



**FREUDE.  
JOY.  
JOIE.  
BONN.**



## **Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ 2017 startet am 1. Mai**

### **Neu: Mit dem Rad zur Uni – Schirmherr Bundesanstalt für Immobilienaufgaben**

**Bonn/Siegburg.** – Schon zum 14. Mal startet in der Region die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ (MdRZA), zur der die AOK Rheinland/Hamburg, der ADFC Bonn/Rhein-Sieg und die Stadt Bonn aufrufen. Bei der Aktion geht es darum, Beschäftigte von Betrieben und Behörden in Bonn, dem Rhein-Sieg-Kreis und im Kreis Euskirchen anzuregen, den Weg zur Arbeit mit dem Rad zu testen. Neu in diesem Jahr: Erstmals wird die Aktion auch auf Studenten ausgeweitet. Unter dem Motto „Mit dem Rad zur Uni“ können also auch die Studierenden der Uni Bonn, der Hochschule Bonn/Rhein-Sieg, der Alanus-Hochschule Alter und aller anderen Hochschulen in der Region teilnehmen.

Die Teilnehmer sollten im Aktionszeitraum zwischen dem 1. Mai und 31. August 2017 (Studierende bis 31. Juli) an mindestens 20 Tagen den Weg zur Arbeit oder zur Hochschule mit dem Fahrrad zurücklegen. Gerne kann ein Teil des Weges auch mit Bus und Bahn kombiniert werden. Wird das geschafft, nehmen die Teilnehmer an der Verlosung attraktiver Preise teil, die Kooperationspartner sponsern. Monatlich gibt es zusätzlich ein hochwertiges JobRad zu gewinnen.

Geradelt werden kann in Teams von bis zu vier Personen, aber auch die Teilnahme als Einzelperson ist möglich. Die Teams können unabhängig voneinander fahren, müssen aber demselben Unternehmen angehören. Studenten melden sich grundsätzlich als Einzelfahrer an. Informationen zur Aktion gibt es unter [mit-dem-rad-zur-arbeit.de](http://mit-dem-rad-zur-arbeit.de) und [mit-dem-rad-zur-uni.de](http://mit-dem-rad-zur-uni.de).

Die Schirmherrschaft 2017 hat die Bundesanstalt für Immobilienaufgaben (BImA) in Bonn übernommen. Sie ist die zentrale Dienstleisterin für Immobilien des Bundes und nimmt seit 2009 an der Aktion teil. Im vergangenen Jahr sind 48 Mitarbeiter mit dem Rad zur Zentrale im Bonner Norden geradelt, das waren fast zehn Prozent der Beschäftigten am Standort Bonn.

Die fleißigen Radfahrer der Bundesanstalt waren auch bei Regenwetter gut gerüstet. Dafür hatte Ihr Arbeitgeber gesorgt, denn jeder Teilnehmer der Aktion erhielt einen Regenponcho. Dr. Jürgen Gehb, Vorstandssprecher der Bundesanstalt für Immobilienaufgaben, ist gerne Schirmherr der Aktion: „Ich habe die Schirmherrschaft übernommen, weil ich die Gesundheitsaktion von AOK und ADFC begrüße. Als Chef der BImA liegt mir natürlich auch die Gesundheit unserer Beschäftigten am Herzen und Radfahren ist nun einmal gesund.“

Jürgen Engels, Regionaldirektor der AOK Rheinland/Hamburg für Bonn und den Rhein-Sieg-Kreis, freut sich über die positive Resonanz in der Region: „Seit Jahren nutzen die



**FREUDE.  
JOY.  
JOIE.  
BONN.**



Unternehmen die Radelaktion zur betrieblichen Gesundheitsförderung. 2016 waren Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von mehr als 280 Unternehmen, Behörden und öffentlichen Einrichtungen beteiligt.“

Für den ADFC ist die Aktion Anlass dafür, die Politik in der Region aufzufordern, mehr für den Radverkehr zu tun. „Wenn auf den Berufsverkehr geschaut wird, dann meist auf verstopfte Straßen. In der Region wird jedoch viel zu wenig für die Berufspendler getan, die aufs Rad umsteigen wollen“, so ADFC-Vorsitzende Annette Quaedvlieg. „Die Politik muss den Autofahrern attraktive Alternativen anbieten, und das sind beispielsweise Radschnellwege.“ Das gilt besonders durch die Teilnahme der Hochschulen. Der Vorschlag eines Radschnellweges zwischen Alfter über Bonn nach Siegburg würde immerhin die Hochschulen in Alfter, Bonn und Sankt Augustin direkt verbinden.

Die Aktion will zeigen, dass viele Arbeitnehmer aber auch schon jetzt die Möglichkeit haben, auf das Rad umzusteigen und etwas für die Gesundheit und den Stressabbau zu tun. „Viele Autofahrer kennen Nebenstrecken und Schleichwege gar nicht, über die sie ihr Unternehmen erreichen“, so ADFC-Vorstandsmitglied Gabriele Heix, die die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ für den ADFC koordiniert. „Deshalb ist es auch sinnvoll, dass die Arbeitnehmer im Team fahren können und so Tipps von erfahrenen Radlern bekommen können.“

Dass Radfahren gesund ist, wissen die meisten Menschen. Doch dass schon eine halbe Stunde Radfahren am Tag genügt, um das Risiko typischer Zivilisationskrankheiten wie Herzinfarkt, Übergewicht und Schlaganfälle zu reduzieren, ist kaum bekannt. Zudem führt das Radfahren auf dem Weg zur Arbeit zum Stressabbau, erst recht auf dem Weg nach Hause. Studien haben zudem ergeben, dass radelnde Mitarbeiter in Unternehmen signifikant weniger krank sind.

Unternehmen, die an der Kampagne teilnehmen wollen, haben 2017 zum ersten Mal die Möglichkeit, „Mit dem Rad zur Arbeit“ unter eigener Flagge mit Hilfe von MdRZA-Microsites durchzuführen. Alle wichtigen Informationen zur Anmeldung, Gewinnchancen und zu MdRZA-Microsites gibt es online unter [mit-dem-rad-zur-arbeit.de](http://mit-dem-rad-zur-arbeit.de). Ausfüll- und Einsendeschluss für die Aktionskalender ist der 18. September 2017.

**Ingrid Beckmann-Singerhoff**  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
AOK Rheinland/Hamburg  
Telefon: 02241 88 05-40  
[Ingrid.Beckmann-Singerhoff@rh.aok.de](mailto:Ingrid.Beckmann-Singerhoff@rh.aok.de)

**Axel Mörer-Funk**  
ADFC Bonn/Rhein-Sieg  
Telefon: (0228) 696 545  
mobil: 0170 40 37 880  
[presse@adfc-bonn.de](mailto:presse@adfc-bonn.de)

**Hintergrund:** 2280 Beschäftigte in mehr als 280 Unternehmen und Behörden haben sich 2016 an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis beteiligt. Die Region Bonn/Rhein-Sieg hatte damit mit Abstand die meisten Teilnehmer im Rheinland vor Köln (940), Essen/Mühlheim (545), Düsseldorf (537) sowie Mönchengladbach/Kreise Viersen-Heinsberg (520).