



### Nu kan beboerne på Birkebo Plejehjem få en cykeltur

"Cykling uden Alder" har fået endnu et plejehjem med på pedalerne.

Som det tredje plejehjem i Helsingør kan Plejehjemmet Birkebo ved Hellebo Park nu også tilbyde nogle af de ældre en cykeltur ud i det blå. Bestyrelsen har fundet midlerne til indkøb af en cykelrickshaw, og nu er den ankommet.

I ventetiden har "cykelkaptajn" Henrik Norrild fra foreningen Cykling uden Alder holdt tre aftenmøder med beboere og pårørende for at fortælle om de nye muligheder for en ekstra oplevelse. Desuden har forstander Lotte Hermansen og nogle af medarbejderne lært at bruge cyklen.

- Her i vinter er det for koldt for mange ældre, men med varmt tøj og godt polstret med uldtæpper kan det godt lade sig gøre at komme lidt omkring. Og forventningens glæde var til at mærke, da jeg fortalte om køreture ned i byens gader og ud omkring Kronborg, fortæller Henrik Norrild.

- Ellers er det blot at vente på foråret, tilføjer han - med fuglekvidder og synet og duften af den lysegrønne bøgeskov.

Ud over de ture, som plejehjemmet selv vil stå for, arrangerer de frivillige "cykelpiloter" i Cykling uden Alder fire årlige fællesture med besøg hos hinanden. De to andre plejehjem i ordningen er Kristinehøj og Grønnehaven.