****

**PRESSEINFORMATION xx.xx.xxxx**

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
|  | **Sommerurlaub nahmobil: Schöne Urlaubsmomente warten direkt vor der Haustür** | |
|  |  | |

Lange Tage, warme Temperaturen – Sommerzeit! Auch daheim in und um Kommunenname bedeutet das: Lebensqualität pur. Den Sommer zu Hause zu erleben, heißt, sich nach Lust und Laune austoben, die Seele baumeln lassen und die heimischen Gefilde zu Fuß oder mit dem Rad entdecken zu können. Gemeinsam mit der Arbeitsgemeinschaft Nahmobilität Hessen (AGNH) gibt die Stadt/die Gemeinde/der Landkreis + Kommunenname Anregungen, wie Sie Ihren Sommerurlaub in der Umgebung unvergesslich gestalten.

**Zu Fuß an unbekannte Orte**

Bei allem gilt: Gestalten Sie die freie Zeit so, als wären Sie Gast in Ihrer eigenen Umgebung. Entgehen Sie dem sommerlichen Reisestress im wahrsten Sinne des Wortes, indem Sie sich auf den eigenen Sohlen ohne Zeitdruck dorthin treiben lassen, wohin die Sommerlaune lockt. Das Zufußgehen eignet sich perfekt, um die eigene Umgebung ganz bewusst zu erleben. Warum nicht mal besonders schöner/geschichtsträchtiger/ sehenswerter Ort + Aktivität in der Kommune („…über den historischen Marktplatz flanieren…“) oder eine besonders schöne Weg-/Wanderstrecke in der Umgebung („…die Natur rund um den Waldsee erkunden...“)? „Intensiver wird es, wenn Sie dies mit dem Unbekannten verbinden: Suchen Sie neue Orte in Ihrer Nähe auf oder solche, die Sie bisher nur aus einer bestimmten Perspektive kennen“, rät Vorname Name, Funktion. Waren Sie beispielsweise schon einmal zum Frühstücken in dem Café, an dem Sie morgens auf dem Weg zur Arbeit vorbeihasten? Oder in den Abendstunden in Freizeiteinrichtung vor Ort (z.B. ein Schwimmbad)?

Falls die Kommune/lokale Tourismusgemeinschaft Stadtrundgänge/thematische Touren/Thementouren anbietet, Hinweis darauf („Wenn Sie keine Lust haben, ihre Umgebung allein zu erkunden, können Sie…“)

Ihre Umgebung können Sie auch gemeinsam mit Ihren Kindern neu entdecken. Gerade für die Kleinen ist es wichtig, während der schulfreien Zeit mobil und in Bewegung zu bleiben. Organisieren Sie etwa eine Schnitzeljagd, Dorf- oder Stadtrallye oder tragen Sie einen Wettbewerb aus, bei dem sie versuchen, so viele Ziele wie möglich nahmobil zu erreichen. Ob Spielplätze/lokales Museum/lokale Freizeitanlage oder spannende Plätze in der Natur – erstellen Sie gemeinsam eine Liste von Orten in der Nähe und besuchen Sie diese zu Fuß und mit dem Fahrrad.

**Im Fahrradsattel flexibel von A nach B**

Im Sommer in und um Kommunenname auf diese Art unterwegs zu sein, erlaubt es Ihnen, die Entschleunigung noch intensiver zu genießen. Sie entgehen potentiellem Zeitdruck, sind flexibler und können je nach Lust und Laune Zwischenstopps einlegen. Sie sind auf dem Weg zu lokaler Badesee/Schwimmbad und von der anderen Straßenseite winkt Ihnen eine alte Schulfreundin zu? Oder ein tolles Eiscafé liegt auf dem Weg? Wenn Sie zu Fuß oder mit dem Rad unterwegs sind, haben Sie jetzt die idealen Voraussetzungen zum Innehalten für einen kurzen Plausch oder ein leckeres Eis. Und was gibt es im Sommer Schöneres, als entspannt an den Badesee zu radeln und ohne Umwege ins kühle Nass springen zu können?

Für den Weg zum Freibad oder zum Zoo lässt sich ohne Stress und Mühe alles Nötige auf den Gepäckträger oder in die Satteltasche packen. Falls es in der Kommune ein Leihsystem für Fahrräder, Lastenräder/Lastenanhänger gibt, Hinweis darauf („In Kommunenname ist dies auch ohne eigenes Rad möglich:…“). „Nutzen Sie das gute Wetter, um alltägliche Erledigungen mit dem Fahrrad zu tätigen“, empfiehlt Funktion Name darüber hinaus. „Zur Stadtbücherei oder zu Ihrem Arzttermin kommen Sie bequem mit dem Rad; Bücher und Arznei können ganz einfach im Fahrradkorb oder einem Rucksack verstaut werden.“

**Zurück im Alltag, und nun?**

Ganz gleich, ob Sie es sich im Sommer zu Fuß oder mit dem Rad gutgehen lassen: Versuchen Sie möglichst viele der neu entdeckten Wegstrecken auch nach Urlaubsende in Ihren Alltag zu integrieren. Sie haben während der Sommerferien einen verwunschenen Ort in der unmittelbaren Umgebung aufgespürt? Sie haben erlebt, wie entspannend es sein kann, die Brötchen beim Bäcker um die Ecke zu holen? Dann sollten Sie sich diese Momente bewahren und bewusst an ihnen festhalten, sobald der Alltag Einzug hält. Denn egal, für welches Ziel Sie sich entscheiden – es liegt garantiert näher, als Sie denken.

**Nahmobilität in Hessen – Einfach machen!**

Für eine klimafreundliche Mobilität von morgen: Das Land Hessen verfolgt das Ziel, den Anteil des Fuß- und Radverkehrs auf Wegen innerhalb der Städte und Gemeinden in Hessen deutlich zu erhöhen und damit die Lebensqualität für alle zu verbessern. Um die Landkreise, Städte und Gemeinden bei der Stärkung des Fuß- und Radverkehrs vor Ort zu unterstützen hat das Land Hessen die Arbeitsgemeinschaft Nahmobilität Hessen (AGNH) ins Leben gerufen. In der AGNH tauschen sich über 170 hessische Gemeinden, Städte und Landkreise aus und machen sich durch ihre vielfältigen Maßnahmen und Aktionen für die Förderung von Nahmobilität auf lokaler Ebene stark. Auch [Kommunenname] ist seit [Jahr des Beitritts] Mitgliedskommune in der AGNH.

**Weitere Informationen auf** [www.nahmobil-hessen.de](http://www.nahmobil-hessen.de)

**Pressekontakt:**

Name Vorname

E-Mail:

Telefon:

*>> bitte entfernen*

*Anleitung:*

*Alle blau markierten Felder sind auszufüllen.*

*bitte entfernen <<*