

Teilnehmer traten kräftig in die Pedale

AKTION 47 822 Kilometer mit Rad zur Arbeit

DABENDORF | Im Landkreis Teltow-Fläming sind für die Gesundheitsaktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ im Sommer 86 Teilnehmer aufs Fahrrad umgestiegen. Sie legten von Juni bis August 47 822 Kilometer zurück. Ziel der gemeinsamen Aktion des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC) und der AOK war es, in den drei Monaten an mindestens 20 Tagen die eigene Gesundheit zu fördern und dafür den Weg zur Arbeit oder zur Berufsschule mit dem Rad zu fahren.

Für vier Mitarbeiter der Firma Berolina Schriftbild aus Dabendorf hat sich das Radeln gelohnt: Das Team hat einen der zahlreichen Preise der Aktion gewonnen. Die Radler können sich seit dem 1. Dezember über einen Gutschein eines Getränkeherstellers und vier Aktions-T-Shirts freuen. Sie erhalten für diesen Gutschein ein halbes Jahr lang monatlich 24 Flaschen eines Erfrischungsgetränks ins Haus geliefert.

„Vielen Berufstätigen fehlt oft die Zeit oder schlichtweg die Lust, nach der Arbeit noch

Sport zu treiben. Wir wollten dazu ermuntern, den Arbeitsweg für ein kleines Fitnesstraining zu nutzen“, sagte AOK-Niederlassungsleiterin Katja Schmidt. Selbst auf kürzeren Strecken sei Radfahren ein hervorragender Ausgleich zum Arbeitsalltag. „Nach Feierabend ist Radeln ideal, um Stress abzubauen. Es aktiviert den Kreislauf und mobilisiert schonend Muskeln sowie Gelenke“, so Katja Schmidt.

Übrigens war die Aktion sehr beliebt bei der Firma Berolina. Dort hatten sich insgesamt 22 Kollegen angemeldet. „Nur ein Betrieb im Landkreis hat mehr angemeldete Teilnehmer zu verzeichnen“, so die AOK-Niederlassungsleiterin. Die Mitarbeiter der Berolina Schriftbild absolvierten im Aktionszeitraum insgesamt 6726,6 Kilometer.

Insgesamt traten in Berlin und Brandenburg rund 4300 Teilnehmer für die Gesundheitsinitiative von ADFC und AOK in die Pedalen. Sie schafften eine Gesamtstrecke von 1,3 Millionen Kilometern und vermieden damit 512 Tonnen CO₂. MAZ



Steffen Herfurth und Holger Theiler von Berolina erhalten von AOK-Niederlassungsleiterin Katja Schmidt Urkunde und T-Shirt. FOTO: PRIVAT