

Gezielte Veloförderung stärkt die Gesundheit der Mitarbeitenden im Betrieb

Körperliche Betätigung regt die Durchblutung an und verbessert dadurch die Produktivität. Mitarbeitende, die mit dem Velo zur Arbeit fahren, tun etwas Gutes für ihre Gesundheit und reduzieren den durch das Unternehmen ausgelösten Energieverbrauch.

Massnahme

Die gezielte Veloförderung steigert die Leistung und fördert die Gesundheit der Mitarbeitenden.

Vorgehen

- Stellen Sie zum Beispiel im Intranet alle Informationen, Angebote und Aktivitäten Ihres Unternehmens und in Ihrer direkten Umgebung (z.B. Bikesharing-Angebote) zur Veloförderung zusammen.
- Klären Sie die Anforderungen Ihrer Mitarbeitenden an die Veloinfrastruktur. Führen Sie dazu eine kurze Umfrage durch (siehe Rückseite).
- Konzentrieren Sie sich bei der Auswertung der Umfrage auf die Anliegen von Mitarbeitenden, die eine positive Einstellung zum Velo haben.
- Analysieren Sie, warum das Velo für den Arbeitsweg nicht genutzt wird und was notwendig ist, damit sich dies ändert.
- Leiten Sie daraus die Massnahmen ab, die für Ihr Unternehmen und für Ihre Mitarbeitenden den grössten Nutzen bringen. Das können sein:
 - gedeckte Veloabstellplätze
 - Lademöglichkeit für E-Bikes
 - Raum zum Umkleiden
 - Garderobenkästen
 - Duschmodöglichkeit
 - gemeinsamer After-Work-Reparaturkurs
 - Teilnahme bei bike to work
- Beziehen Sie Ihre Mitarbeitenden in die Evaluation der Massnahmen mit ein und setzen Sie diese in Ihrem Betrieb um.



Kosten – Aufwand

- Die Umfrage und die Auswertung ergeben – je nach Grösse des Unternehmens – zwischen einem und zwei Tagen Arbeit.
- Hinzu kommen die Kosten für
 - die Umsetzung von Infrastrukturmassnahmen (z.B. Kauf und Montage von Veloständern)
 - Förder- und Teambuildingaktivitäten (z.B. Velopauschale oder ein Beitrag an ein Bikesharing-Abonnement)
- Mittelfristig benötigen Sie eventuell weniger Mitarbeiterparkplätze, was zu einer Kosteneinsparung führen kann.

Zu beachten

- Oft ist es nicht möglich oder sinnvoll, alle Massnahmen gleichzeitig umzusetzen. Beginnen Sie in diesem Fall mit einem Projekt, von dem Sie sich hohe Akzeptanz erwarten. Sammeln Sie erste Erfahrungen und implementieren Sie nach und nach die weiteren Massnahmen. Das Ziel ist, dass Sie mit Ihrem Beitrag zur Nachhaltigkeit auch eine begeisterte Velo-Community unter Ihren Mitarbeitenden schaffen.

Ergänzende Erklärungen

Mitarbeiterumfrage

Eine kurze Mitarbeiterumfrage ist eine wichtige Grundlage für eine Veloförderung, die exakt auf die Bedürfnisse der Mitarbeitenden in Ihrem Unternehmen zugeschnitten ist. Wenn Sie den tatsächlichen Bedarf und das Potenzial kennen, sparen Sie Kosten und Zeit bei der Umsetzung von Veloförderungsmassnahmen. Dies verhindert, dass Sie zum Beispiel Duschen bereitstellen, die dann nie genutzt werden.

In Betrieben mit bis zu 20 Mitarbeitenden eignet sich für die Umfrage ein ausgedruckter Fragebogen, den Sie von Hand auswerten. Bei grösseren Unternehmen lohnt es sich, die Umfrage mit einem Online-Tool durchzuführen. Sie finden im Internet diverse Lösungen dafür – einige sind kostenlos, andere kostenpflichtig. Letztere bieten meist mehr Möglichkeiten bei der Auswertung der Daten.

EnergieSchweiz stellt Ihnen einen Musterfragebogen für die Mitarbeiterumfrage zur Verfügung, den Sie mit geringem Aufwand an Ihre Bedürfnisse anpassen können.

Musterfragebogen
Veloförderung für
Mitarbeitende



Velofahren fördert die Gesundheit

Es gibt viele Mittel, um Stress abzubauen. Ausdauersport und speziell Velofahren haben sich dabei als besonders wirksam erwiesen. Die gleichmässigen, zyklischen Bewegungen haben eine beruhigende und entspannende Wirkung auf den Menschen. Das Velofahren kräftigt zudem die Muskulatur in den Beinen, im Rücken und im Nacken und kann so schmerzhaften Verspannungen durch langes Sitzen am Bürotisch vorbeugen. Gesunde Mitarbeitende danken es Ihnen mit weniger Absenzen.

Motivation und Kommunikation

Es gibt viele gute Möglichkeiten, wie Sie das Velo in Ihrem Unternehmen fördern können. Als Anregung zwei Beispiele:

- **bike to work:** Die schweizweite Aktion bike to work von Pro Velo Schweiz fördert den Teamgeist und die Fitness Ihrer Mitarbeitenden und leistet einen Beitrag zu einem nachhaltigen Mobilitätsverhalten. bike to work findet jährlich im Mai und Juni statt. Rund 80 000 Velofahrerinnen und Velofahrer aus 2800 Betrieben radeln täglich zur Arbeit. Die zurückgelegten Kilometer erfassen sie im Challenge-Kalender und nehmen damit an einer grossen Verlosung teil. Die moderate Teilnahmegebühr des Projekts wird durch das Unternehmen getragen und richtet sich nach der Anzahl der Mitarbeitenden.
- **Betriebsausflug mit dem Velo:** Es muss nicht immer eine Schifffahrt auf dem Vierwaldstättersee sein. Das E-Bike macht neue Formen der Teambuilding möglich, bei denen sich die ganze Belegschaft sportlich bewegt. Zum Beispiel bei einer Ausfahrt entlang eines malerischen Gewässers, die sich mit kulturellen und kulinarischen Erlebnissen kombinieren lässt. Wer weiss, vielleicht kommt dabei die eine oder der andere Mitarbeitende auf den Geschmack und nutzt das Velo künftig für den Arbeitsweg.

Weiterführende Informationen

- [Mobilitätsmanagement in Unternehmen](#)
EnergieSchweiz
- [Mit dem Velo zur Arbeit](#)
Studie der Universität Lausanne
- [Förderbeiträge für Mobilitätsprojekte in Unternehmen](#)