



Hochschule  
Bonn-Rhein-Sieg  
University of Applied Sciences



## PRESSEMITTEILUNG

# Auch in Coronazeiten: Mit dem Rad zur Arbeit und zur Hochschule

**Berufstätige und Studierende in der Region sollten sich auf dem Rad fit halten – Hochschule Bonn-Rhein-Sieg ist Schirmherr**

**Bonn/Sankt Augustin, 19. Mai 2020 – Auch Corona kann die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ in der Region nicht stoppen: Am Dienstagabend haben Rhein-Sieg-Landrat Sebastian Schuster und die Vizepräsidentin der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, Iris Groß, gemeinsam mit Vertretern von ADFC und AOK die Aktion eröffnet. Auch in Zeiten, wo viele Beschäftigte und Studierende im Homeoffice arbeiten und lernen, sei es für Leib und Seele wichtig, mit dem Rad in Bewegung zu bleiben.**

„Wer das Fahrrad nutzt, tut nicht nur viel für seine Gesundheit“, sagte Landrat Sebastian Schuster bei der Eröffnung vor dem Hauptgebäude der Hochschule in Sankt Augustin. „Radfahrende leisten auch einen wichtigen Beitrag zur umweltfreundlichen Mobilität, zum nachhaltigen Verkehr, zum Klimaschutz und zur Entlastung unserer Straßen.“ Dass viele Beschäftigte und Studierende dies ernst nehmen und aktiv aufs Rad umsteigen, zeigt die Bilanz des vergangenen Jahres: 2776 Arbeitnehmer und Studierende aus 402 Unternehmen, Behörden, Einrichtungen und Hochschulen in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis beteiligten sich 2019 an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“. Schirmherr war das Universitätsklinikum Bonn, das während der Aktion den Fahrradanteil über den Durchschnitt steigern konnte. 15,6 % der 8000 Beschäftigten auf dem Venusberg und der 2500 Studierenden kommen inzwischen mit dem Rad, der Durchschnitt bei Unternehmen in Bonn liegt bei nur 12 %. Das ist ein Ansporn für den neuen Schirmherrn, die Hochschule Bonn-Rhein-Sieg mit ihren Standorten in Sankt Augustin und Rheinbach. „Schon jetzt kommen viele Beschäftigte mit dem Rad zur Hochschule“, weiß Vizepräsidentin Groß, die selbst begeisterte Radfahrerin ist und häufig zur Hochschule radelt. „Aber natürlich wollen wir den Anteil der Radfahrerinnen und Radfahrer unter den Beschäftigten und den Studierenden weiter steigern.“

Bei der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ – und auch Studieren ist Arbeit – geht es darum, den Weg zum Betrieb, zur Behörde oder zur Uni mit dem Rad zurückzulegen. Ab sofort bis Ende September sollen die Teilnehmer an mindestens 20 Tagen den Weg zur Arbeit oder zur Hochschule mit dem Fahrrad zurücklegen. Dabei kann ein Teil des Weges auch mit Bus und Bahn kombiniert werden. Wegen der Coronakrise zählen in diesem Jahr bei Beschäftigten im Homeoffice auch Radtouren, um sich fit zu halten. Wird das Quorum von 20 Tagen mit Rad geschafft, nehmen die Teilnehmer an der Verlosung attraktiver Preise teil, die Kooperationspartner sponsern. Alle Teilnehmer können sich auf der Kampagnenseite [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/rheinland](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/rheinland) registrieren. Studierende der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, der Universität Bonn und der Alanus-Hochschule in Alfter geben als „Arbeitgeber“ einfach ihre Hochschule an.



Hochschule  
Bonn-Rhein-Sieg  
University of Applied Sciences



Die Hochschule Bonn-Rhein-Sieg hat sich gut darauf vorbereitet, in diesem Jahr ein starkes Team zu stellen. „Wir haben überdachte Fahrradplätze angelegt, Ladeplätze für E-Bikes eingerichtet und vergrößern laufend den Fuhrpark durch Diensträder, um zwischen den Instituten auf zwei Rädern pendeln zu können. Die Studierenden haben ein Green Office gegründet, in dem es auch ein Repaircafé geben wird. Wir forschen über alternative Mobilitätskonzepte und unsere Exkursionen werden möglichst mit dem Rad unternommen“, schildert Iris Groß.

Dass viele Kolleginnen und Kollegen sowie die Studierenden die Kampagne fürs Rad mittragen, davon ist die Hochschule überzeugt. „Wir haben sehr viel radbegeisterte Kolleginnen und Kollegen, die schon jetzt regelmäßig mit dem Rad zur Arbeit kommen. Ich bin sicher, dass diese auch andere Mitarbeiter und Studierende motivieren können, den Weg zur Hochschule einmal mit dem Rad zurückzulegen. Denn das ist entspannend, baut Stress ab, tut der Umwelt und auch der eigenen Gesundheit gut.“ Das weiß die Schirmherrin auch aus eigener Erfahrung: Sie fährt nicht nur mit dem Rad zur Hochschule, sondern sitzt auch im Urlaub auf dem Sattel. „Ich bin Radfan und muss in jedem Urlaub auf jeden Fall ein Rad dabei haben, entweder Rennrad oder Mountainbike. Radfahren ist Bewegungsfreude und gibt mir ein Gefühl der Freiheit.“

Wie gesund Radfahren ist, gerade jetzt in Coronazeiten, unterstrich bei der Eröffnung auch Aktionspartner AOK. „Wer bei der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ mitmacht, bringt mehr Bewegung in seinen Alltag und fördert eine gesunde Lebensweise“, betonte Bernhard Wielpütz, stv. Regionaldirektor der AOK Rheinland/Hamburg. „In der jetzigen Situation müssen wir alles tun, um die Gesundheit zu schützen.“ Und da sei das Radfahren ideal, um sich fit zu halten, ohne eine Ansteckung zu riskieren.

Die Koordinatorin des ADFC für die Aktion, Vorstandsmitglied Gabriele Heix, hofft, dass viele Beschäftigte und Studierende in Bonn und im Rhein-Sieg-Kreis die besondere Situation nutzen, um das Fahrrad als Verkehrsmittel stärker einzusetzen. „Weil viele Menschen Bus und Bahn wegen der Infektionsgefahr scheuen, bietet sich das Fahrrad für den Weg zur Arbeit an“, empfiehlt Heix. Und für Autofahrer sei der Umstieg jetzt ideal, um sich fit zu halten. „Weil noch viele sportliche Betätigungen nicht möglich sind wie Schwimmen, Hallensport und Mannschaftsportarten ist das Radfahren eine ideale Alternative, die Mobilität, Gesundheit und Fitness bestens kombiniert und auch noch Spaß macht.“

Damit auch Anfänger eine gute Route zur Arbeit oder zur Hochschule finden, haben Aktive des ADFC in den vergangenen Wochen zahlreiche Pendlerstrecken quer durch Bonn und den Rhein-Sieg-Kreis abgefahren und als gpx-Files zum Downloaden auf die Homepage gestellt. Dabei sind auch Pendlerstrecken, die quer durchs halbe Kreisgebiet führen, beispielsweise von Eitorf bis Bonn. „Hier kann man sich natürlich auch nur ein Teilstück herausuchen oder mehrere Routen kombinieren“, so Heix. Die Pendlerstrecken und die gpx-Files findet man unter „Tourenvorschläge“ im Bereich Radtouren auf der Webseite [www.adfc-bonn.de](http://www.adfc-bonn.de)

Wer sich in diesem Jahr an der Aktion beteiligt, kann attraktive Preise gewinnen. Verlost werden Reisen und attraktive Zubehörteile fürs Rad, von Ortlieb-Fahrradtaschen bis zu Navigationsgeräten. Die Hochschule Bonn-Rhein-Sieg plant zudem zwei Wunschbäume in



Hochschule  
Bonn-Rhein-Sieg  
University of Applied Sciences



Sankt Augustin am 3. Juni und in Rheinbach am 24. Juni mit attraktiven Preisen für die Teilnehmer der Hochschule. Geradelt werden kann in Teams von bis zu vier Personen, aber auch die Teilnahme als Einzelperson ist möglich. Die Teams können unabhängig voneinander fahren, müssen aber demselben Unternehmen oder Behörde angehören.

Unternehmen und Behörden, die an der Kampagne teilnehmen wollen, haben die Möglichkeit, „Mit dem Rad zur Arbeit“ unter eigener Flagge mit Hilfe von MdRZA-Microsites durchzuführen. Alle wichtigen Informationen zur Anmeldung, Gewinnchancen und zu MdRZA-Microsites gibt es online unter [www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de).

### **So gesund ist Radfahren**

Arbeitnehmer, die zu Fuß oder mit dem Fahrrad zur Arbeit kommen, sind durchschnittlich zwei Tage pro Jahr weniger krank als solche, die das Auto oder den Personennahverkehr wählen. Das haben wissenschaftliche Studien nachgewiesen. Auch auf den Body-Mass-Index (BMI) wirkt sich der aktive Arbeitsweg positiv aus: Ganzjahres-Radler haben einen durchschnittlichen BMI von 24, Autofahrer dagegen liegen bei 26. Forscher haben außerdem gezeigt, dass bei Ganzjahresradlern das Wohlbefinden am höchsten ist – sie haben einen „Well-Being-Score“ von 61 im Vergleich zu 55 bei den Autofahrern und 52 bei den Bus- und Bahn-Nutzern.

### **PRESSEKONTAKTE:**

#### **ADFC Bonn/Rhein-Sieg**

**Axel Mörer**

Telefon: (0228) 696 545

mobil: 0170 40 37 880

presse@adfc-bonn.de

#### **AOK Rheinland/Hamburg**

**Tanja Baumann**

Marketing / Prävention

Telefon: 02241 8805-42

tanja.baumann@rh.aok.de

#### **Hochschule Bonn-Rhein-Sieg**

**Eva Tritschler**

Pressesprecherin

Telefon 02241 – 865-641

eva.tritschler@h-brs.de