

Aktion "Mit dem Rad zur Arbeit" startet ins Jahr 2010

Mehr Menschen müssen zum Umstieg aufs Rad motiviert werden

Stuttgart, den 18.05.2010. Mehr als 300.000 Baden-Württemberger nutzen laut Statistik ihr Fahrrad, um damit zur Arbeit zu kommen. Für die Partner der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ eine gute Quote, die jedoch weiter ausgebaut werden muss. Um noch mehr Menschen für den Umstieg aufs Rad zu motivieren, startet deshalb am 1. Juni unter der Schirmherrschaft von Arbeits- und Sozialministerin Dr. Monika Stolz zum sechsten Mal die Gemeinschaftsaktion von AOK Baden-Württemberg, Allgemeinem Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) und der Radsportverbände in Baden-Württemberg. Der Auftakt findet am Mittwoch (19.05.2010) in Karlsruhe statt.

Für Ministerin Stolz geht es bei der Aktion nicht nur um die Schonung der Umwelt. „In Deutschland sind 66 Prozent der Männer und 51 Prozent der Frauen im Alter zwischen 18 und 80 Jahren übergewichtig. Wir müssen hier gegensteuern.“ Übergewicht könne Folgeerkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck oder orthopädische und psychosoziale Erkrankungen nach sich ziehen. „Allerdings“, so Stolz, „kann man Bewegung und Aktivität nicht einfach verschreiben, man muss dazu motivieren.“

„Menschen zu mehr Bewegung zu motivieren ist ein Hauptanliegen der AOK Baden-Württemberg“, erklärt Dr. Rolf Hoberg, Vorstandsvorsitzender der AOK Baden-

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg

Pressestelle

Presselstr. 19

70191 Stuttgart

Telefon 0711 2593 - 229

Telefax 0711 2593 - 100

E-Mail presse@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de

Württemberg. Das Fahrrad habe zwar bereits seinen festen Platz als Freizeit- und Sportgerät. „Als Verkehrsmittel für den Weg zur Arbeit müssen wir es aber noch stärker ins Bewusstsein rücken.“ Einen Weg dazu sieht Hoberg in der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“, die mithelfen soll, die Gesundheit im Lande zu verbessern! „Schon 30 Minuten tägliches Radfahren fördert die Gesundheit, weil es Herz und Kreislauf stärkt, sich positiv auf den Fettstoffwechsel auswirkt und die Ausdauer verbessert.“

Die ADFC-Landesvorsitzende Dr. Gudrun Zühlke fordert für alle Radfahrer bessere Strukturen: „Wenn motivierte Radfahrer an ihrer Arbeitsstätte gute Fahrradabstellplätze und Duschen vorfinden, macht das Radfahren zur Arbeit noch mal so viel Spaß!“ Der ADFC setzt sich deshalb seit Jahren dafür ein, Betriebe fahrradfreundlicher zu machen und berät Firmen. Zühlke: „Dabei sind nicht nur die Mitarbeiter, sondern auch die Firmen die Gewinner. Gesunde und fitte Mitarbeiter verfügen über mehr Leistungsbereitschaft, Motivation und Dynamik und sorgen für einen geringeren Krankenstand.“

Der ADFC hilft Rad-Aufsteigern bei Bedarf auch mit einer Streckenberatung: Wer seine optimale Radstrecke zur Arbeit noch nicht kennt, dem hilft der ADFC weiter. Mit der ADFC-Streckenberatung für Radfahrer bekommen Interessierte individuell ihre Strecke vom Wohnort zur Arbeit ausgearbeitet und auf einer 1:50.000-Karte eingezeichnet. Zusätzlich gibt es nützliche Tipps für den Fahrrad-Alltag.

Günter Riemer, der Präsident des Württembergischen Radsportverbandes, führt für die Aktion ein typisch schwäbisches Argument ins Feld: Wer radelt, spart Sprit, spricht, zahlt nichts. Und der Umwelt bleiben Abgase und Feinstaub erspart, die auf

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg

Pressestelle

Presselstr. 19

70191 Stuttgart

Telefon 0711 2593 - 229

Telefax 0711 2593 - 100

E-Mail presse@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de

Kurzstrecken besonders stark ausgestoßen werden: „Strecken bis zu zehn Kilometer zwischen Wohnung und Arbeitsstätte sind ideal, um jeden Tag klimaschonend, spritsparend und gesundheitsfördernd unterwegs zu sein“, sagt Riemer.

Die Aktion "Mit dem Rad zur Arbeit" findet in der Zeit vom 1. Juni bis 31. August in ganz Deutschland statt. Jeder, der sein Fahrrad im Aktionszeitraum an mindestens 20 Tagen für den Weg zur Arbeit nutzt, kann mitmachen. Hoberg: „Den Aktionskalender gibt es bei der AOK oder im Internet.“ Damit könne jeder Teilnehmer seine Fahrten zur Arbeit tagesgenau eintragen und dazu noch mit etwas Glück einen der vielen Einzel- oder Teampreise gewinnen. Erstmals gibt es unter www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de auch einen CO₂ -Rechner. So kann man ganz leicht berechnen, wie viel CO₂ gespart wird, wenn man mit dem Rad statt dem Auto zur Arbeit fährt.

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg

Pressestelle

Presselstr. 19

70191 Stuttgart

Telefon 0711 2593 - 229

Telefax 0711 2593 - 100

E-Mail presse@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de