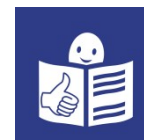


## Informationen über den AOK Firmen-Lauf 2020 in Leichter Sprache



Der **Firmen-Lauf** in Siegen findet dieses Jahr schon zum 17. Mal statt.

Die **AOK** ist eine **Kranken-Kasse**.

Die AOK ist der **Sponsor** von dem Firmen-Lauf.

Ein Sponsor gibt Geld für eine Veranstaltung und unterstützt sie.

In diesem Jahr macht der Firmenlauf etwas für den **Klima-Schutz**.



### Was macht man beim Firmen-Lauf?

Der Firmen-Lauf ist eine **Sport-Veranstaltung**.

Aber dieses Jahr ist der Firmenlauf anders.

Jeder läuft für sich wo er möchte.

Eine Strecke von **5,5 km**.

Und schreibt sich seine Zeit auf.

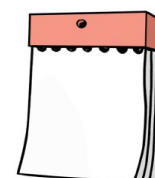
Es gibt Urkunden, Medaillen und T-Shirts.

### Wann ist der Firmen-Lauf?

Dieses Jahr fängt der Firmen-Lauf am **23. Juni** an.

Und hört am **10. Juli** auf.

Den Tag kann man sich selbst aussuchen.



### Wo ist der Firmen-Lauf?

Jeder kann da laufen wo er möchte.

### Wer macht beim Firmen-Lauf mit?

Die Menschen laufen mit ihren **Kollegen** von der Arbeit mit.

Aber jeder läuft für sich alleine.



Jede Firma und Gruppe hat einen **Mul-ti-pli-ka-tor**.

Der Multiplikator ist ein Mitarbeiter oder eine andere Person aus der Gruppe.

Er **regelt** die **Anmeldung** für die Lauf-Gruppe beim Firmen-Lauf.

Der Multiplikator **hilft** auch, wenn es **Fragen** gibt.



### Kann jeder beim Firmen-Lauf mitmachen?

Ja, **jeder kann mitmachen**.

Manche Läufer melden sich auch alleine an.

Sie können sich bei dem **Ansprech-Partner** melden.

Wenn sie den Firmen-Lauf mitlaufen möchten.

Oder wenn sie **Fragen** haben. Oder wenn sie **Unterstützung** brauchen.

Auch wenn ihre Arbeit oder Gruppe nicht mit macht.



Es gibt beim Firmen-Lauf auch **Unterstützung für Menschen mit Behinderungen**.

Der Ansprech-Partner kann auch dazu Informationen geben.

Der Ansprech-Partner ist: **Martin Hoffmann**

Die Telefon-Nummer von Martin Hoffmann ist: 01 - 71 / 43 - 88 - 45 - 6



Der Firmen-Lauf hat auch eine Internet-Seite.

Auf der **Internet-Seite** gibt es noch mehr Informationen.

Und Videos zum Üben für den Firmenlauf.

Die Seite heißt: **[www.siegerlaender-aok-firmenlauf.de](http://www.siegerlaender-aok-firmenlauf.de)**

Mehr Sport-Veranstaltungen für alle findet man auf:

**[www.wir-machen-mit.eu](http://www.wir-machen-mit.eu)**



Personen mit Lernschwierigkeiten haben diesen Text auf Verständlichkeit geprüft.

Die Bilder sind von:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,  
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe.  
Weitere Informationen unter: [www.leicht-lesbar.eu](http://www.leicht-lesbar.eu)