



## FRISCHER WIND FÜR DEN SCHULWEG

**Kinder, die sich bewegen, sind ausgeglichener und konzentrierter. Bewegung ist super für die Körperkoordination und stärkt das Selbstbewusstsein.**

### ZUR SCHULE – ZU FUSS ODER PER RAD

Wenn Kinder den Schulweg zu Fuß oder mit dem Rad allein zurücklegen, lernen sie, sich auch ohne ihre Eltern selbstständig und sicher im Straßenverkehr zu bewegen. Das bedarf jedoch ein wenig Übung. Laufbusse und Fahrradbegleitung werden oft von der Schule angeboten und fördern die Zugehörigkeit. Sprechen Sie die Lehrkräfte an.

Nähere Informationen zum Laufbus und wie Sie selbst ganz einfach einen organisieren können, bietet der Verkehrsclub Deutschland (VCD) unter:

[www.vcd.org/artikel/vcd-laufbus-zusammen-sicher-zur-schule-gehen/](http://www.vcd.org/artikel/vcd-laufbus-zusammen-sicher-zur-schule-gehen/)

### FAHRRADFahren IN DER FREIZEIT

Verschiedene Radtouren führen Sie auf schönen Strecken durch und um die Stadt Ennepetal. Die Tourenvorschläge der Kluterthöhle finden Sie als GPS-Track unter:

[www.kluterthoehle.de/ausflugstipps/mit-dem-rad](http://www.kluterthoehle.de/ausflugstipps/mit-dem-rad) und als Karte zum Bestellen per E-Mail an: [info@kluterthoehle.de](mailto:info@kluterthoehle.de).

### E-Bike-Verleihstation am Hallen- und Freizeitbad Platsch, Kontakt:

Platsch Ennepetal, Mittelstraße 108, 58256 Ennepetal  
Telefon: 02333 60440-0,  
E-Mail: [info@platsch-en.de](mailto:info@platsch-en.de)

### MITMACHAKTIONEN ZU FUSS UND PER RAD:

[www.zu-fuss-zur-schule.de/](http://www.zu-fuss-zur-schule.de/)  
[www.kindermeilen.de/](http://www.kindermeilen.de/)  
[www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/](http://www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de/)  
[westfalen-lippe/index.php](http://westfalen-lippe/index.php)  
[www.stadtradeln.de](http://www.stadtradeln.de)

## WIR SIND FÜR SIE DA!

### Stadt Ennepetal

Bismarckstr. 21  
58256 Ennepetal  
Dagmar Ellerkamp-Heidemeyer  
Tel.: 02333-979 104  
[dellerkamp@ennepetal.de](mailto:dellerkamp@ennepetal.de)

Die Stadt Ennepetal stellt in der Broschüre „Mobil in Ennepetal – Klimafreundlich unterwegs“ (PDF) verschiedene Mobilitätsmöglichkeiten in und außerhalb der Stadt vor. Sie weist klimafreundliche Wege zur Arbeit und in der Freizeit und soll dabei helfen, sich günstig, gesund und zugleich klimafreundlich fortzubewegen. Download: [www.alt-bau-neu.de/ennepetal/mobil-in-ennepetal-klimafreundlich-unterwegs-30562.asp](http://www.alt-bau-neu.de/ennepetal/mobil-in-ennepetal-klimafreundlich-unterwegs-30562.asp)

Redaktion und Text: EnergieAgentur.NRW  
gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Eine Übersicht aller verlinkten Seiten im Zusammenhang mit der Klimakampagne „Klimaschutz mit BRAvour“ finden sie unter:



[www.bra.nrw.de/-3078](http://www.bra.nrw.de/-3078)

### EINE AKTION DER BEZIRKSREGIERUNG ARNSBERG

Seibertzstraße 1, 59821 Arnsberg  
[poststelle@bra.nrw.de](mailto:poststelle@bra.nrw.de)

### MIT UNTERSTÜTZUNG VON



Ministerium für Wirtschaft, Innovation, Digitalisierung und Energie des Landes Nordrhein-Westfalen



EnergieAgentur.NRW



Bezirksregierung  
Arnsberg



# KURZE STRECKEN

*lohnen sich!*



Klimaschutz mit BRAvour:  
[www.bra.nrw.de/klimaschutz](http://www.bra.nrw.de/klimaschutz)

## RADFAHREN – EINE WIN-WIN-LÖSUNG



**... macht glücklich und munter:** Bereits nach 30 Minuten produzieren Radfahrer vermehrt Glückshormone, die Stimmung hellt sich auf. Wer mit dem Rad zur Arbeit oder zur Schule fährt, kommt dort wacher an und ist den ganzen Tag leistungsfähiger.

**... spart Zeit:** Auf vielen Wegen ist man mit dem Fahrrad schneller als mit dem Auto. Nie steht man im Stau, und die Parkplatzsuche entfällt. Mit einem Elektro-Bike sind sogar Steigungen und größere Entfernungen kein Problem.

**... spart Geld:** Das Fahrrad ermöglicht allen Menschen eine kostengünstige Mobilität. Ein Rad aus dem Handel gibt es schon für 500 Euro. In fünf Jahren macht das 100 Euro jährlich oder 9 Euro monatlich. Ein günstiges Auto kostet etwa 300 Euro pro Monat.

**... sorgt für besseren Schlaf:** Radfahren hilft, das Stresshormon Cortisol abzubauen. Radfahrer schlafen besser.

**... ist klimafreundlich:** Kein CO<sub>2</sub>-Ausstoß, kein Lärm und keine Schadstoffe - mit einem Rad ist man ein echter Umweltengel. Punkt.

**... ist gesellig:** Der Beitritt zu einer Fahrradgruppe ist eine tolle Möglichkeit, um den Freundeskreis zu erweitern und am Wochenende Cafés am Wegesrand unsicher zu machen.

**... steigert die Gehirnleistung:** Radfahren verbessert die Durchblutung bis zu 70 Prozent und hilft, neue Gehirnzellen im Hippocampus zu bilden – dem Tor zur Erinnerung.

**... hält fit:** Radfahren kurbelt unseren Fettstoffwechsel an und verbrennt pro Stunde rund 400 Kilokalorien. Regelmäßiges Radeln senkt das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes deutlich. Auch das Immunsystem wird gestärkt. Neben Schwimmen ist Radeln die wohl schonendste Sportart für den Bewegungsapparat.

## MIT DEM FAHRRAD – SO OFT ES GEHT!

Für den täglichen Weg zur Arbeit, zur Kita, zur Schule und auch zum Einkaufen bietet sich das Fahrrad als praktisches Verkehrsmittel an. Regionale Verkehre bis 20 Kilometer Entfernung lassen sich so gut verlagern. In der Freizeit lässt sich mit dem Fahrrad die schöne Ennepetaler Umgebung erkunden. Probieren Sie es einfach mal aus!

Sichere Abstellplätze für Fahrräder mit Lademöglichkeit für E-Bikes bietet Ennepetals Bike & Ride-Parkplatz am Ennepetaler Bahnhof. Buchung über:  
[www.dein-radschloss.de](http://www.dein-radschloss.de)

## AUF UNS ALLE KOMMT ES AN!

Wir entscheiden doch, wie wir unterwegs sind, welches Vorbild wir unseren Kindern sind, welches Auto wir kaufen und wie wir Urlaub machen.

Gerade der Verkehrsbereich heizt dem Klima mächtig ein. Während die CO<sub>2</sub>-Werte in anderen Sektoren sinken, steigen die Emissionen im Auto- und Flugverkehr sogar noch.

Vier von fünf Menschen wünschen sich weniger Autos – das zeigte die „Studie Umweltbewusstsein“ des Umweltbundesamtes schon 2016. Die neuen Ergebnisse 2018 belegen, dass die Bedeutung des Umwelt- und Klimaschutzes weiter gestiegen ist. 80% der Menschen möchten zum Beispiel sichere Radwege und mehr Fahrradabstellanlagen.



### PENDELN MIT DEM PEDELEC

Elektrofahrräder erfreuen sich wachsender Beliebtheit. In der hügeligen Region Ennepetals sind Elektrofahrräder eine komfortable Alternative zum PKW und ermöglichen ganz neue Fortbewegungsmöglichkeiten – für alle Altersgruppen. Sie eignen sich nicht nur für Alltagswege, sondern auch für längere Strecken und Radtouren.

[www.elektromobilitaet.nrw/privatnutzer/alternativen-zum-auto](http://www.elektromobilitaet.nrw/privatnutzer/alternativen-zum-auto)

### LASTENRÄDER – IM TREND

In Holland sind sie überall gang und gäbe. Und so langsam erobern sie auch unsere Herzen. Ob als Kindertaxi oder Transporter: Alle Modelle sind mit verschiedenen Aufbauten erhältlich. Mehr als die Hälfte unserer Transporte können mit einem Lastenrad erledigt werden. Schnell, beweglich, umweltfreundlich. Erkundigen Sie sich nach Ausleihmöglichkeiten in Ihrer Nähe. Weitere Informationen:

[www.vcd.org](http://www.vcd.org)

[www.elektromobilitaet.nrw](http://www.elektromobilitaet.nrw)

### JOBRAD – EIN GEHALTSBONUS

Das Prinzip ist so: Der Betrieb leaset das Rad und Sie fahren es, wann immer Sie wollen. Der Gesetzgeber fördert Diensträder steuerlich, um den Verkehr zu entlasten und die Umwelt zu schonen. Erkundigen Sie sich bei ihrem Arbeitgeber nach den Möglichkeiten.

[www.jobrad.org](http://www.jobrad.org)

### CARSHARING PLUS RADFAHREN

Mit dieser Kombi kann mindestens der Zweitwagen überflüssig werden. Schließlich stehen Autos hierzulande 23 von 24 Stunden ungenutzt herum. Ein teurer Spaß. Kleines Rechenexempel von Stiftung Warentest: Bei weniger als 10.000 Jahreskilometern ist Carsharing billiger als ein eigener PKW. Man spart TÜV, Versicherung, Steuern, Wartung und Reparaturen.

[www.carsharing.de](http://www.carsharing.de)