

Gesundheitsaktion Mit dem Rad zur Arbeit

- 5 Leise, sauber und gesund: Wer das Fahrrad nutzt, hält sich nicht nur fit, sondern tut auch der Umwelt Gutes. Beste Gründe für die AOK Bayern, genau das zu fokussieren. Und weil es immer gut ist, sich Partner ins Boot zu holen, fiel der Startschuss zur diesjährigen Aktion im Landratsamt
- 10 Roth. „Wir möchten wieder möglichst viele Beschäftigte fürs Fahrradfahren begeistern und starteten wie gewohnt die Mitmach-Aktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ im Mai. Sicher
- 15 res Radfahren zahlt auf die körperliche und seelische Gesundheit ein“ betont Claus Eitel, Direktor in der AOK Mittelfranken und freut sich über die große Teilnahme der Radler im Landratsamt. Wer mitmachen will, kann sich online unter www.mdrza.de/bayern anmelden. Ziel der Radlaktion ist, in der Zeit von Mai bis Ende August mindestens an 20
- 20 Arbeitstagen in die Firma oder vom Home-Office aus zu radeln.

- 25 Gastgeber Ben Schwarz freut sich, dass er bei Wind und Wetter Kollegen mit ihrem Drahtesel treffen würde. Den Initiatoren sprach er ein Kompliment aus, schließlich würde die Aktion zur Motivation beitragen und den ein oder anderen „anstiften“. Die AOK sei ein wichtiger Partner rund um
- 30 Gesundheitsthemen. Und „Bewegung tut bekanntermaßen gut.“ Weil „ohne Gremienarbeit nichts zu machen“ sei, wertete er den Besuch von AOK-Beiratsmitglied Christian Auerochs als Bekenntnis.

- 35 „Wir Beiräte stehen voll hinter der Aktion ‚Mit dem Rad zur Arbeit‘ und freuen uns über die gelungene Unterstützung durch die AOK. Neben Gesundheit und Wohlbefinden ist ein weiterer positiver Effekt, dass Radfahren zur Schonung der Natur beiträgt.“, so Christian Auerochs

- 40 Hans Tänzer vom DGB betont, dass Gesundheit, Vorsorge und Arbeitssicherheit schon immer wichtige Themen der Verbände und Gewerkschaften sind: „Ich wünsche mir auch für die Zukunft eine enge und gute Zusammenarbeit bei diesen, sowie weiteren Themen.“

Aktionskalender verbessert

- 45 Bis zum 16. September können die Teilnehmenden im sogenannten Aktionskalender ihre Radtage online eintragen. „Neu ist das Radtagebuch: Den Radlern steht nach Ende



Landratsamt
Roth



AOK Bayern
Die Gesundheitskasse.

50 der Aktion der Kalender weiterhin zur Verfügung, um ihre
gefahrenen Kilometer ganzjährig zu dokumentieren“, so
Claus Eitel. Zudem wurde die tägliche Erfassung der gera-
delten Kilometer verbessert. Die Nutzenden haben jetzt die
Möglichkeit, pro Tag auch einzelne Strecken einzutragen.
Über das Online-Portal sind jederzeit die persönlichen Leis-
55 tungen aller Teilnehmenden datengeschützt abrufbar: Wie
viele Kilometer bin ich an wie vielen Tagen bisher geradelt
und wie viele Kalorien habe ich dadurch verbraucht?

Radeln und gewinnen

60 Wer seinen Aktionskalender mit den Radtagen unter
www.mdrza.de/bayern pflegt, hat die Chance auf einen der
vielen gesponserten Gewinne namhafter Aktionspartner,
die alljährlich unter den erfolgreich Teilnehmenden verlost
werden. Zu den Preisen gehören E-Bikes sowie prakti-
65 sches Zubehör fürs Fahrrad. Die AOK Bayern ist Kooperati-
onspartner der Aktion gemeinsam mit dem Allgemeinen
Deutschen Fahrrad-Club (ADFC), dem Deutschen Gewerk-
schaftsbund (DGB) Bayern, sowie der Vereinigung der bay-
rischen Wirtschaft (vbw).

70

Foto Urhebervermerk:

© Landratsamt Roth

75

Bildunterschrift:

Sie gaben heuer den Startschuss:

(v.li) Claus Eitel (AOK), Ben Schwarz (Landrat), Hans Tänzer (DGB), 2.v.re. Christian Auerochs (Beirat der AOK) und die RadlerInnen des Landratsamts

80

Ansprechpartnerin für die Presse von Seiten der AOK:

85

Linda Schäff
Linda.schaeff@by.aok.de
09122 184-180