

Fitte Wadl – fitte Umwelt

Machen Sie mit!

Ob mit Fahrrad, Tretroller oder zu Fuß: Hauptsache mit mehr Bewegung an die FH! Mit dem Projekt Fitte Wadl – fitte Umwelt motiviert das Team vom Gesundheitsmanagement Campus Vital Mitarbeiter*innen und Studierende, der eigenen Gesundheit und Umwelt Gutes zu tun.

- › Bringen Sie mit der Wadl-Challenge mehr Bewegung in Ihren Alltag.
- › Tauschen Sie sich mit Kolleg*innen aus und unterstützen Sie sich gegenseitig.
- › Nutzen Sie die kostenlosen Radchecks Fitte Radl an den Standorten der FH Campus Wien.
- › Kommen Sie zu unseren Veranstaltungen und bringen Sie Ihre Ideen ein.
- › Schreiben Sie uns Ihre Fragen oder Anregungen an: mobilitaet@fh-campuswien.ac.at

Informationen und Anmelde-möglichkeiten zu allen Aktivitäten finden Sie im Intranet und im FH-Portal für Studierende.



Schont Umwelt, Geldbörse und Nerven

Clemens hat das Radfahren schon früh als Lieblingssport entdeckt und pendelt regelmäßig mit dem Rad zur Arbeit. So schont er Umwelt, Geldbörse und Nerven.

Sein Rat: Route optimieren, entspannter Fahrstil und Wechselkleidung mitbringen.

Clemens, Mitarbeiter Stabsstelle Qualitätsmanagement



Einmal begonnen und nie wieder aufgehört

Vincent studiert und ist zudem berufstätig. Das Rad nutzt er als Haupttransportmittel, denn so fühlt er sich unabhängig, spart Fahrzeit und bekommt durch das Radeln den Kopf frei.

Sein Rat an Anfänger*innen: Jeder Tritt zählt!

Vincent, Studierender Bachelorstudium Computer Science and Digital Communications



Gut für mich und unseren Planeten

Susanne schafft mit ihrem E-Bike den längeren Arbeitsweg nach Wien problemlos. Umweltschutz ist ihr ein großes Anliegen, ebenso schätzt sie die positive Wirkung auf Körper und Geist.

Ihr Rat: Geduld mit sich selbst haben und beim Radfahren die Umgebung wahrnehmen.

Susanne, Lehrende und Forschende Biomedizinische Analytik

Mehr an die frische Luft kommen

Für Julia ist das Fahrrad ein Transportmittel mit vielen Vorteilen. Neben Bewegung ist ihr vor allem Nachhaltigkeit wichtig, denn mit dem Fahrrad ist sie energieeffizient und klimaschonend unterwegs. Ihr Rat: Es muss nicht immer ein brandneues Modell sein – wichtig ist die passende Größe und ein guter Zustand.

Julia, Studierende Bachelorstudium Diätologie



Gesundheit und Umweltschutz fördern

Susanne, Raphael und Susi wollen mit dem Projekt Fitte Wadl – fitte Umwelt eine Trendwende schaffen – weg vom motorisierten Individualverkehr hin zu aktiver Mobilität.

Ihr Rat: Gemeinsam mit anderen fällt es leichter, die eigenen Gewohnheiten zu verändern.

Raphael, Susi und Susanne, Projektteam Fitte Wadl – fitte Umwelt