



06.05.2010 – 11:08 Uhr

pafl: Mit dem Rad zum Einkaufen und gewinnen

Vaduz (ots) -

Vaduz, 6. Mai (pafl) - Kurze Wege eignen sich ideal zum Radfahren. Gerade das Einkaufen im Dorf kann sehr gut mit dem Rad erledigt werden. Die alltägliche Bewegung fördert die Gesundheit, die Fitness und sorgt für Entspannung und Wohlbefinden. Ab Mai können wieder tolle Preise gewonnen werden!

Das Amt für Gesundheit nimmt als Projektpartner in Kooperation mit dem Verkehrs-Club Liechtenstein (VCL) am mehrjährigen EU-Projekt "LifeCycle" teil. Die Aktion "Einkaufen mit dem Rad oder zu Fuss" wird vom VCL organisiert.

Der Wettbewerb beginnt dieses Jahr Anfang Mai und wird von drei Detailhandelsgeschäften durchgeführt: Die Ländle-Markt-Gruppe (Geschäfte in Eschen, Schaan und Triesen), die Bäckerei-Konditorei Mündle (Geschäfte in Gamprin und Mauren) sowie die Dorfbäckerei Dörig in Vaduz. An jedem dieser Standorte können die Kundinnen und Kunden, die zu Fuss oder mit dem Rad zum Einkaufen kommen, bei jedem Einkauf einen Teilnahmechein ausfüllen und in die bereitstehenden Urnen einwerfen. Monatlich wird an jedem der sechs Standorte je ein Monats-Gewinner gezogen. So werden bis und mit September insgesamt 30 Mal 100 Franken Preisgeld verlost. Am Ende der Aktion im Oktober werden nochmals sechs Hauptpreise aus allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern gezogen. Die Gewinner dürfen sich dann auf Gutscheine im Wert von je 1000 Franken freuen.

Beim Einkaufen mit dem Rad oder zu Fuss geht es darum, Alltagswege wieder "bewegt" zurückzulegen.

Da fast alle Einkaufswege in den Gemeinden kurze Wege bis gegen drei Kilometer sind, ist das Potential von Einkaufen zu Fuss oder per Rad erheblich und wird häufig deutlich unterschätzt. Die Vorteile:

- Weniger motorisierter Verkehr erhöht Verkehrssicherheit und Lebensqualität.
- Mehr Fuss- und Radverkehr erhöht die Gesundheit vieler Menschen.
- Mehr Begegnungen zu Fuss und per Fahrrad fördern die sozialen Kontakte.
- Gute Nahversorgung ist wesentlich für eine energieeffiziente Gemeindeentwicklung.

Zudem unterstützt Alltagsbewegung die Gesundheit. Sie...

- verbessert die Kondition.
- unterstützt dabei, das Gewicht zu halten oder es zu reduzieren.
- senkt das Risiko von Herz-Kreislaufkrankungen.
- stärkt das Knochengestütz und die Muskulatur.
- stärkt das Immunsystem.
- sorgt für mehr Zufriedenheit und Ausgeglichenheit.
- hilft negativen Stress abzubauen und trägt damit viel zum Wohlbefinden bei.

Ab Mai heisst es also: Mit dem Fahrrad zum Einkaufen im Dorf und erst noch gewinnen!

Kontakt:

Amt für Gesundheit
Carmen Eggenberger
T +423 236 73 32

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000148/100603011> abgerufen werden.