

# Warum nicht mal mit dem Rad zur Arbeit?

Ostfriesischer Kurier,  
20.04.2022

Aktion beginnt am 1. Mai

**NORDEN** Gesundheit, Klima, Geldbeutel – es gibt viele gute Gründe, mit dem Rad zur Arbeit zu fahren. Für eine Zusatzmotivation sorgt jetzt die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ des Fahrradclubs ADFC und der AOK. Berufstätige können ab 1. Mai wieder Kilometer sammeln, Teams bilden und an Gewinnspielen teilnehmen. Die bundesweite Aktion gibt es schon zum 21. Mal. Clever: Auch wer im Homeoffice arbeitet, kann mitmachen.

„Manchmal braucht man einen Schubs von außen, um gute Vorsätze wirklich in die Tat umzusetzen“, sagt Joachim Schulz vom ADFC Norden. Viele Autopendlerinnen und -pendler würden eigent-

lich lieber mit dem Rad zur Arbeit fahren, das sei bekannt. „Für das Klima wäre das ein Riesengewinn, für die eigene Gesundheit sowieso.“ Zudem könne man jetzt mit dem Fahrradpendeln auch noch dem schlechten Gefühl an der Tankstelle ein Schnippchen schlagen. „Die Aktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ bietet allen Fahrrad-Motivierten den perfekten Einstieg in den Umstieg. Wenn nicht jetzt aufs Rad, wann dann?“, findet Schulz.

Berufstätige können sich ab sofort auf [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de) für die Aktion von ADFC und AOK registrieren. Wer mag, kann einem Team beim Arbeitgeber oder einer privaten Gruppe beitre-



AOK und ADFC rufen die Norder mittels einer Aktion zum Fahrradfahren auf.  
Foto: Benjamin Tebben-Willgrubs

ten, um sich gegenseitig zu motivieren. Ziel ist, im Aktionszeitraum vom 1. Mai bis zum 31. August an mindestens 20 Tagen mit dem Rad zur Arbeit zu fahren und dabei Kilometer zu sammeln.

Auch Strecken rund ums Homeoffice zählen. Wer sich für das Gewinnspiel anmeldet, kann außerdem wertvolle Preise gewinnen: Fahrräder, Zubehör und vieles mehr.

Ein besonderer Schwer-

punkt ist in diesem Jahr die Zusammenarbeit mit dem ADFC-Projekt „Fahrradfreundlicher Arbeitgeber“. Auf der Aktionswebsite [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de) gibt der Fahrradclub interessierten Unternehmen und Behörden praktische Tipps, wie sie ihre Belegschaft für das gesunde Fahrradpendeln begeistern können.

Mit der gemeinsamen Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ haben ADFC und AOK seit 2001 Millionen Menschen auf das Rad gebracht. Jedes Jahr beteiligen sich etwa eine Viertelmillion Menschen an der Aktion – und legen dabei rund 50 Millionen Kilometer zurück.