

La promotion ciblée du vélo renforce la santé des collaborateurs des entreprises

L'activité physique stimule la circulation sanguine et améliore donc la productivité. Les collaborateurs qui vont travailler à vélo font un geste pour leur santé et réduisent la consommation d'énergie de leur entreprise.

Mesure

La promotion ciblée du vélo améliore les performances et renforce la santé des collaborateurs.

Procédure

- Diffusez par exemple sur l'intranet toutes les informations, les offres et les activités de votre entreprise et dans votre environnement direct (offres de partage de vélos, par exemple) concernant la promotion du vélo.
- Identifiez les exigences de vos collaborateurs en ce qui concerne l'infrastructure pour les vélos. Réalisez un rapide sondage à cet effet (voir au verso).
- Lors de son évaluation, concentrez-vous sur les demandes des collaborateurs qui ont une attitude positive vis-à-vis du vélo.
- Analysez les raisons pour lesquelles le vélo n'est pas utilisé pour aller travailler et les mesures nécessaires pour changer cette situation.
- Identifiez celles qui seront le plus bénéfiques à votre entreprise et vos collaborateurs. Ce peut être par exemple:
 - abris pour les vélos
 - possibilité de charger les vélos électriques
 - espace pour se changer
 - casiers pour les vêtements
 - possibilité de prendre une douche
 - cours de réparation commun après le travail
 - participation à bike to work
- Impliquez vos collaborateurs lors de l'évaluation des mesures et mettez-les en œuvre dans votre entreprise.



Frais et charge de travail

- Le sondage et son évaluation prennent entre un et deux jours de travail en fonction de la taille de l'entreprise.
- À cela s'ajoutent les coûts dus
 - à la mise en œuvre des mesures concernant l'infrastructure (l'achat et l'installation de supports à vélos, par exemple)
 - aux activités de promotion et de renforcement de l'esprit d'équipe (forfait vélo ou contribution à un abonnement de partage de vélos)
- À moyen terme, il se peut que vous ayez besoin de moins de places de stationnement pour les voitures des collaborateurs, ce qui vous fait faire des économies.

Remarque

- Souvent, il n'est pas possible ni judicieux de mettre en œuvre toutes les mesures en même temps. Dans ce cas, commencez par un projet pour lequel vous prévoyez une bonne acceptation. Tirez-en les premiers enseignements et mettez progressivement en œuvre les autres mesures. L'objectif consiste à créer une communauté de cyclistes enthousiastes parmi vos collaborateurs tout en contribuant au développement durable.

Explications complémentaires

Sondage auprès des collaborateurs

Un rapide sondage auprès des collaborateurs constitue une base importante pour faire une promotion du vélo qui réponde exactement aux besoins des collaborateurs de votre entreprise. Vous réaliserez des économies et gagnerez du temps lors de la mise en œuvre des mesures de promotion du vélo si vous connaissez les besoins réels et les opportunités. Cela ne sert à rien de mettre à disposition des douches que personne n'utilise ensuite, par exemple.

Vous pouvez utiliser des formulaires imprimés que vous dépouillez manuellement dans les entreprises qui comptent 20 collaborateurs au maximum. Pour les entreprises plus grandes, il est intéressant de le réaliser avec un outil en ligne. Vous trouverez différentes solutions sur Internet, certaines sont gratuites, d'autres payantes. Ces dernières proposent en général plus de possibilités pour analyser les données.

SuisseEnergie met à votre disposition un questionnaire type que vous pouvez adapter à vos besoins avec un minimum d'efforts.

Questionnaire type
Promotion du vélo auprès des
collaborateurs



Faire du vélo est bon pour la santé

Il existe de nombreuses méthodes pour diminuer le stress. Les sports d'endurance, et notamment le vélo, se sont avérés particulièrement efficaces. Les mouvements réguliers et cycliques ont un effet apaisant et relaxant sur l'être humain. Le vélo renforce également la musculature des jambes, du dos et de la nuque. Il peut ainsi prévenir les tensions douloureuses dues aux longues périodes en position assise à un bureau. Les collaborateurs en bonne santé vous remercieront, car ils seront moins absents.

Motivation et communication

Il existe de nombreuses possibilités intéressantes pour promouvoir le vélo dans votre entreprise. Voici deux exemples pour vous inspirer:

- **bike to work:** L'action nationale **bike to work** de PRO VELO Suisse encourage l'esprit d'équipe et la forme physique de vos collaborateurs. Elle contribue à un comportement durable en matière de mobilité. **bike to work** a lieu tous les ans en mai et en juin. Environ 80 000 cyclistes de 2 800 entreprises se rendent chaque jour au travail à vélo. Ils enregistrent les kilomètres parcourus dans le calendrier du challenge afin de participer à un grand tirage au sort. L'entreprise prend en charge les frais de participation au projet, qui sont d'un montant modéré et dépendent du nombre de collaborateurs.
- **Sortie d'entreprise à vélo:** il existe d'autres possibilités qu'une croisière sur le lac des Quatre-Cantons. Le vélo électrique permet de renforcer l'esprit d'équipe différemment, tout le personnel peut faire du sport. Il est par exemple possible de faire une sortie à vélo le long d'un cours d'eau pittoresque et de l'associer à des expériences culturelles ou culinaires. Et qui sait? Certains collaborateurs y prendront peut-être goût et utiliseront le vélo pour aller travailler par la suite.

Informations complémentaires

- Gestion de la mobilité dans les entreprises SuisseEnergie
- Au travail à vélo
Étude de l'Université de Lausanne
- Subventions pour les projets de mobilité dans les entreprises