

// Liebe Kolleginnen und Kollegen,

ich mache mit bei der Aktion "Mit dem Rad zur Arbeit", weil ich mich durch Radfahren auf dem Weg zur Arbeit und wieder nach Hause ohne großen zeitlichen Aufwand fit halten kann. Das ist bei überwiegend "sitzenden" Tätigkeiten in einer Verwaltung besonders wichtig. Außerdem ist Radfahren die bei weitem umweltfreundlichste Art der Fortbewegung. Machen deshalb auch Sie mit!

Ihr

Klaus Peter Nitka

*Dezernent für Studierendenservice,
akademische und hochschulpolitische
Angelegenheiten der Universität Duisburg-Essen*

Kontakt

Brunhilde Böhls

(Koordinatorin der Aktion für beide Campi)

brunhilde.boehls@uni-due.de

Thomas Winck

(Campus Essen)

thomas.winck@uni-due.de

Mit dem Rad zur Arbeit

Eine Initiative von
ADFC und AOK

2010



Mit dem Rad zur Arbeit
Satteln Sie um:
vom 1. Juni bis zum 31. August

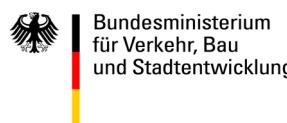
Universität Duisburg-Essen

Campus Duisburg

Forsthausweg 2
47057 Duisburg
Universität Duisburg-Essen
47048 Duisburg
Nachbriefkasten: Haupteingang LG-Gebäude
Telefon: +49 203 379-0 (Zentrale)
Telefax: +49 203 379-3333

Campus Essen

Universitätsstraße 2
45141 Essen
Universität Duisburg-Essen
45117 Essen
Nachbriefkasten: Haupteingang T01
Telefon: +49 201 183-1 (Zentrale)
Telefax: +49 201 183-2151





Satteln Sie um: vom 1. Juni bis zum 31. August

Liebe Kolleginnen,
liebe Kollegen,

an 20 Tagen in den Sommermonaten mit dem Rad zur Arbeit fahren oder mit dem Rad und Öffentlichen Verkehrsmitteln, ist die Voraussetzung, um an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ teilzunehmen. Diese bundesweite Gemeinschaftsaktion zwischen Allgemeinem Deutschen Fahrradclub (ADFC) und AOK läuft schon im 10. Jahr. Machen Sie mit! Satteln Sie um! Es gilt, die Mitmachzahl (18.308 Radler) vom letzten Jahr in NRW zu toppen!

Gewinnen können Sie – mit etwas Glück – interessante Preise, Fahrrad-Accessoires, wie Klingeln, Handschuhe, Reparatursets, Sattel- und Lenkerertaschen, die von Sponsoren vor Ort gestiftet werden. Einen **Hauptgewinn**, nämlich einen Helm im Wert von 49,90 €, gewann letztes Jahr ein **Mitarbeiter des ZIM am Campus Duisburg**.

Gewinnen können Sie aber in jedem Fall:

- Bessere körperliche Fitness
- Erhöhtes Wohlbefinden (Wellness)
- Verbesserte Konzentrationsfähigkeit
- Stressbewältigung
- Gespartes Geld für Pkw-Kosten oder ÖPNV-Fahrkarten
- Allgemeine Zufriedenheit

- Gesparte Zeit durch direktere Wege, flexiblere Fahrtzeiten und spontane Erledigungen unterwegs
- Neue soziale Kontakte zu mitradelnden Kollegen
- Ein intensiveres Erleben von Stadt, Land und Natur

Was muss ich machen?

Weitere Details zur Aktion finden Sie auf der Aktionsseite:

<http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/bundesweit/index.php>

und auf der Homepage des ADFC:

<http://www1.adfc.de/Aktionen--Kampagnen/Mit-dem-Rad-zur-Arbeit/Uebersicht-Mit-dem-Rad-zur-Arbeit>

Die eigenen Radel-Tage kreuzen Sie in Ihrem persönlichen „**Aktionskalender**“ an, den Sie von der AOK erhalten. „Freiwillige Selbstkontrolle“ ist hier angesagt, denn überprüft werden diese Angaben allenfalls durch die Kollegen im Team.

Wer zwischendurch mal in den Urlaub fährt oder krank wird, ist nicht aus dem Rennen: Denn wer die nötigen 20 Tage geschafft hat, nimmt automatisch an der Verlosung attraktiver Preise teil.

Teambildung erwünscht...

Der Vorteil der Teambildung besteht übrigens auch darin, dass **jedes Team an einer zusätzlichen Verlosung teilnehmen kann**. Auch der Betrieb an sich kann etwas gewin-



nen: nämlich einen vom ADFC organisierten Betriebsausflug.

Und der Datenschutz?

Einige Daten, wie die Länge des einfachen Arbeitswege, und die Frage, ob nur das Fahrrad oder auch der Öffentliche Nahverkehr benutzt wurde, benötigen die Organisatoren zur stetigen Verbesserung der Aktion. Und Ihre Adresse wird gebraucht, um eventuelle Gewinne aus der abschließenden Verlosung zustellen zu können. So wohl der ADFC als auch die AOK garantieren aber, dass die Daten in keinem Fall an Dritte weitergeben werden.

Es handelt sich um eine Aktion, die auf Eigeninitiative basiert. Falls Sie jedoch noch Fragen haben, beantworten wir Ihnen diese gerne. Fragen Sie auch die 15 KollegInnen, die im letzten Jahr gute Erfahrungen mit der Aktion gemacht haben (siehe Foto, Seite 1) und die überwiegend in den Serviceeinrichtungen am Campus Duisburg arbeiten.

Allzeit Luft in den Reifen wünscht

Brunhilde Böhls
(ADFC-Mitglied und Radtourenleiterin)