

# Pressemitteilung

Nr.: 116/2023

Potsdam, 30. April 2023

Henning-von-Tresckow-Straße 2-13  
14467 Potsdam

Pressesprecher: Gabriel Hesse

Telefon: +49 331 866-5040

Mobil: +49 170 45 38 688

Internet: <https://msgiv.brandenburg.de>

Twitter: [https://twitter.com/MSGIV\\_BB](https://twitter.com/MSGIV_BB)

Mail: [presse@msgiv.brandenburg.de](mailto:presse@msgiv.brandenburg.de)

## Mitmach-Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ startet Gesundheitsministerin Nonnemacher erneut Schirmherrin der AOK-Aktion

Die Mitmach-Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ startet wieder. Gemeinsam mit der AOK Nordost und dem Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) ruft Gesundheitsministerin Ursula Nonnemacher Berufstätige auf, im Aktionszeitraum Mai bis September vermehrt mit dem Fahrrad zur Arbeit zu fahren: „Wo immer möglich: steigen Sie aufs Rad und verbinden Sie das Angenehme mit dem Nützlichen“, so Nonnemacher, die auch in diesem Jahr Schirmherrin für die Aktionsregion Brandenburg ist.

Die Aktion will Berufstätige motivieren, mehr Bewegung in ihren Alltag zu integrieren. Wer für den Weg zur Arbeit das Fahrrad nutzt, kann sich auf der Plattform [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de) kostenfrei registrieren und dabei nicht nur für die eigne Gesundheit gewinnen.

**Gesundheitsministerin Nonnemacher:** „Sehr gern bin ich auch in diesem Jahr wieder Schirmherrin dieser tollen Aktion. **Wer mit dem Rad zur Arbeit fährt, hält Körper und Geist fit und die Umwelt sauber.** Und wenn Sie als Team antreten, tun Sie auch noch etwas für die Bürogemeinschaft. ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ ist eine tolle Aktion, die ich auch in diesem Jahr wieder sehr gern unterstütze und alle einladen möchte mitzumachen!“

**Daniela Teichert, Vorstandsvorsitzende der AOK Nordost:** „Muskel-Skelett-Erkrankungen, Herz-Kreislauf-Probleme, Migräne – viele Krankheiten und Beschwerden können durch regelmäßige Bewegung verbessert oder verhindert werden. Dennoch fällt es vielen Menschen schwer, genügend **Bewegung in ihren Alltag zu bringen.** Es ist zugegebenermaßen auch nicht einfach, sich nach einem langen Arbeitstag noch zu einem Sportkurs, zum Schwimmen oder zu einer Runde Joggen aufzuraffen. ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ bietet eine hervorragende Möglichkeit, Bewegung unkompliziert und zeitsparend in den stressigen Berufsalltag zu integrieren.“

Die **Registrierung für „Mit dem Rad zur Arbeit“ ist online und kostenfrei** möglich. In ihrem Aktionskalender erfassen Teilnehmer und Teilnehmerinnen alle aktiven Tage. Wer an mindestens 20 Tagen mit dem Rad zur Arbeit oder rund ums Homeoffice fährt und die Kilometer im Aktionskalender festhält, nimmt an der Verlosung von Sachpreisen teil.

Internet: [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/nordost](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/nordost)