



## Fahrradaktionen



Im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements finden im LANUV zwei interne Fahrradaktionen für Beschäftigte statt.

Bei der Aktion „Von O bis O“ werden Mitarbeitende im Zeitraum von Ostern bis zum 31. Oktober motiviert mit dem Fahrrad zur Arbeit zu kommen. In dem Wettbewerb sammeln Beschäftigte für den Weg zu Ihrer Dienststelle mit dem Fahrrad zurückgelegte Kilometer. Sie können als Einzelfahrer/in teilnehmen oder sich zu einem Team zusammenschließen und die Kilometer am Ende der Aktion melden. Die Anmeldungen erfolgen per Mail. Zwecks Dokumentation der gefahrenen Kilometer können sich die Teilnehmenden ein „Fahrtenbuch“ herunterladen, in welches sie die Fahrleistung eintragen.

Nach Abschluss des Aktionszeitraums im November werden die erreichten Fahrleistungen ausgewertet und prämiert. Es gibt zwei Einzelpreise (die am meisten gefahrenen Kilometer / häufigste Fahrten) sowie einen Gruppenpreis für die meisten gefahrenen Kilometer.

Die Einzelsieger erhalten einen individuell gefertigten Pokal. Die Gruppenmitglieder der Siegermannschaft erhalten jeweils eine Medaille. Zusätzlich erhält das Gewinnerteam einen individuellen Wanderpokal. Die Preise werden im Rahmen einer offiziellen Siegerehrung übergeben. Alle Teilnehmenden erhalten neben der Teilnahmeurkunde ein kleines zum Thema Fahrrad passendes Give away.

Mit dem Ende der Fahrradaktion O bis O startet die Fahrradaktion „Winter Spezial“. Für all jene, die auch an kälteren Tagen auf das Fahrrad steigen, beginnt am 1. 11. der neue Aktionszeitraum. Dieser endet vor den Ostertagen. Bei dieser Aktion wird nur die Häufigkeit der gefahrenen Tage gewertet, an denen die Beschäftigten mit dem Rad zu Ihrer Dienststelle bzw. zu einem Dienstgeschäft gefahren sind. Auch hier wird der Sieg mit einem individuellen Pokal belohnt. Alle Teilnehmenden erhalten eine Teilnahmeurkunde sowie ein kleines Give away. Teams werden beim „Winter Spezial“ nicht gebildet.

## Vorteile

- Mit wenig Aufwand zu realisieren
- Geringe Kosten
- Einsparung von CO<sub>2</sub>
- Förderung sportlicher Betätigung
- Einfach umsetzbare Teambuildingmaßnahme
- Fördert die positive Außendarstellung

## Bei der Planung zu beachten ...

- Eindeutige und nachvollziehbare Kriterien für die Prämierung festlegen
- Aktionszeitraum und allgemeine Regelungen festlegen
- Ankündigungen ansprechend und verständlich gestalten
- Fahrtenbuch zur Dokumentation gestalten und zur Verfügung stellen
- Preise möglichst individuell (mit Wiedererkennungswert) gestalten

## Erfahrungen aus der Praxis

- Die Fahrradaktionen sind verhältnismäßig einfach zu organisierende Maßnahmen mit vielen Vorteilen: Gesundheitsförderung, Klimaschutz durch CO<sub>2</sub>-Einsparung und Teambuilding über die Fachbereiche hinaus.
- Im Vorfeld sind nachvollziehbare Regeln der Aktionen festzulegen und klar zu kommunizieren.
- Die Unterstützung der Dokumentation durch ein einheitliches Fahrtenbuch ist hilfreich, auch für die spätere Auswertung.
- Nicht-Sieger werden durch die regelmäßig stattfindenden Aktionen angespornt gegebenenfalls häufiger das Rad zu nutzen, um die Chancen einer Prämierung zu erhöhen.
- Angemessene Würdigung der Fahrleistung durch Urkunden, Pokale oder kleine Preise verleiht der Aktion mehr Gewicht und unterstützt die Außendarstellung.



Am Ende eines Aktionszeitraumes wird der Sieg mit einem individuellen Pokal belohnt

## Aufwand

- Vorbereitung der Ankündigungen, Fahrtenbuch, Erinnerungen und Führen der Teilnahmelisten (ca. 5 Stunden)
- Auswertung der Ergebnisse (ca. 3 Stunden)
- Erstellung der Urkunden, Beschaffung der Preise (ca. 2 Stunden)
- Organisation / Durchführung der Siegerehrung (ca. 4 Stunden)
- Kommunikation der Ergebnisse (ca. 1 Stunde)

LANUV Fahrradkalender		April 2023				Mai 2023				Juni 2023							
		Mo	Di	Mi	Do	Fr	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Mo	Di	Mi	Do	Fr	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
		15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	
		30	31														
Name/Team:		Summe: 0				Summe: 0				Summe: 0							
		Juli 2023				August 2023				September 2023				Oktober 2023			
		Mo	Di	Mi	Do	Fr	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Mo	Di	Mi	Do	Fr	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
		16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
		31															
Name/Team:		Summe: 0				Summe: 0				Summe: 0				Summe: 0			
		Summe gesamt: 0															

Beispiel für ein Fahrtenbuch

## Kosten

- Pokale/ Give aways ca. 5,-€/Teilnehmende
- Kosten für Preisverleihung

## Kontakt

[nachhaltigkeit@lanuv.nrw.de](mailto:nachhaltigkeit@lanuv.nrw.de)  
[www.nachhaltigeverwaltung.nrw.de](http://www.nachhaltigeverwaltung.nrw.de)