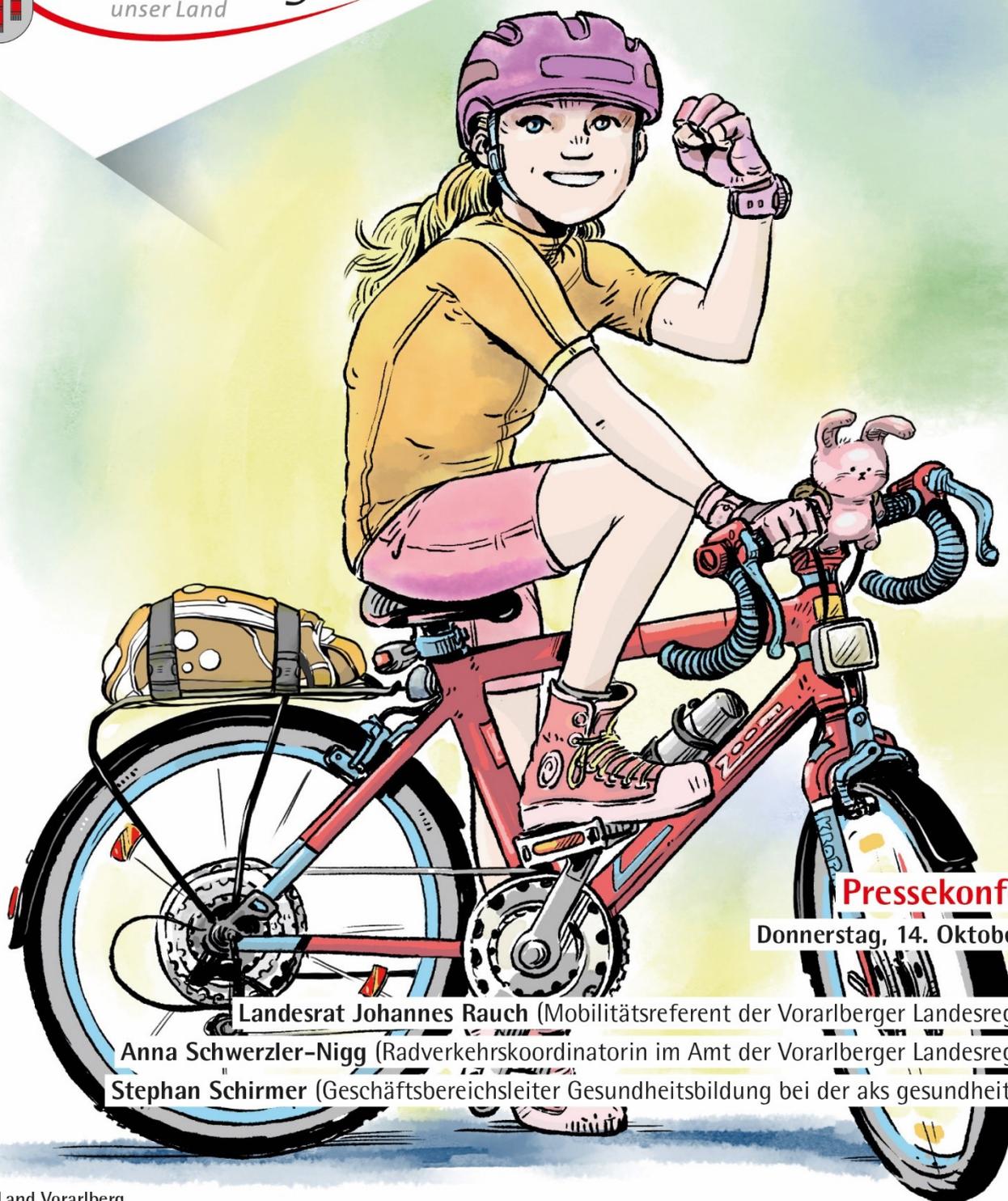




Vorarlberg
unser Land



Pressekonferenz

Donnerstag, 14. Oktober 2021

Landesrat Johannes Rauch (Mobilitätsreferent der Vorarlberger Landesregierung)

Anna Schwerzler-Nigg (Radverkehrskordinatorin im Amt der Vorarlberger Landesregierung)

Stephan Schirmer (Geschäftsbereichsleiter Gesundheitsbildung bei der aks gesundheit GmbH)

Titelbilder: ©Land Vorarlberg

Radfahren mit Kindern – Neue Publikation

Neue Broschüre für Kindern und Eltern vorgestellt

LR Rauch: „Mit viel Freude sicher radeln – Neue Publikation für Kinder und Eltern unterstützt beim Radfahren“

Die meisten Kinder fahren gerne Fahrrad, und auch viele Erwachsene erinnern sich bis heute an ihr erstes Fahrrad und die damit verbundenen Erlebnisse: Ein großer Schritt auf dem Weg, irgendwann selbständig zu werden und für viele ein Stück Freiheit. Diese Erfahrung machen auch heute viele Kinder, doch leider sinkt die Radfahrkompetenz unter Kinder- und Jugendlichen laufend. Mit der neuen Publikation „Fahrradfit von klein auf“ will das Land Vorarlberg Eltern und Kinder dazu animieren, häufiger mit dem Rad unterwegs zu sein.

„Wir verstehen die Ängste vieler Eltern in unserem immer komplexeren Verkehrssystem mit Kindern Fahrrad zu fahren. Als Land Vorarlberg sehen wir uns in der Verantwortung, sichere Radinfrastruktur für alle zu schaffen – von Klein bis Groß: Dafür investieren wir jährlich hohe Summen – 2020 waren es beispielsweise 5,7 Millionen Euro - und setzen unsere Radstrategie „Ketten-Reaktion“ konsequent um“, berichtet Landesrat Johannes Rauch: „Wir wollen Familien, insbesondere Kinder, mit dieser neuen Broschüre dabei unterstützen, Radkompetenz – und damit eine entscheidende Mobilitätskompetenz auf dem Weg zur Selbständigkeit – zu erwerben. Mit dem richtigen Wissen und sicherer Infrastruktur können Familien mit Freude in Vorarlberg radeln.“

Familiengründung ist eine Lebensumstellung, und für viele damit auch eine Mobilitätsumstellung: Mit Kindern unterwegs zu sein, bringt auch neue Herausforderungen. „Aber auch Radfahren mit Kindern ist sicher, wenn man einige Dinge beachtet und es bringt viele Vorteile!“, betont der Landesrat.

Den Nutzen des Radfahrens gerade für Familien kennt auch Stephan Schirmer, Geschäftsbereichsleiter Gesundheitsbildung bei der aks gesundheit GmbH: „Radfahren macht fit! Es fördert die motorische Fähigkeit und das Selbstvertrauen, die Orientierungsfähigkeit, Ausdauer, mobile Unabhängigkeit und natürlich nicht zuletzt die Gesundheit: Radeln stärkt die Atemwege, baut Muskeln auf, kurbelt Kreislauf und Fettstoffwechsel an, und schärft zudem die Sinneswahrnehmung.“, so der Experte.

Kampf dem Übergewicht

Und damit trägt das Radfahren direkt dazu bei, eine der größten Herausforderungen zu lösen, vor denen Vorarlberg auch gesundheitlich steht: Österreichweit bewegen sich nur rund ein Viertel der 11-17jährigen ausreichend oft, je älter die Kinder, umso weniger bewegen sie sich. Mit zunehmenden Alter nimmt auch das Übergewicht zu. Sind es in Vorarlberg bei den 6-7jährigen noch 12 Prozent, liegen wir bei den 14-15jährigen mit 22 Prozent fast doppelt so hoch. „Die mangelnde Fitness gepaart mit Übergewicht erhöht Krankheitsrisiken und hat neben den körperlichen Faktoren auch viele negative Auswirkungen im psychosozialen Bereich“, berichtet

Schirmer weiter. Aktive Alltagsmobilität ist die Basis für gesunde Bewegung und birgt besonders großes Potential, dem vorzubeugen. Auch Schirmer versteht die Ängste vieler Eltern: „Umso wichtiger ist es, gemeinsam mit den Kindern Rad zu fahren und zu üben, um die Kinder und sich selbst fit für den Straßenverkehr zu machen. Radfahren ist ein ständiges Spiel mit dem Gleichgewicht, das Kindern unglaublich viel Spaß macht. Kinder, die den Verkehr nur vom Autorücksitz aus kennen, müssen auf viele tolle Erlebnisse verzichten. Die vorliegende neue Publikation zeigt, wie man sicher und geübt mit Kindern unterwegs sein kann!“

Ein zweiter Teil wendet sich an die Kinder selbst: „Radfahren ist eine Bewegungsform, die den meisten Kindern anfangs sehr viel Freude macht.“, meint Radverkehrskordinatorin Anna Schwerzler-Nigg. „Unsere Herausforderung: Diese Freude zu erhalten. Mit der neuen Publikation wollen wir genau dafür einen Beitrag leisten.“

Die Broschüre „Fahrradfit von klein auf“ gibt Tipps und hilfreiche Infos von Anfang an: Wie kann ich Kleinkinder transportieren? Was kann ich mit meinem Kind am Rad üben? Worauf sollte ich im Straßenverkehr achten? Worauf sollte ich beim Kauf eines Kinderrades achten?

Das Gegenstück für Kinder „Auf den Sattel, fertig, los“ hingegen will die kindliche Begeisterung am Fahrrad wecken und lädt ein mitzumachen, sich einen „Radkumpel“/eine „Radkumpelin“ zu suchen, sein Rad zu malen, informiert über Radrekorde, die Geschichte des Radfahrens, Radfahren rund um die Welt, Radsongs, Radfilme und vieles mehr. Zielgruppe sind Volksschulkinder oder auch Kindergartenkinder, denen vorgelesen wird. „Wir hoffen, dass viele Kinder Freude mit ihrer neuen Superkraft „Radfahren“ haben!“, so Schwerzler-Nigg abschließend.

Die Publikation besteht aus Eltern- und Kinderteil, einer Radkarte sowie einem Plakat. Sie ist über Gemeindeämter verfügbar und wird dort an Eltern ausgegeben, außerdem wird sie ab Frühling in Radkursen von Sicheres Vorarlberg angeboten.

Der Eltern- und Kinderteil kann auch separat verwendet werden

Download: www.vorarlberg.at/fahrrad

Herausgegeben von der Landespressestelle Vorarlberg
Amt der Vorarlberger Landesregierung

Landespressestelle, Landhaus, Römerstraße 15, 6901 Bregenz, Österreich | www.vorarlberg.at/presse
presse@vorarlberg.at | T +43 5574 511 20135 | M +43 664 6255102 oder M +43 664 6255668 | F +43 5574 511 920095
Jeden Werktag von 8:00 bis 13:00 Uhr und von 14:00 bis 17:00 Uhr erreichbar