

## Warum Radfahren?

**Radfahren hat viele positive Aspekte: Für den Einzelnen ist es eine kostengünstige, unabhängige Mobilitätsform die Spaß machen kann. Radfahren bringt auch Vorteile für alle: Es ist gut für die Gesundheit und fürs Klima und wirkt nachhaltig.**

Da fast die Hälfte aller Autofahrten kürzer als 5 km ist, bietet sich das Rad als optimale Alternative zum PKW an:

- Radfahrende sind kostengünstig unterwegs.
- Radfahrende sind nicht an Ankunfts- und Abfahrtszeiten gebunden.
- Radfahrende sind unabhängig vom Angebot an Parkplätzen und benötigen nur wenig Platz, um ihr Fahrzeug abzustellen.
- Radfahrende sind leise.
- Radfahrende erleben und beleben unsere Orte und machen sie zu Stätten der Begegnung.
- Radfahrende sorgen für ihre Gesundheit und leisten so einen Beitrag zur Volkswirtschaft.

### Wie wirkt sich Radfahren auf die Gesundheit aus?

- Wer täglich radelt, ist im Durchschnitt 1,3 Tage im Jahr weniger krank.
- Herz-Kreislaufsystem und Immunsystem werden gestärkt, der Blutdruck gesenkt.
- Sehr häufiges Radfahren senkt das Herzinfarkttrisiko um bis zu 50 Prozent.
- Radfahren kann Depressionen vorbeugen und sogar schlauer machen, da das Gehirn vermehrt Nervenverbindungen bildet.
- Stress und Ärger können beim Radfahren abgebaut werden.

### Klimarelevanz - Was bringt Radfahren fürs Klima?

Der Verkehr ist für rund ein Viertel der Emissionen von Treibhausgasen verantwortlich und einer der Sektoren, in denen die Emissionen ansteigen. Der Einfluss des Verkehrs - besonders des motorisierten Individualverkehrs - auf das Klima ist groß und eines der Sorgenkinder der Klimapolitik. Wer sich also entscheidet, das Auto stehen zu lassen und sich im Umweltverbund zu bewegen, hat einen positiven Einfluss auf das (Welt)Klima. Und je mehr Menschen so handeln, desto größer ist der Beitrag zum Klimaschutz.

### Nachhaltigkeit – was bringt Radfahren für eine nachhaltige Entwicklung?

- Soziale Nachhaltigkeit: Radfahren sichert die selbstständige Mobilität von Menschen, die über keinen PKW verfügen. Radfahren unterstützt kleinräumige (Versorgungs-) Strukturen und kurze Wege.
- Ökonomische Nachhaltigkeit: Verglichen mit anderen Verkehrsmitteln sind Investitionen für den Radverkehr pro zurückgelegtem Weg am kostengünstigsten. Radfahren spart Zeit und Fläche. Das Kosten-Nutzen-Verhältnis ist besonders günstig. Die Allgemeinheit profitiert vor allem bei den Gesundheitskosten, Krankenständen und Staukosten.
- Ökologische Nachhaltigkeit: Radfahren ist emissionsfrei (CO<sup>2</sup>, Stickoxide, Kohlenwasserstoffe). Es werden keine fossilen Energieträger verbraucht. Durch den geringeren Flächenbedarf müssen weniger Flächen versiegelt werden, und wertvolle Grünflächen bleiben erhalten.

**Tun Sie sich und allen Gutes und fahren Sie 2014 öfter mit dem Rad!**