

Pressemitteilung

Nr.: 256/2021

Potsdam, 1. Mai 2021

Mitmach-Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“: Mehr Fitness im Alltag – auch im Homeoffice

Heute startet erneut die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ (MdrZA). Bis zum 30. August rufen der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) und die AOK Nordost Berufstätige, Azubis und Studenten auf, im Alltag möglichst oft das Fahrrad zu nutzen. So lässt sich auch in Pandemie-Zeiten für sichere Fortbewegung und zusätzlich für mehr Bewegung sorgen. Da viele Berufstätige nach wie vor von zu Hause arbeiten, können sämtliche Fahrradstrecken abgerechnet werden – auch Fahrten rund ums Homeoffice. Teilnehmer und Teilnehmerinnen können ihre geradelten Kilometer in einen Aktionskalender eintragen und ab 20 Aktivtagen Preise gewinnen.

Schirmherrin ist erneut Gesundheitsministerin Ursula Nonnemacher: „Gerade in diesen schwierigen Zeiten ist die Aktion eine echte Alternative, denn Fahrradfahren unterliegt keinen pandemiebedingten Einschränkungen. Bewegung hilft den Menschen fit zu bleiben, beugt Krankheiten vor und wirkt sich positiv auf die Stimmung aus. Der Weg zur Arbeit bietet die Chance, Bewegung als festen Bestandteil in den Tag zu integrieren, außerdem leisten Fahrradfahrer ganz nebenbei einen wertvollen Beitrag für den Klimaschutz.“

Ralf Puslat, Mitglied im ADFC-Bundesvorstand: „Im letzten Jahr haben viele Menschen das Fahrrad neu für sich entdeckt. Mit unserem Einsatz für bessere Radwege und unserer beliebten Mitmach-Aktion wollen wir dazu beitragen, dass sich dieser Trend weiter verstetigt und immer mehr Menschen aufs Fahrrad steigen. Die Aktion lohnt sich für aktive Fahrradpendlerinnen und Pendler ebenso wie für Konzerne, Mittelstand und Kleinunternehmen. ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ ist beste betriebliche Gesundheitsförderung und bringt fittere und zufriedенere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.“

Daniela Teichert, Vorstandsvorsitzende der AOK Nordost: „Radfahren ist gesund und eine einfache Möglichkeit, im Alltag fit zu bleiben und klimaneutral durch den Verkehr zu kommen. Radfahren ist besonders auch in der aktuellen Corona-Situation wichtig, um sich verantwortungsvoll an der frischen Luft zu bewegen und damit Bewegungsmangel und Stress vorzubeugen, von dem wir derzeit alle mehr oder minder betroffen sind.“

Kostenfreie Anmeldung online

Die Registrierung für „Mit dem Rad zur Arbeit“ ist online auf der Aktionsseite möglich. Hier finden sich Aktionskalender und Material für Arbeitgeber. Die Teilnahme ist kostenfrei.

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

Mail: presse@msgiv.brandenburg.de



Weitere Informationen und Anmeldung unter [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/nord-
ost](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/nord-ost)