

## Gemeinsame Pressemitteilung

### Landesweite Mitmach-Aktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ startet am 1. Mai: Sprit sparen, Klima schützen und Fitness steigern

Kiel (27.04.2023). Gesundheit tanken statt Benzin: Die diesjährige landesweite Sommeraktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ von ADFC und AOK NordWest wurde heute bei den Stadtwerken Kiel offiziell mit Fahrradklingeln eingeläutet. Die Organisatoren laden alle Schleswig-Holsteinerinnen und Schleswig-Holsteiner ein, zwischen dem 1. Mai und 31. August das Auto stehen zu lassen und an mindestens 20 Arbeitstagen mit dem Rad zur Arbeit zu fahren. Die Schirmherrschaft für die Aktion hat Landes-Verkehrsminister Claus Ruhe Madsen übernommen. „Mehr Fahrrad in den Alltag bringen, häufiger auf den Sattel steigen und den eigenen Arbeitsweg zur Radstrecke machen. Das bringt in vielerlei Hinsicht Vorteile mit sich“, sagt AOK-Landesdirektorin Iris Kröner zum Start der Aktion heute in Kiel. Denn jeder mit dem Fahrrad gefahrene Kilometer spare Sprit, steigere die persönliche Fitness und den Kalorienverbrauch und sei gleichzeitig ein aktiver Beitrag zum Klimaschutz.

Auch Menschen, die im Homeoffice arbeiten, können sich erneut an der Mitmachaktion beteiligen und so den wichtigen gesundheitlichen Ausgleich zur täglichen Schreibtischarbeit in den eigenen vier Wänden schaffen. Es können dann einfach ‚Fitness-Fahrten‘ wie in der Mittagspause in den Aktionskalender eingetragen werden.

#### Fahrradfahren liegt im Trend

Der Trend zum vermehrten Fahrradfahren hat durch die Corona-Pandemie deutlich zugenommen. Laut Zweirad-Industrie-Verband (ZIV) wurden im ersten Jahr 2020 der Pandemie in Deutschland rund 700.000 Fahrräder mehr verkauft als im Vorjahr. Allein in 2022 beträgt die Gesamtstückzahl verkaufter Fahrräder 4,6 Millionen. Wie beliebt das Radfahren auch in Schleswig-Holstein ist, zeigen die stets ansteigenden Zahlen bei der Aktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘. Allein im vergangenen Jahr beteiligten sich über 6.200 Menschen daran. Vor Arbeitsbeginn, zwischendurch oder nach Feierabend etwas für die eigene Gesundheit tun, lautet das Motto.

#### Beitrag zur Verkehrswende leisten

„Mit dem Rad zur Arbeit zu fahren fördert nicht nur die Gesundheit, jede\*r kann damit auch einen Beitrag zur Verkehrswende leisten - und gleichzeitig den eigenen Geldbeutel entlasten. In diesem Jahr ergeben sich neue Möglichkeiten über das Deutschlandticket (49 Euro-Ticket). Im Umweltverbund mit dem ÖPNV übernimmt das Fahrrad den ‚letzten Kilometer‘ vom Wohnort

zum Bahnhof beziehungsweise vom Bahnhof zum Arbeitsplatz. Arbeitgeber\*innen können hier mit Jobtickets und vor allem mit guten Fahrrad-Abstellmöglichkeiten am Arbeitsplatz unterstützen“, sagt **ADFC-Landesvorsitzende Stephanie Meyer**. Auch Pendler können selbstverständlich mitmachen, die das Rad für eine Teilstrecke bis zur Bus- oder Bahnhaltestelle nutzen. Teilnehmen können sowohl Einzelfahrer als auch Radler-Teams mit bis zu vier Personen.

### **Radfahren im Unternehmen ist ein Gewinn**

„Radfahren im Unternehmen zu fördern ist für uns in vielfacher Hinsicht ein Gewinn. Wir schonen einerseits die Umwelt durch weniger CO<sub>2</sub>-Ausstoß und Lärm vom Autoverkehr, andererseits stärken wir die Gesundheit der Belegschaft. Daher passt diese Aktion optimal zu unserem betrieblichen Engagement, das Klima zu schützen und unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fit zu halten. Denn gesunde und motivierte Beschäftigte sorgen für ein gutes Arbeitsklima und sind Basis für eine gute und erfolgreiche Arbeit“, erläutert **Frank Meier, Vorstandsvorsitzender der Stadtwerke Kiel**, den Hintergrund der Teilnahme an der Radfahr-Aktion.

### **Radfahren stärkt das Herz-Kreislauf- und Immunsystem**

„Wer in die Pedale tritt, profitiert von den gleichen Vorteilen anderer Ausdauersportarten, wie zum Beispiel einer Stärkung des Herz-Kreislauf- und des Immunsystems“, sagt **AOK-Landesdirektorin Iris Kröner**. Das Gewicht des Körpers liegt bis zu 80 Prozent im Sattel, das belastet die Kniegelenke weniger als etwa das Joggen. Und bereits durch eine halbe Stunde Bewegung am Tag sinkt das Risiko, an Diabetes oder Bluthochdruck zu erkranken. Außerdem entspannt Fahrradfahren und baut Stress ab. Dazu wollen AOK NordWest und der ADFC mit ihrer gemeinsamen Aktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ gern beitragen und die Menschen zur Teilnahme motivieren.

### **Verkehrsminister Madsen zum Radverkehr: „Jetzt noch eine Schippe drauflegen“**

„Der Radverkehr in Schleswig-Holstein ist auf einem richtig guten Weg. Das zeigt eine erste Auswertung der Ziele unserer Radstrategie 2030. Jetzt heißt es noch eine Schippe drauflegen, um die gute Entwicklung fortzusetzen. Eine Schlüsselrolle nehmen dabei Investitionen in den Radverkehr ein. Mit zusätzlich 20 Millionen Euro pro Jahr hat die Landesregierung beste Voraussetzungen geschaffen, um dem Radverkehr noch einen Schub zu geben. Das ist ein großartiges Zeichen und gibt Rückenwind für unsere ambitionierten Ziele. Mehr Menschen aufs Rad zu bekommen, ist eines unserer großen Ziele. Besonders Alltags- und Arbeitswege bieten hier noch immer große Potenziale. Das Fahrrad ist eine umweltfreundliche, gesunde und kostengünstige Alternative zum Auto. Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber können hier mit gutem Vorbild voran gehen. Das Land als Arbeitgeber hat das mit dem Dienstrad-Leasing getan. Der große Erfolg zeigt, dass viele Menschen umsteigen wollen. Schon jetzt wurden mehr als 1.700 Fahrräder übergeben, viele weitere stehen zur Abholung bereit, die Tendenz ist steigend“, so **Landesverkehrsminister Claus Ruhe Madsen**.

Neben mehr Gesundheit und Umweltschutz warten auf die Teilnehmer auch attraktive Preise, die von Drittfirmen gespendet wurden. Darunter sind hochwertige Fahrräder und Fahrradzubehör. Ab sofort sind die Teilnahmeunterlagen im Internet unter [www.mdrza.de](http://www.mdrza.de) abrufbar.

**Gesprächspartner für die Presse:**

Jens Kuschel, Pressesprecher  
AOK NordWest  
Edisonstraße 70, 24145 Kiel  
Telefon: 0800 2655-505528,  
E-Mail: [presse@nw.aok.de](mailto:presse@nw.aok.de)