

Pressemitteilung

Mit dem
 **RAD**
zur Arbeit

„Mit dem Rad zur Arbeit“ startet

Ab Mai laden AOK und ADFC wieder zur beliebten Mitmachaktion ein – Prominente Schirmherrschaft durch Gesundheitsminister Clemens Hoch

Mainz und Eisenberg, 02.05.2023

Bestens für Gesundheit, Umwelt, Geldbeutel und Team-Spirit: Spätestens mit Einzug des Frühlings machen Fahrrad-Fans ihren Drahtesel startklar für die neue Saison. Darunter auch viele Berufstätige, die in der wärmeren Jahreszeit den Weg in die Firma mit dem Rad zurücklegen. Sie alle können sich ab Mai an der beliebten Mitmachaktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ (MdRzA), einer gemeinsamen Initiative der AOK und des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC), beteiligen. Mit dem Rad zur Arbeit“ ist seit rund 20 Jahren die größte Bewegungskampagne in Deutschland, mit zuletzt rund 280.000 Teilnehmern bundesweit.

Kontakt und Information:

Jan Rößler - Pressesprecher, Telefon 06351/403-419, jan.roessler@rps.aok.de
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland, Virchowstraße 30, 67304 Eisenberg, aok.de/rps

Seite 1 von 4

Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse ist der größte Krankenversicherer in der Region Rheinland-Pfalz/Saarland und betreut über 1,2 Millionen Versicherte sowie mehr als 85.000 Arbeitgeber. Mit über 30 Kundencentern, annähernd 300 Servicestellen und vielen regionalen Gesundheitsangeboten bietet die AOK ihren Versicherten einen wohnort-nahen Service rund um das Thema Gesundheit.

Mit dem
 **RAD**
zur Arbeit



Arbeitnehmende, die im viermonatigen Aktionszeitraum bis Ende August an mindestens 20 Tagen das Fahrrad für den Arbeitsweg nutzen, haben auch dieses Jahr wieder die Chance, attraktive Preise zu gewinnen. Auch Fahrten rund ums Home-Office (zum Beispiel in der Pause) zählen. Im vergangenen Jahr legten die rund 6.000 Teilnehmenden von MdRzA in Rheinland-Pfalz insgesamt 920.000 Kilometer zurück und konnten somit einen zusätzlichen CO₂-Ausstoß von 181 Tonnen vermeiden. Der offizielle Startschuss 2023 für die Aktion fällt heute mit der regionalen Auftaktveranstaltung in Mainz. Die diesjährige Schirmherrschaft übernimmt der rheinland-pfälzische Gesundheitsminister Clemens Hoch.

„Radfahren ist gut für das gesundheitliche Wohlbefinden und schützt die Umwelt! Wer also bei der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ mitmacht, fördert seine Gesundheit, indem ganz aktiv Krankheiten wie Adipositas, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes mellitus Typ 2 vorgebeugt werden und tut gleichzeitig etwas für den Klimaschutz. So kann jeder Einzelne mit ein bisschen täglicher Be-

Kontakt und Information:

Jan Rößler - Pressesprecher, Telefon 06351/403-419, jan.roessler@rps.aok.de
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland, Virchowstraße 30, 67304 Eisenberg, aok.de/rps

Seite 2 von 4

Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse ist der größte Krankenversicherer in der Region Rheinland-Pfalz/Saarland und betreut über 1,2 Millionen Versicherte sowie mehr als 85.000 Arbeitgeber. Mit über 30 Kundencentern, annähernd 300 Servicestellen und vielen regionalen Gesundheitsangeboten bietet die AOK ihren Versicherten einen wohnort-nahen Service rund um das Thema Gesundheit.

wegung einen positiven Beitrag für sich und die Gesellschaft leisten“, sagt Clemens Hoch, Gesundheitsminister des Landes Rheinland-Pfalz und macht sich damit zugleich für die sportive Mitmachaktion stark.

Mit dem
 **RAD**
zur Arbeit

„Gesundheit und Klimawandel sind Themen, die immer stärker in den gesellschaftlichen Fokus rücken. Durch die Teilnahme bei ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ kann ein kleiner Beitrag für diese beiden Bereichen geleistet werden. Denn sportliche Betätigung auf dem Rad ist gut für die Gesundheit und für die Umwelt“, sagt Udo Hoffmann, Beauftragter des Vorstandes der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse und benennt somit direkt zwei Gründe, warum Berufstätige sich ab Mai der Initiative anschließen sollten. „Die attraktive Radkampagne zählt zudem vielfach in den Unternehmen zum Angebot des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. Eine gelungene Win-win-Situation für alle Beteiligten“, so Hoffmann weiter.

„Bewegung macht Spaß und hält fit und gesund. Das merken Berufstätige in Rheinland-Pfalz auch dieses Jahr bei der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ von ADFC und der Gesundheitskasse AOK. Das Ziel ist wieder, den Arbeitsweg zu nutzen, um etwas für die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden zu tun - mit dem Umstieg aufs Fahrrad. Das ist umweltfreundlich und sorgt für mehr Bewegung im Alltag. Und wer eine längere Strecke zu bewältigen hat: auch die Kombination von Bahn und Fahrrad ist eine gute Option, um mehr aktive Mobilität in den Alltag zu bringen“, erläutert Sara Tsudome, Geschäftsführerin des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) Rheinland-Pfalz und freut sich auf eine schöne Radsaison. „Bewegung im Alltag ist sehr wichtig, fällt leicht, ist effektiv und gesund. Ob zu Fuß oder mit dem Fahrrad und für alle Generationen gleichermaßen. Dafür benötigen wir eine Fahrradinfrastruktur, die dies allen ermöglicht, ob Wege zum Beruf, zur Schule, in der Freizeit. Aber auch Initiativen wie "Mit dem Rad zur Arbeit". Sie sind ein starker Motivationsfaktor und erleichtern es, sich für das Rad zu entscheiden. Wir als ADFC unterstützen dies ausdrücklich“, ergänzt Amelie Döres aus dem ADFC-Landesvorstand Rheinland-Pfalz.

Kontakt und Information:

Jan Rößler - Pressesprecher, Telefon 06351/403-419, jan.roessler@rps.aok.de
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland, Virchowstraße 30, 67304 Eisenberg, aok.de/rps

Seite 3 von 4

Mit dem
 **RAD**
zur Arbeit

Inzwischen rüsten auch immer mehr Unternehmen auf und entwickeln sich durch Umsetzung verschiedener Maßnahmen zu fahrradfreundlichen Betrieben. Für Firmen, die dieses Ziel ebenfalls verfolgen, aber noch Informationen dazu brauchen, bieten AOK und ADFC in diesem Jahr wieder kostenfreie Seminare an. In mehreren Modulen erfahren die Teilnehmenden, wie man mit einfachen Schritten die Firma fahrradfreundlicher gestalten kann. Dabei zeigen Kleinunternehmen und Konzerne mittels praktischer Beispiele, wie sie das genau umgesetzt haben. Alle Infos zu den Inhalten und Terminen der diesjährigen Seminare sind auf der [MdRzA-Aktionsseite](#) abrufbar.

Weitere Informationen im Web:

[MdRzA :: Start \(mit-dem-rad-zur-arbeit.de\)](#)

[4.489 Zeichen mit Leerzeichen]