



**Es gilt das gesprochene Wort!**

## **Mit dem Rad zur Arbeit**

**Pressekonferenz am 19. Oktober 2009 in München**

### **Dr. Helmut Platzer**

**Vorsitzender des Vorstandes der AOK Bayern**

Sehr verehrte Frau Staatssekretärin **Huml**,  
sehr geehrte **Aktionspartner**, liebe Gewinnerinnen und Gewinner unserer  
Aktion,  
und herzlich willkommen, sehr geehrte Damen und Herren von der Presse!

Herzlichen Dank an dieser Stelle dem Bayerischen Gesundheitsministerium und ganz persönlich Ihnen Frau Staatssekretärin **Huml**, Herrn **Berg** vom ADFC Bayern und natürlich auch an unsere weiteren Partner, Herrn **Räde** von der Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft und Herrn **Ganterer** vom DGB Bayern für die hervorragende Zusammenarbeit.

#### **Einführung**

Die Gründe der AOK Bayern, bei „Mit dem Rad zur Arbeit“ als Mit-Initiator dabei zu sein, liegen auf der Hand. Als - Die Gesundheitskasse – liegt es

uns am Herzen, die Bevölkerung zu einem gesünderen Leben, gerade im Alltag, zu motivieren.

Gesundheit bedeutet für die Teilnehmer ein positives Lebensgefühl, geringeren Krankenstand und damit mehr Arbeitszufriedenheit was sich wiederum auf das Arbeitsklima auswirkt. Und nicht zuletzt für uns als Krankenkasse auch Kosteneinsparungen im Gesundheitswesen.

Die Weisheit „Vorbeugen ist besser (und billiger!) als heilen“ – ist nach wie vor aktuell.

### **Wieder ein Erfolg**

Die Radelaktion läuft in Bayern nun schon neun Jahre. Wir sind sehr froh darüber, dass sie weiterhin Anziehungskraft auf die Beschäftigten ausübt und die Mit-Mach-Aktion schlechthin ist.

Auch dieses Jahr haben wir knapp **60.000** Radlerinnen und Radler registriert – ohne diejenigen, die quasi „außer Konkurrenz“ mitgemacht haben. Egal ob bergige Landschaften oder Landkreise mit großen Einzugsgebieten. Überall konnten wir Menschen davon überzeugen, dass Nützliches mit dem Notwendigen zu verbinden ganz einfach ist. Nämlich auf gesunde Art und Weise an den Arbeitsplatz zu gelangen und damit das eigene Wohlbefinden zu stärken.

### **Erfolgsgaranten**

Garanten für den Erfolg waren – wie in den Jahren vorher – der ADFC als Ideengeber der Aktion, unsere Partner DGB und die Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft. Insbesondere die Schirmherrschaft durch Herrn Dr. Söder war sehr hilfreich. Vielen Dank an dieser Stelle!

Den Aufwand, den Wettbewerb wieder in die Fläche zu bringen, haben größtenteils die ehrenamtlichen Mitarbeiter vom ADFC und die AOK-Mitarbeiter vor Ort geleistet. Ohne das große Engagement der firmeninternen Koordinatoren wäre dieser Erfolg nicht möglich gewesen. Vielen Dank auch dafür.

## **Hintergrund**

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse steht dafür, Prävention und Gesundheitsförderung ständig weiter zu forcieren und zu aktualisieren. Sie wissen ja: Bei der AOK ist die Gesundheit in besten Händen.

Dabei ist ganz wichtig, dies nicht mit erhobenem Zeigefinger zu tun. Wir wollen zum Umsteigen auf das Fahrrad motivieren, dabei soll aber auch der Spaß nicht zu kurz kommen. Nur wenn alle Beteiligten in eine gemeinsame Richtung lenken, kann ein positives Ergebnis erzielt werden. D. h. Gesundheitsförderung kann die Kosten im Gesundheitswesen senken und gleichzeitig die Lebensqualität erhöhen.

Ausreichende körperliche Bewegung – eine halbe Stunde am Tag reicht schon aus – hat positive Auswirkungen auf das menschliche Immunsystem, die Kondition, die Muskelkraft, das Koordinationsvermögen, den Blutdruck und die Herzschlagfrequenz. Eine gute physische Kondition steigert auch die geistige Fitness und fördert das Selbstbewusstsein.

## **Ausblick**

Die gesammelten Erfahrungen und Rückmeldungen bereits während des Aktionszeitraums zeigen, dass die Aktion positiv bei den Arbeitnehmern

und bei den Betrieben aufgenommen wurde. Auch über die Grenzen Bayerns hinaus ist „Mit dem Rad zur Arbeit“ ein Begriff.

In ganz Deutschland sind rund 170.000 Arbeitnehmer von Juni bis August zur Arbeit geradelt. Auch im kommenden Jahr heißt es wieder bundesweit von Juni bis August „Mit dem Rad zur Arbeit 2010“.

Natürlich werden auch wir 2010 weitermachen! Schließlich gibt es in Bayern mehr als 60.000 Menschen, von denen der eine oder andere Spaß an der Bewegung finden will und die Möglichkeit nutzt aufs Fahrrad umzusteigen. Dies schont dann auch den Geldbeutel und die Umwelt.

Menschen radeln für Ihre Gesundheit, für die Umwelt und nicht zuletzt für ihren Geldbeutel und haben Spaß daran! Dann haben wir unser Ziel erreicht!

Ich danke Ihnen.