

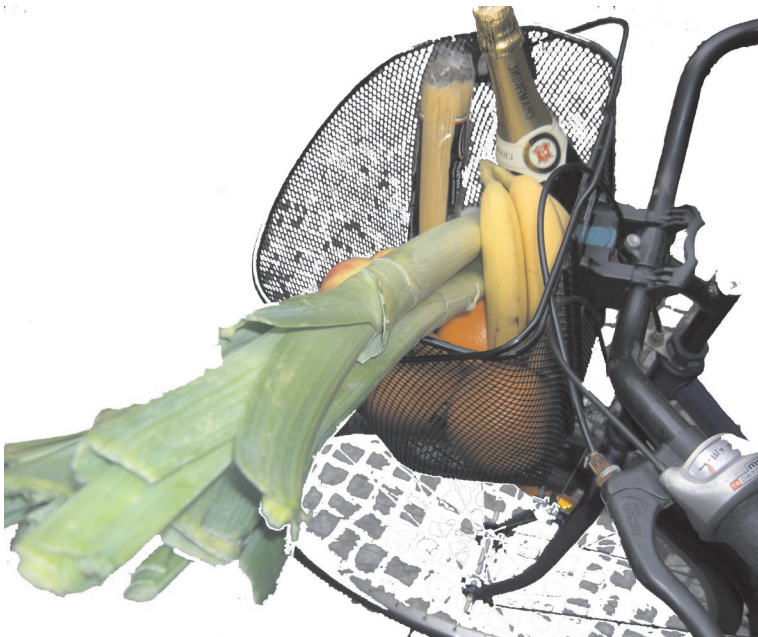
Umwelt und Gesundheit zuliebe Einkaufen mit dem Rad

Klimawandel, Feinstaubbelastung, hohe Benzinpreise und im Stau verlorene Lebenszeit: Viele Gründe sprechen dafür, vom Auto auf umweltfreundliche Verkehrsmittel umzusteigen. Für kleine und mittlere Entfernungen, etwa für den Einkauf des täglichen Bedarfs, bietet sich das Fahrrad an. Es überzeugt nicht allein durch seine Umweltbilanz (kein Abgas-ausstoß, kein Lärm, kaum Energieverbrauch bei der Herstellung); es ist obendrein schnell, preiswert und gesund.

► **Zeit:** Mit dem Rad als Einkaufsbegleiter können Sie richtig Tempo machen. Sie müssen weder Parkplätze suchen noch weite Wege bis zum Eingang zurücklegen. In der Stadt fahren Sie Abkürzungen und bleiben garantiert nicht im Stau stecken.

► **Geld:** Für 500 Euro gibt es ordentliche Räder zu kaufen; selbstverständlich neu und mit Garantie – vergleichen Sie das mal mit den Preisen beim Gebrauchtwagenhändler... Bei den laufenden Kosten sparen Radfahrer noch mehr: Sie zahlen keine Versicherung und Steuer, haben kaum Reparaturkosten, brauchen kein Benzin und parken kostenlos.

► **Fitness:** Wer sich bewegt, lebt gesünder. Im Gegensatz zu anderen Sportarten lässt sich das Rad fahren problemlos in die täglichen Wege integrieren; der Weg zur Arbeit oder zum Einkaufen hilft so auch dem Kreislauf, der guten Figur und dem gesamten Immunsystem.



Wie es funktioniert

Ohne Auto einkaufen – geht das überhaupt? Ja, mit etwas Übung und der richtigen Ausrüstung ist es ganz einfach. Besitzen Sie oder jemand aus Ihrem Haushalt ein Fahrrad? Dann kann es ja losgehen.

► **Einfach so:** Für den kleinen Einkauf (z.B. ein Liter Milch, Zahnpasta und ein paar Äpfel) brauchen Sie nichts weiter als einen Rucksack oder eine Umhängetasche.

► **Mit einfachem Zubehör:** Alternativ kommt auch ein Fahrradkorb in Frage (neu ab ca. 10 Euro), der entweder an der Lenkstange oder auf dem Gepäckträger (bei Einkäufen über 10 kg empfehlenswert) befestigt wird. Praktisch: Den Fahrradkorb können Sie gleichzeitig als Einkaufskorb nutzen.

► **Einkaufen wie die Profis:** Wer häufig Einkäufe über 20 kg mit dem Rad nach Hause bringt, fährt gut mit einer modernen Fahrradtasche, die rechts oder links

des Gepäckträgers befestigt wird. Natürlich ist es auch möglich, auf jeder Seite jeweils eine Tasche aufzuhängen. Mit nur einem Handgriff lässt sich die Tasche vom Rad entfernen und verwandelt sich dank eines Gurtes zur Tragetasche. Eine Packtasche fasst ein Volumen von bis zu 20 Liter. Bei der Anschaffung der Tasche lohnt es sich, auf Qualität zu achten; nur die modernen Rollverschlüsse sind 100% wasserdicht.



► **Wenn es mal etwas mehr ist:** Für Einkäufe mit größerem Volumen wie etwa Getränkekisten gibt es die Möglichkeit, Fahrradanhänger zu nutzen. Da viele unterschiedliche Modelle zur Auswahl stehen, lassen Sie sich am besten von Ihrem Fahrradhändler beraten.

► **Weniger ist manchmal mehr:** Natürlich setzt die beschränkte Transportkapazität des Rads den gewohnten Großeinkäufen gewisse Grenzen. Machen Sie diesen Mangel zur Tugend! Wer häufiger kleine Mengen einkauft – z.B. täglich auf dem Weg von der Arbeit nach Hause – hat stets frische Lebensmittel im Haus und kann spontan entscheiden, was auf den Tisch kommt.

Hintergrundinformationen, Einkaufstipps, Anregungen für fahrradfreundliche Einzelhändler und vieles mehr finden Sie im Internet.

www.einkaufen-mit-dem.rad.de

Bremen fährt Rad

Das Fahrrad hat sich in der Hansestadt als eine wichtige Größe bei der Verkehrsmittelwahl etabliert. Mit einem Radverkehrsanteil von 22 Prozent liegt Bremen deutlich über dem Durchschnitt deutscher Großstädte. Dabei wird das Fahrrad in erster Linie in Alltagssituationen genutzt - für die Fahrt zur Arbeit oder zum Einkaufen.

Einkaufen mit dem Rad: Beim BUND Bremen stehen für Sie während unserer Aktionstage Transportmöglichkeiten wie Fahrradanhänger, moderne Fahrradtaschen und ein Lastenrad zum Ausprobieren bereit.

BUND-Wettbewerb „Fahrradfreundliches Geschäft“: Ab Juli 2007 sind die Bremerinnen und Bremer aufgefordert, ihr „Fahrradfreundliches Geschäft“ zu wählen. Nach Prüfung anhand eines Kriterienkatalogs vergibt der BUND Bremen die Auszeichnung „Fahrradfreundliches Geschäft“. Sie bewirbt einerseits gute Beispiele und animiert andere Händler dazu, Radfahrer als Kunden ernst zu nehmen und gibt andererseits Radfahrern eine Orientierung beim Einkaufen. Die ausgezeichneten Geschäfte finden Sie ab September 2007 unter: www.bund-bremen.net.

Test: Daneben überprüft der BUND Bremen die Einkaufsstrassen der Stadt auf ihre Fahrradfreundlichkeit und stellt Einzelhandel und Verwaltung entsprechende Maßnahmen zur Verbesserung der Situation vor.



Kontakt

Kathrin Heitmann, Siecke Martin
Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND)
Landesverband Bremen, BUND Bremen e.V.

Am Dobben 44 • 28203 Bremen

Tel.: 0421-79002-32 oder 0421- 3800690
e-mail: kathrin.heitmann@bund-bremen.net

www.bund-bremen.net

Einkaufen mit dem Rad

Bundesweite Koordination:

Merja Spott
Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND)
Landesverband Berlin

Crellestr. 35 • 10827 Berlin

Tel.: 030 - 787900-31, Fax 030 - 787900-18
e-mail: spott@bund-berlin.de

www.einkaufen-mit-dem-rad.de

„Einkaufen mit dem Rad“ ist ein Projekt des Bundes für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) – BUND Berlin und wird im Rahmen des Nationalen Radverkehrsplanes vom Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung (BMVBS) gefördert. Der Förderer übernimmt keine Garantie für Richtigkeit, Genauigkeit und Vollständigkeit der Angaben und für die Beachtung privater Rechte Dritter. Die geäußerten Ansichten und Meinungen müssen nicht mit denen des Förderers übereinstimmen



Einkaufen mit dem Rad

Schnell, günstig, umweltfreundlich

www.einkaufen-mit-dem-rad.de

