WERRA-MEIßNER-KREIS
Der Kreisausschuss

Pressemitteilung

Eschwege, den 15.10.2018

Kreisverwaltung radelt über 9200 km für den Klimaschutz und die Gesundheit

Vom 1. Mai bis 30. September fand auch in diesem Jahr wieder die Bike Challenge Nordhessen statt. Die vom Regionalmanagement ausgerichtete Fahrradaktion richtet sich an alle Beschäftigten nordhessischer Unternehmen, mit dem Ziel, ihren täglichen Weg zur Arbeitsstelle aktiv mit dem Fahrrad, anstelle motorisiert mit dem Pkw zurück zulegen. Diesem Aufruf sind auch in diesem Jahr wieder 21 Bedienstete der Kreisverwaltung gefolgt. Zusammen haben sie dabei an 688 Tagen 9.121 klimafreundliche Fahrrad-Kilometer gefahren und dabei 1.295 kg CO_2 weniger in die Umwelt emittiert. „Das ist ein tolles Ergebnis, was zeigt, dass Klimaschutz ganz einfach sein und Spaß machen kann“, sagt Umweltdezernent Dr. Rainer Wallmann, und ergänzt, „für eine erfolgreiche Energiewende brauchen wir viele Aktionen wie diese, die uns Alternativen zu unserem bisherigen, i. d. R. klimaschädigenden Handelns aufzeigen. Über diese Aktion hinaus gedacht, sollten wir uns fragen, ob nicht der ein oder andere Weg mit dem Fahrrad oder zu Fuß erledigt werden kann.“

Ganz nebenbei tun alle Aktiven auch etwas für ihre Gesundheit. Rad fahren hält fit. Dies belegt eine aktuelle Studie, die im Rahmen der Masterarbeit von Juliane Kemen, wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Goethe-Universität in Frankfurt/M in Kooperation mit der EcoLibro GmbH erstellt wurde. Ihr Fazit: Deutlich weniger krank durch regelmäßige Bewegung.

Dies belegt das Ergebnis der Studie: Ein Drittel weniger Krankheitstage durch moderate körperliche Bewegung auf dem Weg zur Arbeit. So lag die durchschnittliche Anzahl der Krankheitstage unter den Teilnehmern der Studie mit bis zu 30 Krankheitstagen im Untersuchungszeitraum 2014 bei 4,7 Tagen. Hierbei wiesen Radfahrer 3,3 Krankheitstage auf, Fußgänger 3,4 Tage. Bei den Nutzern anderer Verkehrsmittel oder bei „Wechslern“ war die Anzahl der Fehltage um 2 Tage höher (motorisierter Individualverkehr und ÖPNV: je 5,3 Tage).

Vor diesem Hintergrund empfiehlt die World Health Organisation (WHO) mindestens 150 Minuten wöchentlich körperliche Aktivitäten im Alltag. Schon bei regelmäßiger moderater körperlicher Bewegung – am besten in Blöcken von 10 Minuten – lässt sich gegen Zivilisationskrankheiten vorbeugen. Hierbei bietet ein aktiver Arbeitsweg die ideale Möglichkeit, gesundheitsförderndes Verhalten in den Alltag zu integrieren, da mit der meist gleichen Strecke und mit zweimal täglich an fünf Tagen pro Woche Routine und Regelmäßigkeit gewährleistet sind. Um einen gesundheitlichen Effekt beim Umstieg auf das Fahrrad zu erreichen, geben Mediziner einen Zeitraum von mindestens 6 Wochen an.

Ansprechpartner:
Sylvia Weinert
Stab Verwaltungsleitung und -steuerung
Fachdienst Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Bürgerreferent, Kultur, Archiv
Sprechzeiten: Mo. – Fr.: 09:30 - 12:00 Uhr, Do.: 14:00 - 17:00 Uhr sowie nach telef. Vereinbarung

Kontaktdaten:
Schlossplatz 1, 37269 Eschwege, Zimmer: 101
Tel.: 05651 302-1161 Fax: -1169
E-Mail: sylvia.weinert@werra-meissner-kreis.de
Internet: www.werra-meissner-kreis.de

Geo-Naturpark Frau-Holle-Land
Werratal-Meißner-Kaufunger Wald

Grimm Heimat NordHessen