



# PRESSE-INFORMATION

Aktion für Firmen und Arbeitnehmer startet in die 15. Saison

## **Mit dem Rad zur Arbeit: Niedersachsen sattelt auf**

**Hannover, 23. April 2018.** Radfahren hat viele Vorzüge: Es ist gut für die Gesundheit, entlastet den Straßenverkehr und schützt die Umwelt. Um Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer zu motivieren, öfter mal das Auto stehen zu lassen und stattdessen auf das Zweirad zu steigen, haben AOK und ADFC das Gemeinschaftsprojekt „Mit dem Rad zur Arbeit“ ins Leben gerufen. Seit nunmehr 15 Jahren begleitet die Kampagne in den Sommermonaten mehr als 30.000 Menschen in Niedersachsen beim morgendlichen Muntermacher-Programm zum Arbeitsplatz.

Die Aktion läuft vom 1. Mai bis zum 31. August. Die Teilnahme ist für alle Berufstätigen kostenfrei. Die sportliche Herausforderung ist, an mindestens 20 Tagen den Arbeitsweg mit dem Fahrrad zu bestreiten und die gefahrene Distanz in den Aktionskalender einzutragen. Für Pendlerinnen und Pendler zählen auch Teilstrecken in Kombination mit Bus oder Bahn. Radbegeisterte können sich online auf [www.mdrza.de/nds](http://www.mdrza.de/nds) entweder einzeln oder als Team mit maximal vier Kolleginnen und Kollegen anmelden. Auf die Kilometerleistung kommt es dabei nicht an. Sieger sollen am Ende der Aktion die eigene Fitness und die Umwelt sein.

Das landesweite Projekt wird unterstützt vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, dem Deutschen Gewerkschaftsbund sowie den Unternehmerverbänden Niedersachsen.

Schirmherrin der Aktion ist **Sozialministerin Dr. Carola Reimann**. „Wer jetzt im Frühling auf das Rad umsteigt, genießt nicht nur die frische Luft, sondern tut auch seinem Körper etwas Gutes. Radfahren stärkt Herz, Lunge und Muskeln

und beugt Beschwerden durch Bewegungsmangel vor“, erläutert die Ministerin und ruft die Beschäftigten in Niedersachsen zum Mitmachen auf.

„Man muss kein Profisportler sein, um etwas für seine Fitness zu tun. Mit der täglichen Dosis Radfahren kommen Herz und Kreislauf ordentlich in Fahrt“, sagt **AOK-Vorstandsvorsitzender Dr. Jürgen Peter**.

**Volker Czech, stellvertretender Vorsitzender des ADFC Niedersachsen**, ergänzt: „Die Vorteile des Radfahrens liegen auf der Hand. Radfahren ist nicht nur gesund und umweltschonend, sondern macht auch Spaß! Zudem umfährt man mit dem Rad jeden Stau, was sich motivierend und positiv auf die Stimmung der Radfahrenden auswirkt.“

Unter allen eifrigen Radlerinnen und Radlern werden attraktive Einzel- und Teampreise verlost – beispielsweise Städtereisen, Sicherheitsschlösser, Radtaschen sowie eine Fahrt mit dem Heißluftballon.

Fünf Firmen, die sich besonders stark für ihre Rad fahrende Belegschaft engagieren – zum Beispiel mit Abstellanlagen für Räder oder Umkleieräume für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter –, haben zusätzlich die Chance, beim Sonderwettbewerb „Fahrradaktiver Betrieb“ eine Prämie von jeweils 1.000 Euro zu erhalten.

**Mehr Infos sowie monatliche Sonderverlosungen unter:**  
**[www.mdrza.de/nds](http://www.mdrza.de/nds)**



Pressekontakt:

- Uwe Hildebrandt, Pressesprecher Sozialministerium, Tel.: 0511/120-4057, [uwe.hildebrandt@ms.niedersachsen.de](mailto:uwe.hildebrandt@ms.niedersachsen.de)
- Nadine Danowski, Referentin Medien & Kommunikation ADFC, Tel.: 0511/2 83 65 63, [nadine.danowski@adfc-niedersachsen.de](mailto:nadine.danowski@adfc-niedersachsen.de)
- Carsten Sievers, Pressesprecher AOK Niedersachsen, Tel.: 0511/8701-10123, [carsten.sievers@nds.aok.de](mailto:carsten.sievers@nds.aok.de)