

# MOBIL MIT DEM VELO

## DAS VELO, IN JEDER HINSICHT EIN VORTEIL!

### 1. Logischer

Ein grosser Teil der Strecken, die wir mit dem Auto zurücklegen, könnten zu Fuss oder mit dem Velo erfolgen – sei dies in der Freizeit oder auf dem Arbeits- oder Schulweg.

### 2. Schneller

In der Schweiz betragen 50 % der Reisen mit dem Auto weniger als 5 km, d.h. eine Distanz, die nur einer 15-minütigen Velofahrt entspricht, was häufig schneller ist als mit den öffentlichen Verkehrsmitteln.

### 3. Günstiger

Ausserdem ist das Velo nach dem zu Fuss gehen das günstigste Verkehrsmittel.

### 4. Umweltfreundlicher

Fährt man ein Jahr lang mit dem Velo statt mit dem Auto zur Arbeit, spart man 400 kg CO<sub>2</sub> ein, was einem Hin- und Rückflug zwischen Zürich und Tunis entspricht.

### 5. Flexibler

Mit dem Velo ist man viel unabhängiger, denn einerseits fällt die Wartezeit auf den Bus oder Zug weg und andererseits kann man auf dem Weg noch spontane Abstecher machen oder Einkäufe erledigen.

### 6. Entspannter

An der frischen Luft Velo fahren, anstatt im oft überfüllten Bus oder Zug oder mit dem Auto im Stau zu sitzen: So kommt man belebt und erquickt an. Das ist die Balance zwischen Alltagsstress und Entspannung.

### 7. Gesünder

30 Minuten Bewegung pro Tag haben einen sehr positiven Einfluss auf die Fitness und Gesundheit. Regelmässige Bewegung – z.B. mit dem Velo – führt zu einem tieferen Ruhepuls und einer besseren Durchblutung.



## VELOAKTION WÖCHENTLICH

Mit der nationalen Aktion Velo-Mittwoch, gibt es keine schlechte Ausrede mehr, um nicht auf den Sattel zu steigen, denn es gibt jede Woche die Gelegenheit, belohnt zu werden!

Kostenlos, müssen Sie sich nur über die App oder die Webseite anmelden, mindestens 3 km auf dem Velo leisten, um an der Verlosung von Preisen teilzunehmen: schickes Velozubehör, leckere und fair produzierte Delikatessen und vieles mehr warten auf Sie. Motiviert? Auf geht's!

Mehr Informationen: [www.velomittwoch.ch](http://www.velomittwoch.ch)

## FALSCHER VORSTELLUNGEN BEI PRAKTISCHEN PROBLEMEN

### Hygiene

Fährt man mit dem Velo zur Arbeit oder zur Schule legt man eher kurze Distanzen zurück, da kommt man erst gar nicht ins Schwitzen. Und auch wenn der Weg etwas länger ist, kann man durch angepasste Geschwindigkeit Überanstrengung vermeiden. Mit einem Elektrowelo lassen sich sogar längere Distanzen oder allfällige Höhenmeter bequem zurücklegen.

### Schlechtes Wetter

Einen Regenschutz mitnehmen, man weiss ja nie, wenn man vom Regen überrascht wird! Der Regenschutz schützt nicht nur den Träger selber, sondern auch die Habseligkeiten vor Nässe. Und wenn das Wetter einmal nicht mitspielt, kann man immer noch auf den ÖV umsteigen.

### Anstrengende Velopflege

Für eine einfache Veloreinigung, Velo in den Regen stellen und danach einfach wieder die Kette ölen! Ansonsten gut pumpen, Helm an und auf geht's!

### Zu steil

In Gebirge Velo zu fahren scheint auf Grund der Topografie nicht immer die praktischste Entscheidung zu sein. Velo mit Elektromotor-Unterstützung bieten dafür die Lösung. Heutzutage stellen sie keine Ausnahme dar: die Nachfrage wächst und kein Berg ist zu steil !

**Für jedes Alter...**

**Für jeden Zielort...**

**Für jedes Budget...**

**Zum Spass?**

**Zur Arbeit?**

**Zur Schule?**

**Für Ihre Gesundheit...**

**...und die Umwelt!**



**ENERGIESTADTSENIOR** der, -s, -en  
Mensch, der weiss, dass früher  
nicht alles besser war.  
Siehe auch: [Energiesparen](#), [zukünftige Generation](#), [stolz](#)



### KONTAKT energieregionGOMS

Wollen Sie mehr erfahren? Wir beraten Sie gerne:  
[www.energieregiongoms.ch](http://www.energieregiongoms.ch) – [info@energieregiongoms.ch](mailto:info@energieregiongoms.ch)  
Geschäftsleitung: Patrizia Imhof – Telefon +41 (0)27 527 01 01