



## Rückenwind-aktuell 12/2024 + 1/2025



### Liebe Leserinnen und Leser!

Nässe, Glätte, Kälte – Radfahren im Winter ist nicht gerade ein Spaziergang. Das ist aber noch lange kein Grund, das Rad stehen zu lassen – im Gegenteil! Auch in der (nass-)kalten Jahreszeit ist das Fahrrad das klimafreundlichste und gesündeste Verkehrsmittel. Um sich für das Radfahren im Winter zu motivieren gibt es ein interessantes Projekt: **Frostpendeln!** Eine Webseite, auf der Radelnde jeden Kilometer eintragen können, den sie im Winter mit dem Rad zurücklegen – ähnlich wie beim Stadtradeln. Man kann sich dort auch mit anderen Frostpendelnden vergleichen und vernetzen. Das ist doch eine gute Idee, sich zu motivieren. Und wenn auch noch der LED-Scheinwerfer am Rad richtig eingestellt ist - siehe Beiträge in diesem Newsletter - hat man freie Sicht beim Frostpendeln und blendet niemand.

Mit diesem Lichtblick in die Zukunft und auf das neue Neue Jahr möchten wir uns bei Ihnen, sehr verehrte Leserschaft, für ihre Treue bedanken und wünschen Ihnen ein erfolgreiches, weniger krisengeschütteltes 2025.

Ihre Newsletter-Redaktion

*\* Die nächste Newsletter-Ausgabe erscheint im Februar 2025*

### In diesem Newsletter:

- > Petition zum Bundesverkehrswegeplan 2030
- > Frist für Bonner Klima-Preis verlängert
- > ADFC-Weihnachtsfeier mit Schrottwichteln
- > 30 Mio für neue Mobilstationen stehen bereit
- > Blendgefahr durch Radfahrende
- > Vergünstigte Einstiegsmitgliedschaft bis Januar
- > Winterpause im RadHaus
- > Mehr als 80 Prozent unzufrieden
- > Deutscher Fahrradpreis 2025: Gewinner gesucht
- > Weihnachtsbäume für einen guten Zweck
- > Buchempfehlungen - nicht nur zu Weihnachten
- > Weihnachtliches Schrauben
- > Radwissen: Förderprogramme für den Radverkehr
- > AUFGESPIEßT
- > Zwei aktuelle Filme im Fahrradkino

- > Durch goldene Herbstlandschaften links und rechts der Donau
- > Touren im Winter
- > Termine im Dezember und Januar



## Petition zum Bundesverkehrswegeplan 2030

**Gefordert wird eine nachhaltige Verkehrsplanung. Jetzt Petition unterschreiben**

Der Bundesverkehrswegeplan (BVWP) soll die Bedarfe für den Erhalt, Ersatz, Aus- und Neubau von Straßen, Bahnstrecken und Wasserwegen beschreiben - soweit sie in die Zuständigkeit des Bundes fallen. Entstanden ist er über Jahrzehnte und wurde immer wieder fortgeschrieben. Faktisch ist der BVWP eine Wunschliste von Projekten, die Straßenbauverwaltungen und Politiker jahrzehntelang zusammen getragen haben. Schon der BVWP 2015 wurde nicht zur Hälfte umgesetzt. Der Klimaschutz ist zudem völlig unterbelichtet.

Nichtregierungsorganisationen starten nun eine Petition für eine nachhaltige Verkehrsplanung.

> [mehr zur Petition](#)



Jetzt bewerben  
und bis zu 5.000 Euro mit  
Eurem Klimaschutz-Projekt gewinnen!

[bonn.de/klima-preis](http://bonn.de/klima-preis)

Klimaneutral bis 2035.  
Gemeinsam Richtung Zukunft.



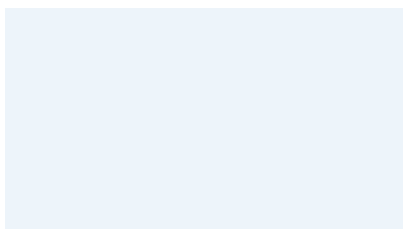
## Frist für Bonner Klima-Preis verlängert

**Noch bis 15. Dezember bewerben**

Der **Bonner Klima-Preis** wird vergeben an gemeinschaftlich durchgeführte Projekte, die dem Klimaschutz in Bonn dienen und damit ein Stück zum Ziel der Klimaneutralität beitragen. Die Bundesstadt Bonn und die Stadtwerke Bonn haben nun die Bewerbungsfrist verlängert. Bonner Gruppen, Unternehmen, Vereine, zivilgesellschaftliche Initiativen, Künstler\*innen und Kulturakteur\*innen, Schulen oder Kindertagesstätten, die in Bonn ansässig sind, können sich noch bis Sonntag, 15. Dezember 2024, bewerben und insgesamt 10.000 Euro Preisgeld gewinnen.

Für die Wettbewerbsbeiträge sind vielfältige Themen möglich: In Frage kommen etwa Projekte aus den Bereichen Mobilität, Energie, Konsum, Ernährung oder Landwirtschaft. Sowohl technische als auch Bildungs-, Kultur- oder Kommunikationsprojekte können eingereicht werden. Gewertet werden Projekte, die bereits gestartet oder schon erfolgreich abgeschlossen sind.

> [mehr zum Klimapreis](#)



## ADFC-Weihnachtsfeier mit Schrottwichteln

Wie bereits angekündigt findet am Freitag den 13. Dezember die Weihnachtsfeier unseres Kreisverbands statt. Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen sich ab 18 Uhr im Dietrich-Bonhoeffer-Haus (ESG), Königstr. 88 (nahe Poppelsdorfer Schloss) zusammenzufinden. Wir freuen uns auf ein gemütliches



Weihnachtsmann © Martti Tulenheimo

Beisammensein, bei dem der vereinsinterne Austausch und das Kennenlernen anderer Mitglieder nicht zu kurz kommen sollen. Für den Glühwein und andere Getränke, die vom ADFC gestellt werden, sollte jede\*r eine eigene Tasse mitbringen, sowie etwas Fingerfood für das Buffet.

Besonderes Highlight dieses Jahr: wir werden schrottwichteln! Also bringt alle, die gerne mitmachen möchten, ein kleines, verpacktes Geschenk mit - nichts extra kaufen, Eure aussortierten Kuriositäten finden neue Besitzer\*innen!



## 30 Mio für neue Mobilstationen stehen bereit

### Interessant für Gemeinden des Kreises Euskirchen

Mobilstationen sollen an einem Ort verschiedene Verkehrsmittel wie ÖPNV, Leihräder und Car-Sharing vernetzen und den Verkehrsmittelwechsel erleichtern. „Vernetzt mobil im Rheinischen Revier – Mobilstationen der Zukunft“. Unter diesem Namen hat die NRW-Landesregierung nun zusammen mit go.Rheinland und dem Verkehrsverbund Rhein-Ruhr (VRR) ein neues Angebot aufgelegt. Daraus können Fördermittel beantragt werden für Planung, Bau und Ausbau von Mobilstationen. Zum Rheinischen Revier gehören aus dem Gebiet des ADFC Bonn/Rhein-Sieg die Kommunen des Kreises Euskirchen. Insgesamt stellt das Land 30 Millionen Euro aus Bundesmitteln zur Verfügung.

> [mehr zu vernetzt mobil](#)



Korrekte Scheinwerfereinstellung. Foto: [www.bumm.de](http://www.bumm.de)

## Blendgefahr durch Radfahrende

### Moderne LED-Radlichter sind gut - falsch eingestellt sind sie aber eine Gefahr

Ein Lichtpunkt am Horizont der Straße weist auf einen Radfahrer hin. Gut, wenn dieser dadurch für den Gegenverkehr deutlich zu sehen ist. Schlecht dagegen, wenn sein Licht Entgegenkommende blendet. Dem Radfahrer selbst fällt das nicht unbedingt auf; doch ist der Scheinwerfer zu hoch eingestellt, gefährdet er damit andere.

Wer einen der neuen LED-Scheinwerfer vorne am Fahrrad hat, orientiert sich für die richtige Einstellung an der sogenannten Hell-Dunkel-Grenze. Der Lichtkegel unterteilt sich nämlich in einen unteren hellen und einen oberen dunkleren Bereich. Ist diese Grenze auf der geraden Strecke vor dem Fahrrad klar zu erkennen, ist das Licht gut eingestellt.

Befindet sich der helle Teil dagegen auch über der Fahrbahn, muss nach unten nachjustiert werden. Generell blenden LED-Lichter allerdings immer ein wenig. Entgegenkommende können

das vermeiden, indem sie nicht direkt ins Licht blicken, sondern etwas daneben auf den Fahrbahnrand.



Winteraktion 2024/2025 @ adfc

## Vergünstigte Einstiegsmitgliedschaft bis Januar

Kennen Sie jemanden, der überlegt Mitglied beim ADFC zu werden? Jetzt ist der perfekte Zeitpunkt dafür. Bis Ende Januar läuft eine Aktion, bei der die Jahresmitgliedschaft für einen Einstiegspreis von 19 € (regulär 66 €) im ersten Jahr erhältlich ist.

Wer also schon immer Mitglied werden wollte oder über eine Mitgliedschaft nachdenkt, sollte diese Aktion unbedingt nutzen. Weitere Informationen zur [Einstiegs-Mitgliedschaft](#) - einschließlich Eintrittsformular - sind hier zu finden.



©Pixaline (pixabay)

## Winterpause im RadHaus

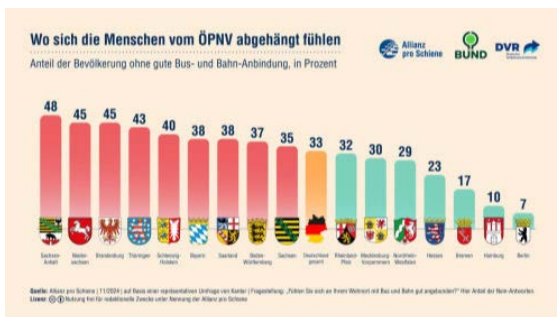
Das RadHaus macht vom 15.12.24 - 7.1.25 Winterpause.

Das heißt, bis zu 14.12. habt Ihr noch Gelegenheit, Fahrrad-Weihnachtsgeschenke zu besorgen - zum Beispiel einen Codiergutschein oder Radkarten für die Urlaubsplanung 2025.

Sogar originelles Geschenkpapier haben wir: Alte Radkarten geben wir zu dem Zweck kostenlos ab.

Ab Mittwoch, 8.1. sind wir dann wieder für Euch da, codieren Eure Räder und beraten Euch.

Aber nun wünschen wir Euch erstmal eine schöne Advents- und Weihnachtszeit und eine gute Fahrt (ohne Rutsch) ins Neue Jahr!



© Allianz pro Schiene | 11/2024 | auf Basis einer repräsentativen Umfrage von Kantar

## Mehr als 80 Prozent unzufrieden

### Mobilitätsbarometer 2024 zu Bahn, Bus, Rad- und Fußverkehr

Das repräsentative Mobilitätsbarometer 2024



## Deutscher Fahrradpreis 2025: Gewinner gesucht

Der Deutsche Fahrradpreis sucht zum 25. Mal Leuchtturmprojekte der Radverkehrsförderung. Ausgezeichnet werden kreative Lösungsansätze oder außergewöhnliche Projekte, die den Radverkehr nachhaltig verbessern und einen spürbaren, gesellschaftlichen Mehrwert schaffen. Kommunen, Institutionen, Vereine und Privatpersonen können ihre Bewerbungen noch bis zum 10. Dezember 2024 in den drei Kategorien Infrastruktur, Service &

der "Allianz pro Schiene" und weiterer Partner zeigt deutliche Unzufriedenheit in der Bevölkerung sowohl mit dem ÖPNV-Angebot als auch mit der Sicherheit des Rad- und Fußverkehrs. Mehr als 80 Prozent der Menschen in Deutschland nehmen bei ihrer Anbindung an Bus und Bahn keine positive Veränderung wahr. Jede/r Dritte ist unzufrieden mit dem ÖPNV-Angebot am eigenen Wohnort. Auch die gefühlte Sicherheit auf Radwegen und zu Fuß hat sich nicht verbessert.

> [mehr zur Umfrage](#)

Kommunikation und Ehrenamt unter [www.der-deutsche-fahrradpreis.de](http://www.der-deutsche-fahrradpreis.de) einreichen.

> [mehr](#)



Bolle Weihnachtsbaum-transport © Valeska Zepp

## Weihnachtsbäume für einen guten Zweck

Die Weihnachtszeit hat begonnen und mit ihr auch die Frage nach dem richtigen Weihnachtsbaum. Der Verein für Naturschutz und Landschaftsökologie (kurz NaLa e.V.) bietet seit 1980 Weihnachtsbäume an, die aus potenziell schutzwürdigen Flächen aus der Eifel stammen. Sie werden dort gefällt, um die Biologische Vielfalt, z.B. die Entwicklung naturnaher Laubmischwälder, zu fördern.

Einen besonderen Service dabei, bieten die Bonn-im-Wandel Projekte "Bolle Bonn" und "Bonner Velowerft" und transportieren Ihren Weihnachtsbaum auf Wunsch mit Lastenrädern und Lastenanhängern gegen Spenden CO2-frei zu Ihnen nach Hause.

Erfahren Sie mehr unter:  
Weihnachtsbaumaktion – [NaLa e.V.](#)



©M.Rios pixabay

## Buchempfehlungen - nicht nur zu Weihnachten

Wir haben zwei Bücher zur Geschichte des Radfahrens für Euch gelesen – vielleicht ja ein passendes Weihnachtsgeschenk?

### Nazis lassen radeln

Es ist mitten im Krieg, als im Sommer 1942 die deutschen Besatzer und ihre französischen Kollaborateure eine Tour de France, deklariert als „Circuit de France“ mit sechs Etappen veranstalten. Das Ziel, das die Nazis und das Vichy-Regime verfolgten, war klar...

### Eine Schatzkiste voller alter und neuer Radgeschichten

Dass das Fahrrad eine geniale – umweltschonende, gesundheitsfördernde und kostengünstige – Erfindung ist, dürfte sich allerorten herumgesprochen haben. Aber selten dürfte so umfassend die Geschichte des Fahrrads erzählt worden sein – und das noch äußerst mitreißend, faszinierend und quicklebendig...

> [mehr zu den Büchern](#)



Panenhilfe © ADFC-aprilagentur

## Weihnachtliches Schrauben

Einmal im Monat öffnet in Lannesdorf-Mehlem die Fahrrad-Selbsthilfwerkstatt ihre Tür. Im Dezember nun aber abweichend vom üblichen Rhythmus (1. Freitag im Monat), nämlich am Donnerstag, 19.12.: an diesem Tag ist die Werkstatt ein Türchen im "Lebendigen Adventskalender" mit Glühwein etc. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen:

Fahrrad-Selbsthilfe-Werkstatt des Quartiersmanagements Lannesdorf/Mehlem, Ellesdorfer Straße 40, 53179 Bonn in Kooperation mit dem ADFC

Wir wünschen festliches Schrauben!



## Radwissen: Förderprogramme für den Radverkehr

### Podcast Fair Spaces (Folge 20) gibt Auskunft

Um den Radverkehr in Deutschland zu fördern, unterstützt der Bund die Kommunen und Länder sowie (je nach Förderprogramm) Firmen und Institutionen mit Fördermitteln. In dieser Folge erfahren die Hörerinnen und Hörer, welche verschiedenen Förderprogramme es gibt, was bei der Antragstellung beachtet werden sollte und wo Interessenten weitere Beratung zu den Fördermitteln erhalten.

[> mehr zu Podcast](#)



Aufgespießt © Bernhard Meyer

## AUFGESPIEST

**ADFC-Akademie: Online-Seminar Radfahren und Naturschutz.** Diese Veranstaltung am 15. Januar (18:30 – 20 Uhr) gibt einen Einblick, warum sich auch Radfahrende mit Naturschutz auseinandersetzen sollten. Gemeinsam werfen wir einen Blick auf die ADFC-Position zu diesem Thema und beleuchten unter anderem die gesetzlichen Rahmenbedingungen, Konfliktfelder und Lösungsansätze. Im Anschluss diskutieren wir Leitlinien für Radfahrende, um naturschonend Fahrrad zu fahren. Die Teilnahme ist für ADFC-Mitglieder kostenfrei.

**Besser flexibel als „Vollpfosten“.** Wussten Sie schon, dass 12 % aller Fahrradunfälle auf Sperrpfosten zurückzuführen sind? Das hat der aktuelle DEKRA Verkehrssicherheitsreport 2024 herausgefunden: Die ganze Studie "Verkehrsräume für Menschen" dazu [hier](#). In der Regel handelt es sich dabei um „Vollpfosten“, also aus Metall oder Beton und für Radfahrer extrem gefährlich, selbst wenn sie aus löblicher Absicht aufgestellt wurden, um den motorisierten Verkehr von Radwegen fern zu halten. Die Richtlinien für Radverkehrsanlagen betonen daher, dass Sperrpfosten nur dort eingesetzt werden sollten, wo es keine alternative Lösung gibt und die Poller die Sicherheit der Radfahrenden tatsächlich erhöhen. Warum dann nicht grundsätzlich flexible Pfosten einsetzen? Tests haben gezeigt, dass hier die Unfallfolgen zumindest erheblich gemildert werden können. [Mehr dazu](#)

**Aktion „Frostpendeln“.** Gerne leiten wir diesen Motivationsschub zum Radeln (nicht Rodeln!) bei Sch...-wetter – aufgespießt aus dem ADFC-Newsletter „elan.aktiv“ weiter. Nässe, Glätte, Kälte; Radfahren im Winter ist kein Spaziergang!

Das ist aber noch lange kein Grund, das Rad stehen zu lassen. Wer aktuell Schwierigkeiten hat, sich für das Radfahren bei Wind und Wetter zu motivieren, hier ist genau das richtige Projekt: Frostpendeln! Auf dieser Plattform können Radfahrende jeden Kilometer eintragen, den sie im Winter mit dem Rad zurücklegen – ähnlich wie beim Stadtradeln. Auch ist hier die Gelegenheit sich mit anderen Frostpendler:innen zu vernetzen, Tipps austauschen und eigene Fortschritte mit anderen zu vergleichen. [Mehr dazu auf dieser Website](#) und hier auch die [ADFC-Tipps](#) zum sicheren Radfahren im Winter.



Weihnachtsmann in Berlin kommt auf dem Fahrrad © Happy Endings Films

## Zwei aktuelle Filme im Fahrradkino

**1. Film: "Schau mich nicht so böse an"**  
**Deutschland 1997, satirischer Dokumentarfilm von Michael Chauvistre am Donnerstag, 19. Dezember, 19:30 Uhr, Kinemathek in der Brotfabrik, Kreuzstraße 16, Bonn-Beuel.**

Weihnachtsmann-Vollversammlung an Heiligabend im Uni-Hörsaal in Berlin. 350 Weihnachtsmänner und 50 Engel stimmen sich auf ihren großen Einsatz ein. 5000 Familien sollen beschert werden. Regisseur Michael Chauvistre begleitet mit drei Kamerateams drei Weihnachtsmänner durch die weihnachtlich geschmückten Wohnstuben. Diese sind nicht mit dem Schlitten unterwegs, sondern mit dem Auto oder mit dem Fahrrad. Es ist nicht nur ihr Auftrag, Gedichte abzufragen und mit Geschenken Freude ins Haus zu bringen, sondern auch die Erziehungsbemühungen der Eltern durch strenges Auftreten zu unterstützen. Aus all den Kleinigkeiten, die an so einem Abend passieren, hat Chauvistre einen unspektakulären und doch eindringlichen Dokumentarfilm geschaffen, zu dem auch der Humor unbedingt dazu gehört.

[> mehr zum Fahrradkino](#)



© Pixabay

## Durch goldene Herbstlandschaften links und rechts der Donau

**Ein Radreisevortrag von Barbara und Georg Böhm**

am Mittwoch, 08. Januar 2025, 19:00 Uhr (pünktlich, Einlass ist zwischen 18:30 und 19:00 Uhr, anschließend bleiben die Türen verschlossen), Katholisches Bildungswerk, Kasernenstr. 60, 53111 Bonn (Eintritt frei, Anmeldung nicht erforderlich).

Ende September 2023 starteten Barbara und Georg in der quirligen Metropole Wien. Zuerst durch Österreich, da wo es flach ist: Vorbei am Neusiedlersee durch die Niederungen der Puszta, durch Ungarn und die Slowakei führt sie die abwechslungsreiche Radtour weiter durch Weinviertel, Mostviertel, zur ehemaligen Kulturhauptstadt Linz und am Ende auch durch die Berge des Salzkammerguts.

**Erinnerung:** Radreisevortrag von Thomas Meier "DNS - Deutschland von Nord nach Süd" am Mittwoch, 04. Dezember 2024, 19:00 Uhr.



Foto: Rüdiger Wolff

## Touren im Winter

Wie bleibt man fit und verliert nicht seine Form in der kalten Jahreszeit? Der [Winter Fahrrad Ratgeber](#) will motivieren, seinen Drahtesel nicht einstauben oder einschneien zu lassen. So gibt es einige Gründe für Winter Radtouren:

- Die Radwege hat man anders als im Sommer fast allein, ohne Inline Skater oder riesige Radtourismus-Gruppen.
- Entspanntes Grundlagentraining stärkt die Abwehrkräfte, bleibt aber im niedrigen Pulsmodus.
- Bei Sonnenschein tankt man eine ordentliche Portion Vitamin-D und entflieht der stickigen Raumluft.

Auch der ADFC versinkt nicht im Winterschlaf. Der Witterung angepasste Touren stehen auf dem Programm - geplant und organisiert, um auch dich anzusprechen. Probiere aus, [hier geht 's lang zu den ADFC-Wintertouren](#)



## Termine im Dezember und Januar

Auch im Winter gibt es viel zu erradeln und zu erleben - schaut mal in die Fahrradtermine auf [www.touren-termine.adfc.de](http://www.touren-termine.adfc.de)

Redaktion: Ulrich Keller, Martina Menz, Verena Zintgraf, Werner Böttcher, Bernhard Meier, Jona Rau

Tel.: 0228 - 6 29 63 64  
E-Mail: [bonn@newsletter.adfc-nrw.de](mailto:bonn@newsletter.adfc-nrw.de)  
[www.bonn-rhein-sieg.adfc.de](http://www.bonn-rhein-sieg.adfc.de)

Dieser Newsletter geht an Sie und weitere 3866 Empfänger\*innen.  
Zurückliegende Ausgaben finden Sie im [Archiv](#).

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club  
Kreisverband Bonn / Rhein-Sieg e.V.  
Breite Str. 71  
53111 Bonn

[Weiterleiten](#) | [Daten ändern](#) | [Abmelden](#) | [Impressum](#) | [Online-Ansicht](#)