

En Bici Sin Edad

Paseos en triciclos adaptados

En Bici Sin Edad

<https://enbicisinedad.org/>
ebseespana@gmail.com



1. BREVE DESCRIPCIÓN EXPERIENCIA

La asociación “En Bici Sin Edad” es parte de un movimiento social internacional —inspirado en el proyecto *Cycling Without Age*, creado en Copenhague en 2012— cuyo objetivo principal es mejorar la calidad de vida de personas mayores, con dependencia o con movilidad reducida mediante paseos en bicicleta adaptada.

Ofrece **paseos gratuitos en triciclos adaptados** (con asistencia eléctrica) donde personas voluntarias son quienes pilotan y acompañan a los pasajeros. Estos paseos permiten que quienes ya no pueden montar en bici por sí mismos puedan volver a experimentar el placer de pedalear y sentir el aire en la cara.

Persigue varios fines sociales y humanos:

- **Integración y participación social:** fomenta que las personas mayores o con discapacidad continúen conectadas con su comunidad y entorno urbano.
- **Vínculos intergeneracionales:** al interactuar con voluntarios de diferentes edades, se generan relaciones humanas y conversaciones valiosas.
- **Bienestar emocional y salud mental:** combatir la soledad, aumentar la autoestima y ofrecer momentos de disfrute al aire libre.
- **Movilidad sostenible:** al usar triciclos en lugar de vehículos motorizados también promueve una forma de transporte respetuosa con el medio ambiente.

Se basa en voluntariado, donde personas formadas conducen los triciclos y acompañan a los pasajeros.

Muchas asociaciones locales se han sumado al movimiento en distintas ciudades españolas, colaborando con residencias, centros de día y otros colectivos. Además, el proyecto suele integrar cursos de formación, charlas y actividades para dar visibilidad a la iniciativa.

2. ÁMBITO TERRITORIAL

Local	X
Provincial	
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región):	
Estatad	
Unión Europea/ Internacional	X

Ámbito de actuación:

La experiencia tiene ámbito local, muy pegada al territorio y a la comunidad, pero integrada en una red nacional e internacional que amplifica su impacto. Cada ruta se adapta a las necesidades y ritmo de cada persona, priorizando la seguridad, la calma y el disfrute del entorno.

Los paseos se realizan en triciclos eléctricos adaptados para dos pasajeros, conducidos por personas voluntarias (pilotos) con formación para llevarlo a cabo, que dedican su tiempo a acompañar a quienes más lo necesitan. Durante el recorrido, los usuarios disfrutan de un paseo tranquilo por el entorno rural o urbano, respirando aire fresco, conversando y redescubriendo rincones familiares desde una nueva perspectiva.

RURALIZABLE

☒ Sí ☐ No

“En Bici Sin Edad” es una experiencia plenamente ruralizable y tiene un gran potencial en entornos rurales porque no solo ofrece más seguridad, menos ruidos, ritmos más lentos y una experiencia más emocional, también porque combate la soledad rural, refuerza la vida comunitaria y pone en valor el entorno rural y la identidad local.

3. LUGAR DE DESARROLLO

Estatad	
Autonómico: Cataluña	X
Provincial: San Sebastián	
Agrupación de municipios	
Local: Zaragoza,Corella,Albacete,Torrent,S.C.La Laguna, Las Palmas de Gran Canaria,Vitoria,Guadassuar, Lanzarote,Cambre,Barakaldo,Estella, Irún,Tudela,Málaga,Nalda, San Sebastián, Funes, Zamora...	X
Otros	

4. PERSONAS PARTICIPANTE

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	X
Familias	
Profesionales	
Sociedad en general	X
Otros	

La experiencia está destinada principalmente a **personas mayores y/o con discapacidad**, tanto residentes en residencias como residentes en sus domicilios, así como asociaciones de afectados por enfermedades.

También, indirectamente se dirige a personas **voluntarias** que quieran ser los pilotos de los triciclos fomentando el compromiso social y las relaciones intergeneracionales.

5. ESTADO DE LA EXPERIENCIA

En desarrollo	
En funcionamiento	X
Finalizada	

Actualmente, está activa en más de 450 ciudades repartidas en 37 de países. Concretamente en España, son más de 20 las ciudades que han puesto en marcha esta experiencia y permanece abierta para que cualquier persona o grupo interesado se una. Además, el equipo de “En Bici Sin Edad” informará sobre cómo: iniciar un capítulo de “En Bici Sin Edad” en tu ciudad o municipio, participar como voluntario/a (piloto), pedir un triciclo, entre otras cuestiones.

6. REFERENCIA O FUENTE

- Sitio web España: <https://enbicisinedad.org/>
- Sitio web Internacional: <https://cyclingwithoutage.org/>

LINKS DE INTERÉS

- Video explicativo: https://www.youtube.com/watch?v=9_DYVHIFbPg
- Mapa buscador: <https://enbicisinedad.org/espana/>