met het plaatselijke OCMW of de integratiedienst. Mobiliteit is een kwetsbaar punt bij vele mensen uit de kansengroepen, dus zijn er al heel wat OCMW's die zelf een fietsprogramma aanbieden. De Fietsbuddy's van *Curieus* kunnen daarop een perfecte aanvulling zijn.
 - Pluis even uit welke andere lokale fietsinitiatieven er al in je eigen streek bestaan. Daaraan kan je eventueel je karretje haken.
- **Zoek in je kennissenkring of bij je afdeling mensen die tijd willen vrijmaken om regelmatig een fietsleerling op sleeptouw te nemen.** Je kan je oproep voor fietsbuddy's ook lanceren in de regionale krant of via de sociale media. Begin stap voor stap (of eerder trap voor trap), maar hou altijd je doel voor ogen. Dat doel? **Je wil dat jouw fietsleerling na verloop van tijd genoeg zelfvertrouwen heeft getankt om de fiets te nemen en boodschappen te doen, de kinderen van school af te halen, deel te nemen aan een fietstocht van *Curieus* en er nieuwe contacten te leggen...** Begin met rustige routes op fietspaden die gescheiden zijn van de autoweg. Spreek na enige tijd ook af met andere fietsduo's om samen fietstochten te ondernemen.
- Denk ook even na over een fijne uitwisseling (**taaluitwisseling** bijvoorbeeld). Terwijl een fietsbuddy zijn fietsleerling een *shot* zelfvertrouwen geeft om te fietsen, kan deze een nieuwe taal leren (kennen) van zijn/haar fietsleerling. Bij elk sociaal contact kan je elkaar verrijken, zeker wanneer je geen gemeenschappelijke moedertaal deelt.
- Met je *Curieus*afdeling kan je een **fietsroute** uitwerken langs mooie verborgen plekjes die je aanduidt op een stadsplan. Zo kan elk duo er op zijn eigen ritme op uit trekken. Of organiseer na verloop van tijd een **fietstocht**. Moedig je fietsbuddy's aan om tijdens deze fietstocht samen

te blijven met zijn/haar fietsleerling. Verbondenheid en sociaal contact zijn cruciaal bij dit project.

Hou rekening met

- Hou er rekening mee dat er mensen zijn die nooit leerden fietsen. Eventueel kan je op zoek gaan naar een fietsleraar die ter voorbereiding enkele échte fietslessen geeft.
- Hou een EHBO-kistje en een fietspech-verhelp-set bij de hand. Fluohesjes zijn geen overbodige luxe. Informeer even bij je provinciaal secretariaat of ze er geen op overschot hebben.
- Niet alle fietsleerlingen zullen over een eigen fiets beschikken. Informeer even bij buurtverenigingen of je eigen afdelingen wie een goede fiets op overschot heeft. Misschien is de kringloopwinkel of een lokale fietshandelaar wel gecharmeerd door de Fietsbuddy's van *Curieus*.
- Denk ook even na over gelijkaardige initiatieven (zwembuddy's bijvoorbeeld).

Over de kostprijs

- Als je geen extra fietsen vindt binnen je eigen kennissenkring, kan je uitkijken naar fietsen om te huren.
- Hou onderweg even halt voor een hapje en een drankje. Dat brengt de tongen net iets makkelijker los.

Over de medewerkers

Met enkele *Curieus*vrijwilligers kan je al heel wat bereiken. Puur engagement en wat tijd kunnen vrij maken, zijn onontbeerlijk.

De grote uitdaging ligt erin om telkens een fietsleerling en fietsbuddy te koppelen die elkaar oprecht graag hebben. Met dit project wil je niet alleen leren fietsen, je wil ook banden smeden en mensen uit hun isolement halen.

Wil je graag zelf een Curieusactiviteit organiseren?

Meewerken aan één van onze projecten? Of aansluiten bij een Curieusgroep? Welkom!

[Vrijwilliger worden](https://www.geniaallokaal.be/vrijwilliger-worden) (https://www.geniaallokaal.be/vrijwilliger-worden)