Velofahren im Winter

Befreie dein Velo aus dem Veloraum, auch im Winter! Auf der nachfolgenden Reise werden deine Velo-Skills getestet. Am Ende deiner Fahrt, verfügst du über Tipps, wie du dich auch im Winter motivieren kannst den Bus oder das Auto gegen den Drahtesel zu tauschen und wie du dabei sicher und unbeschwert ans Ziel kommst. Dein Weg führt durch zwei Teile, die sich farblich voneinander unterscheiden. Beantworte die Fragen nacheinander und folge dabei der Strasse. Für jedes Kreuz, dass du setzt gibt es 10 Punkte. Am Ende jeder Kategorie gibt es eine Abrechnung und einen Wegweiser, der dich zur nächsten Frage oder zur einem Konsequenz-Feld weist. Am Ende der Reise erhältst du deinen Winter-Velo-Titel. Viel Spass!

Start

Der Wecker klingelt. Du reibst dir die Augen und schaust aus dem Fenster: Ein typischer Wintermorgen. Es ist dunkel, nass und auf den Strassen liegt noch etwas Restschnee von letzter Woche.

Besitzt du ein Velo?

Ja | **Nein**

Stop
Gehe zu Feld A

Lass uns sehen, wie hoch die Chance ist, dass du heute das Velo zum Arbeitsort nimmst.

Welche Aussagen treffen auf dich zu?

- ☐ Der Weg mit dem Velo gehört zu meiner Routine.
- ☐ Die Velokleidung habe ich mir am Vortag schon bereit gelegt.
- ☐ Ich bin mir über die Vorteile, die das Velofahren mit sich bringt (Gesundheit, Zeitersparnis, Flexibilität etc.) bewusst.

/ 30

Schaffst du es deinen inneren Schweinehund zu überwinden?

0 Punkte	Du rennst besser, der Bus fährt gleich ab! Gehe zu Feld **B**.
10-30 Punkte	Du besiegst den Schweinehund und machst dich auf den Weg. Folge der Strasse.

Eigentlich kanns losgehen, doch im Winter lohnt es sich noch einige Punkte zu beachten:

Welche Aussagen treffen auf dich zu?

Zusätzliche Zeit einplanen

Im Winter plane ich mir für die Fahrt zur Schule für folgendes mehr Zeit ein...

- ☐ ...fürs An- oder Umziehen.
- ☐ ...für die Fahrt an sich (Ich fahre langsamer).

Velo-Pflege

Im Winter schaue ich, dass ich das Velo öfters...

- ☐ ...warte.
- ☐ ...reinige.

Sichtbarkeit erhöhen

Im Winter erhöhe ich meine Sichtbarkeit indem ich...

- ☐ ...hellere Kleidung trage.
- ☐ ...eine stärkere Lampe verwende.

/ 60

Wie gut bist du und dein Velo für den Winter vorbereitet?

0-10 Punkte	Das könnte brenzlig werden! Gehe zu Feld **C**.
20-40 Punkte	Bei dir läuft eigentlich ganz rund. Für zusätzliche Tipps schaue dir das Feld **C** an.
50-60 Punkte	Du bist top auf den Winter vorbereitet! Gehe zur **Titelvergabe** auf der nächsten Seite.

A	Es gibt viele Gründe, warum es sich lohnt, für den Arbeitsweg das Velo zu wählen. Du entgehst den **steigenden Benzinpreise,** dem **Gedränge im öffentlichen Verkehr** und den überfüllte **Strassen in den Innenstädten**. Ausserdem trägt die **Bewegung** an der **frischen Luft** zu deiner **körperlichen Fitness** bei und kann sich positiv auf deine **Gesundheit** auswirken. In den meisten Städten gibt ein Angebot, bei welchen du kostenlos oder für wenig Geld ein Velo ausleihen kannst. Wenn du wissen willst, wie du dich am besten für das Velofahren motivieren kannst, geh zu Feld **B**.
B	Über 11'000 AlltagsvelofahrerInnen wurden in einer Studie zu ihrem Fahrverhalten gefragt, was ihnen hilft, ihren inneren Schweinehund zu überwinden. Hier ist was Sie zu sagen hatten: • Der Gedanke an das gute Gefühl danach • der Gesundheitliche Aspekt, ich denke es hilft meiner Abwehr und ich merke, dass ich wacher bin als wenn ich mich in den Bus setzte. • Kein Zeitaufwand zum Scheiben freikratzen ;) • Mehr Antworten findest du hier (Verlinkung zu einem Miro Board mit weiteren Antworten aus der offenen Frage) Fahre nun fort und gehe zum **blauen Teil.**
C	Schau dir die **Tipps von Pro Velo an zum Velofahren im Winter**. Anschliessend kannst du zur **Titelvergabe** fahren. PRO VELO SCHWEIZ

TITELVERGABE

Addiere die Punkte beider Teilen und finde heraus welchen Titel du erhältst.

≤ 20 Punkte	**Drahteselschieber*in**	Du bist noch etwas zögerlich, dein Velo auch im Winter für den Weg zur Arbeit zu nutzen.
30 - 60 Punkte	**Sulz-Radler*in**	Du nimmst ab und zu im Winter auch mal das Velo, öfters doch nur wenn es sonst nicht anders geht
70-90 Punkte	**Schneesturm-Pedaleur*in**	Du bleibst deinem Velo treu und dass auch im grössten Schneesturm.

Pro-Tipp

Motiviere dich und deine ArbeitskollegInnen indem ihr eure Velofahrzeit festhaltet.

Hast du gewusst?

Im Forschungsprojekt zum nachhaltigen Konsumentenverhalten untersuchen Forschende der Hochschule Luzern, wie sich die Nachhaltigkeit in der Schweiz fördern lässt.

Vielleicht interessiert dich ja ausserdem..

...die Ergebnisse der Studie, die untersucht hat, wie sich das Velofahren im Winter fördern lässt. **Zu den Ergebnissen.**

gute Fahrt!