PRESSEINFORMATION Wels, Juni 2019

Die Klinikum-Radfahrer setzen auf gelb

Mit Abstand sicher

Die Initiative „Radelt zur Arbeit“ am Klinikum Wels-Grieskirchen steht heuer ganz unter dem Motto der Sicherheit. Die Geschäftsführung fördert das sichere Radfahren der Mitarbeiter durch den neongelben Klinikum-Radhelm, dem jährlichen Radcheck sowie Tipps zum richtigen Verhalten im Straßenverkehr.

„Unsere radfahrenden Mitarbeiter entlasten den Stadtverkehr und überlassen den auf das Auto angewiesenen Kollegen wertvolle Parkplätze. Wir unterstützen diese Aktion seit fünf Jahren sehr gerne und investieren heuer verstärkt in die Sicherheit“, erklärt Klinikum-Geschäftsführer Dietbert Timmerer. Viele aktive Radler und Teilnehmer der RZA-Initiative nutzen bereits den sehr gut sichtbaren Radhelm in Neongelb. Bereits in den Vorjahren wurden Klinikum-Sicherheitswesten und Trikots angeschafft: „Die Nachfrage nach den Westen ist auch 2019 enorm, derzeit sind sie vergriffen, aber wir werden weitere zur Verfügung stellen“, so RZA-Initiator Franz Scherzer. Außerdem haben auch heuer wieder zahlreiche Mitarbeiter die Möglichkeit genutzt, beim schon traditionellen Radcheck am Klinikum eine kostenlose Überprüfung des eigenen Fahrrads durchführen zu lassen. „Viele Kollegen borgen sich auch weiterhin unsere topmodernen Klinikum-E-Bikes kostenlos aus und unternehmen damit längere Radtouren.“

Sicheres Radfahren

Das war knapp! Jeder Radunfall ist einer zu viel. Vor allem das Abstandhalten ist ein kritischer Faktor im Zusammenleben von Auto- und Radfahrern: Ob ein zu geringer Seitenabstand beim Überholen oder eine unbedacht geöffnete Autotür – meist ist der Radfahrer der Leidtragende. Um Radfahren in der Stadt sicherer zu machen, müssen alle Verkehrsteilnehmer einen

sicheren Abstand einhalten. „Gemeinsam mit der Radlobby Österreich empfehlen wir deshalb: Vor dem Öffnen der Autotür muss man unbedingt einen Blick über die Schulter nach hinten werfen, damit man keinen Radler übersieht“, so Scherzer. „Beim Überholen eines Radfahrers ist es gut, einen Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten.“

Gesundes Radfahren

Egal ob längere oder kürzere Distanzen, vieles spricht dafür, mit dem Rad in die Arbeit zu fahren: „Beim Radfahren kommen sofort Herz und Kreislauf in Schwung, Muskeln und Organe werden besser durchblutet“, erklärt Sportwissenschafter Michael Pfob. „Zudem bildet diese Form der Aktivität einen Ausgleich für Stress. Wenn man länger unterwegs ist, kann es sogar zu einer Ausschüttung von Glückshormonen kommen.“ Aber damit nicht genug: „Treten wir ordentlich in die Pedale, stärken wir unsere Knochen, bauen Muskulatur rund um das Knie auf, wodurch es stabiler wird. Außerdem trainieren wir beim Radeln unsere Koordination.“ Und dabei ist Radfahren gelenkfreundlich!

Weiterführende Informationen:

Mit Abstand sicher – das sollten Auto- und Radfahrer im Straßenverkehr beachten:

Autofahrer

- Vor dem Öffnen der Autotür einen Blick über die Schulter nach hinten werfen
- Radfahrer mit einem Mindestabstand von 1,5 Metern überholen

Radfahrer

- Beim Vorbeifahren an parkenden Autos einen Mindestabstand von 1,2 Metern einhalten
- So kann man abrupt geöffneten Autotüren ausweichen

Das kann der Klinikum-Radhelm:

- Hightech-Produkt für Radfahrsicherheit
- 2 verschiedene Ausführungen: Rennrad- und Allround-Variante
- Leuchtend Neongelb plus Blinklicht macht sichtbar
- Leicht und sicher durch Schalenkonstruktion

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Timmerer_Dietbert_Mag_GF.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Mag. Dietbert Timmerer, Geschäftsführung, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Unsere radfahrenden Mitarbeiter entlasten den Stadtverkehr und überlassen den auf das Auto angewiesenen Kollegen wertvolle Parkplätze. Wir unterstützen diese Aktion nach wie vor sehr gerne und investieren heuer verstärkt in die Sicherheit."

Bild: KWG_Scherzer_Franz_DGKP_akad_Risikomanag_QM_OE.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Franz Scherzer, RZA-Initiator am Klinikum Wels-Grieskirchen

„Die Nachfrage nach den Klinikum-Sicherheitswesten ist auch 2019 enorm, derzeit sind sie vergriffen, aber wir werden weitere zur Verfügung stellen."
„Viele Kollegen nutzen weiterhin die Gelegenheit, unsere topmodernen Klinikum-E-Bikes kostenlos auszuborgen und damit auch längere Radtouren zu unternehmen."

Bild: MF_Pfob_Michael_Mag_BA_GBL.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Mag. Michael Pfob, BA, Sportwissenschafter und Geschäftsbereichsleiter mediFIT Wels

„Beim Radfahren kommen sofort Herz und Kreislauf in Schwung, Muskeln und Organe werden besser durchblutet.“

„Zudem bildet diese Form der Aktivität einen Ausgleich für Stress. Wenn man länger unterwegs ist, kann es sogar zu einer Ausschüttung von Glückshormonen kommen.“

„Treten wir ordentlich in die Pedale, stärken wir unsere Knochen, bauen Muskulatur rund um das Knie auf, wodurch es stabiler wird. Außerdem trainieren wir beim Radeln unsere Koordination.“

Bild: KWG_RZA_Gruppenbild_Helm.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Wer Köpfchen hat, der schützt es! Viele Klinikum-Mitarbeiter nutzen bereits den sehr gut sichtbaren Radhelm in Neongelb.

Bild: KWG_RZA_Helm_Weste_E-Bike.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen

Bildtext: Zwei kostenlose Aktionen für die Klinikum-Mitarbeiter: Die Geschäftsführung unterstützt seine Radler mit dem bereits traditionellen jährlichen Radcheck sowie einem Kontingent an topmodernen E-Bikes zum Ausborgen.

Die betriebliche Gesundheitsförderung am Klinikum Wels-Grieskirchen

Im größten Ordensspital Österreich wird Gesundheit nicht nur als Leistung, sondern vielmehr als zentrales, umfassendes Thema verstanden. Der Gesundheit der Mitarbeiter kommt dabei ein hoher Stellenwert zu. Ins Blickfeld rücken nicht nur krankheitsauslösende Faktoren der Arbeitswelt, sondern auch Möglichkeiten, den persönlichen Lebensstil und das individuelle Risikoverhalten positiv zu beeinflussen.

Wie betriebliche Gesundheitsförderung nachhaltig gelingen kann, zeigt die gut etablierte und in den Betrieb integrierte Radfahrkultur am Klinikum Wels-Grieskirchen. Aber auch das gemeinsame

Teilnehmen an sportlichen Großveranstaltungen, wie dem Business Run, die Vermittlung von Bewegungskompetenz durch Kinaesthetics im Pflegealltag, der Mitarbeitergesundheitstag sowie das Angebot der Arbeitspsychologie bieten allen Mitarbeitern wertvolle Möglichkeiten, die eigene Gesundheit zur fördern. Auch vielfältige Angebote zur persönlichen Weiterentwicklung, die durch das Land Oberösterreich ausgezeichnete gesunde Klinikum-Küche und der fächerübergreifende Austausch von Gesundheitsinformationen über das Klinikum-weite Intranet, interne Fachveranstaltungen und die vierteljährliche Printausgabe Klinikum-Magazin helfen, Wohlbefinden und Gesundheitskompetenz der Mitarbeiter nachhaltig zu steigern.

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at