

# Retten til vind i håret

---

**Det, der begyndte som kærlighed**  
til cykling og almindelig med-  
menneskelig nysgerrig, er vokset til en  
verdensomspændende organisation for  
Ole Kassow og hans frivillige  
netværk “Cykling uden alder”

---

*Ole Kassow sammen med Thorkild Thim  
på 98, der var den direkte inspiration til  
at starte projektet “Cykling uden alder.”  
Pr-foto (Mikael Colville-Andersen)*







---

Af Sofie Rud, New York

---

Ole Kassow er blevet ramt en af succes som ville gøre en hvilken som helst entreprenør grøn af misundelse. På få år har hans organisation Cykling uden alder, bredt sig fra København til 27 lande over hele verden.

“Kernen i Cykling uden alder er at skabe gode oplevelser. Jeg tænker på mig selv som rejsende i generøsitet og medmenneskelighed. Når man skaber en lykkefølelse hos andre mennesker, oplever man den også selv,” fortæller Ole Kassow, som i sit professionelle liv driver en konsulentvirksomhed med fokus at skabe formål med virksomheders ledelse og drift.

Ideen til Cykling uden alder kom for fire år siden på Ole Kassows daglige cykeltur på vej til arbejde fra hjemmet på Østerbro i København og var snublende enkel. Kassow elsker at cykle og inspireret af en ældre herre, Thorkild, som sad på en bænk, som Kassow cyklede forbi hver dag, lejede han i en periode på over et halvt år en ladcykel og begyndte at køre søndagsture med sin inspirationskilde og andre beboere på et nærliggende ældrecenter.

“Mange steder skærer man ned på alt det, der ikke kaldes kerneydelser i ældreplejen. Mad og bad og rengøring skal selvfølgelig grundlæggende være på plads, men nærvær og medmenneskelighed burde jo i lige så høj grad være kerneydelser,” mener Ole Kassow.

### Hurtigt behov for flere cykler

Snart var hans cykeludflugter i weekenderne så populære, at hans egne ben på en enkelt cykel ikke var nok til at tilfredsstille de mange ældre mennesker, gerne ville ud på tur og få en snak og vind i håret.

I første omgang fik han opbakning af Københavns kommune til at skaffe flere cykler og folk, der kunne hjælpe med det praktiske og stiftede derefter foreningen sammen med sin medstifter Dorthe Pedersen.

Men efterspørgslen fra både cykel-entusiaster og den professionelle ældrepleje voksede så hurtigt og voldsomt, at Ole Kassow var nødt til at definere et egentligt koncept og skabe en organisation for at sikre, at hans oprindelige ide om medmenneskelighed og samvær på tværs af generationer, ikke løb af sporet.

Strukturen er derfor i dag, at frivillige mennesker i lokalområder eller ansatte på plejehjem

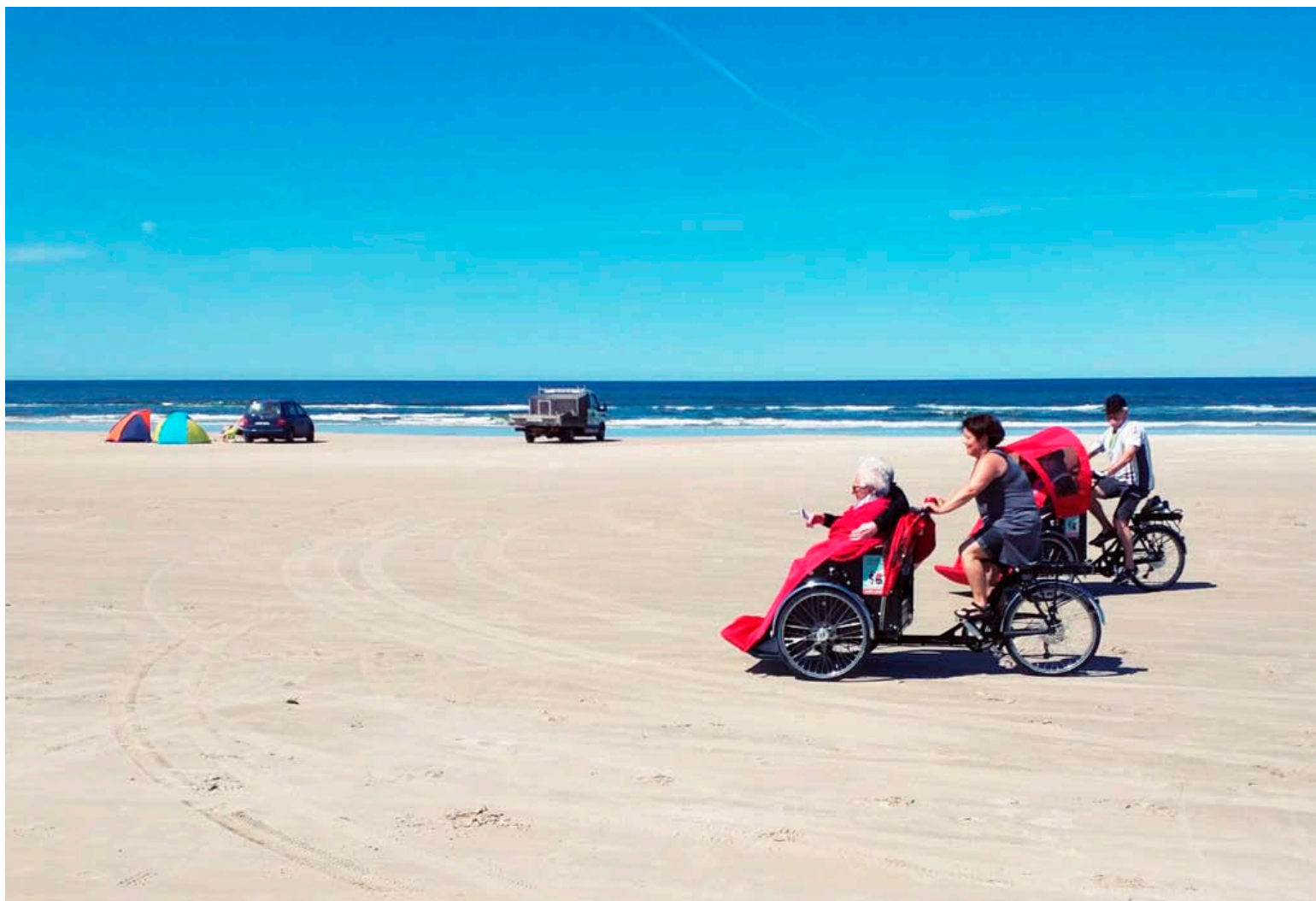
# 200

lokalforeninger over hele verden har  
cykling uden alder stået bag siden  
etableringen i 2013

eller i ældresektoren kan oprette en lokal version af Cykling uden alder og købe en licens med ret til at bruge navnet og logoet. Et minikursus uddanner de enkelte frivillige til cykel-piloter og pengene fra licenserne går til administration og logistik med foreløbig seks personer på kontoret i København.

Efter at Ole Kassow holdt en TED-talk om sin ide, begyndte e-mails og henvendelser at strømme ind fra hele verden. I øjeblikket får han cirka ti nye henvendelser om ugen fra alle steder på kloden.

“Vi har ikke gjort noget særligt for at udbrede konceptet. Det har bredt sig via mund til mund-metoden,” fortæller han.



**»Amerikanerne er generelt supergode til at blive begejstrede. Vi har mødt mange åndsfæller herovre, der virkelig kan få ting til at ske«**

I Danmark er cykling uden alder tilstede i 66 kommuner med mere end 650 cykler.

### **Foreløbig 25 afdelinger i USA**

På verdensplan giver over 200 lokalafdelinger med cirka 1000 cykler mere end 100.000 ældre mennesker mulighed for en cykeltur. I den forgangne uge har Ole Kassow været i Schweiz for at sætte gang i ni nye afdelinger, mens organisationen, som er non profit, også vokser støt i USA, indtil videre med 25 lokalafdelinger:

“Amerikanerne er generelt supergode til at blive begejstrede. Vi har mødt mange åndsfæller herovre, der virkelig kan få ting til at ske,” fortæller Ole Kassow over en kop kaffe i New York på vej hjem fra et møde med Cycling Without Age’s afdeling i Washington.

Den overraskende succes åbner nye muligheder, men stiller også krav til Ole Kassows ►

# »Jeg ville elske at kunne skabe et markant aftryk i form af bedre byer med flere cykler og mere medmenneskelighed mellem generationerne«

◀ cykel-organisation. På den ene side, vil han gerne holde snor i konceptet, men hele bevægelsen skabes og vokser kun i kraft af frivillige med samme begejstring for ideen:

“Vi ønsker ikke at skabe en stor dikterende organisation. Vi mener ikke, vi har fundet de vises sten, som vi skal presse ned i halsen på nogen. Der er mange mulige smagsvarianter i det her. Men omvendt bliver vi nødt til at sikre en bæredygtig udvikling, holde snor i økonomien og arbejde med, hvordan vi kan skalere vores organisation,” forklarer Ole Kassow.

En helt konkret udfordring er at få cykler nok fra Danmark til alle dele af f.eks. USA. Lige nu bliver de sejlet over Atlanten i et stykke, hvilket bringer prisen op i nærheden af 45.000 danske kroner pr. cykel. Den udgift kan måske bringes ned, hvis Ole Kassow kan finde en samarbejdspartner i USA, som kan samle cyklerne på amerikansk jord og

dermed spare penge på transporten.

## **Indtager mindre medicin**

Samtidig har også amerikanerne oplevet at de ældre mennesker, der kommer ud at cykle, oplever stigende appetit, indtager mindre medicin og bliver gladere. Det har affødt, at et forskerhold på et universitet i Wisconsin nu har indledt en undersøgelse af effekterne af det danske cykelinitiativ, fortæller han.

Og det glæder Ole Kassow, der ikke kun elsker at cykle.

“Jeg ville elske at kunne skabe et markant aftryk i form af bedre byer med flere cykler og mere medmenneskelighed mellem generationerne,” siger fortælle Ole Kassow med en blanding af ydmyghed og overraskelse over, hvad der kan ske, fordi man en dag beslutter sig for at invitere på en cykeltur i København. ■

# International bestyrelse skal sikre sund vækst i Cykling uden alder

AF Sofie Rud, New York

Den danske non-profitorganisation Cykling uden alder har samlet en international bestyrelse som skal styre de globale aktiviteter, fortæller Ole Kassow, som stiftede organisationen i 2013.

“Vi har behov for en professionel bestyrelse, der overordnet kan hjælpe med den udvikling vi ser i de enkelte lande, f.eks Frankrig, USA og Sverige, som på mange områder ser anderledes ud end i Danmark,” siger Ole Kassow.

Cykling uden alder samler både cykel-entusiaster og professionelle fra ældresektoren om at tilbyde cykelture til ældre mennesker. Formålet er at skabe nærvær og gode oplevelser på tværs af generationerne. På få år har organisationen bredt sig til 27 lande og med succes følger nye udfordringer, muligheder og ideer, blandt i USA, fortæller Ole Kassow.

“Vi bliver nødt til at arbejde yderst professionelt med både økonomiske, juridiske og organisatoriske aspekter så Cycling Without Age kan vokse på en holdbar måde,” forklarer han.

## 1000 dollar for en licens

Forretningsmodellen går ud på, at frivillige starter deres egne lokalafdelinger og betaler for en licens til at bruge navnet, logo og platformen med vidensdeling og praktisk vejledning. Prisen for en licens i USA er ca. 1000 dollar eller 6500 kr. 5000 dollar for en hel by, mens private ildsjæle og amerikanske plejehjem som har en særlig økonomisk status, fordi de ikke har store økonomiske midler, får licensen gratis. Ud over det skal de lokale afdelinger selv skaffe penge til cyklerne som koster ca. 45.000 kr. pr. stk.

Udgangspunktet for Cykling uden alder, er at cykelturene skal være gratis for de ældre brugere og sådan skal det fortsat være, understreger Ole Kassow. Men efterhånden som cykel-



“Vi bliver nødt til at arbejde yderst professionelt med både økonomiske, juridiske og organisatoriske aspekter så Cycling Without Age kan vokse på en holdbar måde,” siger Ole Kassow. Pr-foto

fællesskabet vokser, vokser både opgaver men også muligheder, der på mange måder ligner det man ser i mange nye start ups i teknologi-sektoren.

“Spørgsmålet for os er blandt andet, hvor vi står om tre år med så mange mennesker over hele kloden, der er samlet om den her ide. Hvilke muligheder giver det os for at sætte et positivt aftryk på beslægtede brancher, som f.eks. ældreplejen eller bæredygtig udvikling i trafikken i byerne,” siger Ole Kassow.

I den nye internationale bestyrelse sidder blandt andre Søren Stig, Rådgiver og investor bag den danske start-up Be My Eyes og Lisa Dubost, som var en af grundlæggerne af Airbnb. ■