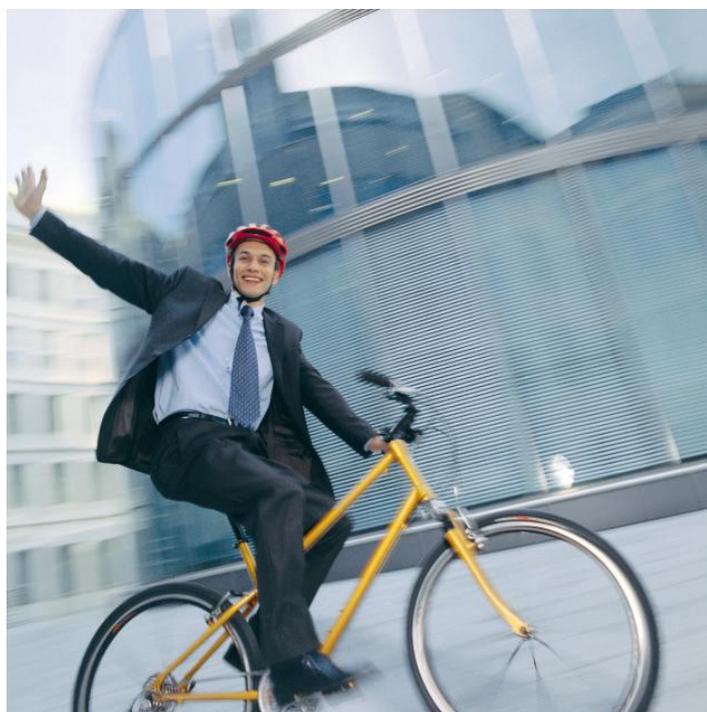


Cas pratique  
BIKE TO WORK -  
PROMOTION DU VÉLO  
DANS LES ENTREPRISES



Etabli le: 07.02.2006  
Actualisé le: 04.08.2008

Soutenu par:  **suisse énergie**

## Aperçu



Logo de l'action « bike to work » 2006 de Pro Vélo.

Les collaborateurs qui effectuent à vélo tout ou partie du trajet pour se rendre au travail sont moins souvent malades, plus performants et permettent aux entreprises d'économiser des places de stationnement qui coûtent cher. Les entreprises peuvent profiter de ces avantages à relativement peu de frais par le biais d'une promotion ciblée de l'utilisation du vélo auprès de leurs collaborateurs, promotion qui peut se faire dans le cadre d'une démarche coordonnée (management de la mobilité) ou en tant que mesure isolée.

Pro Vélo Suisse souhaite faire mieux connaître ces avantages aux entreprises et à leur personnel par une action « bike to work » (A vélo au boulot) répétée chaque année. L'association cherchait un partenaire approprié pour réaliser un projet pilote; elle l'a trouvé auprès de la Fédération des coopératives Migros. Le projet correspondait parfaitement au thème de la santé que l'entreprise avait choisi en tant qu'axe prioritaire pour l'année 2005. L'action a été conçue en collaboration avec la Fédération des coopératives et réalisée avec les entreprises Migros intéressées. 1600 collaborateurs ont pu être motivés à participer à cette action qui s'est déroulée sur quatre semaines. Grâce à ce résultat positif et aux expériences recueillies, toutes les entreprises intéressées de Suisse pourront participer à l'action en 2006.

Les communes peuvent également jouer un rôle actif en motivant les entreprises sises sur le territoire communal ou leur propre administration à participer à l'action « bike to work ».

## L'exemple de Chocolat Frey SA

Chocolat Frey appartient au groupe des entreprises industrielles de la Fédération des coopératives Migros. En 2005, on a proposé à cette entreprise – tout comme à l'ensemble des entreprises Migros – de participer au projet pilote « bike to work ». Sise à Buchs dans le canton d'Argovie, l'entreprise emploie quelque 800 collaborateurs, dont une grande partie travaille en horaires postés. Malgré cette condition plutôt défavorable, Chocolat Frey, de même que 20 autres entreprises Migros, a décidé de participer à l'action et 88 collaborateurs se sont ainsi prêtés au jeu. Ce résultat réjouissant n'est pas seulement dû à la préparation minutieuse et à la bonne coordination du projet entre Pro Vélo et Migros, mais aussi à l'engagement très important de Chocolat Frey.

## Description



En ville notamment, le vélo est un moyen de locomotion rapide.

## Contexte

La sédentarité est actuellement la principale cause des maladies de civilisation. Les gens ne bougent souvent pas suffisamment, surtout lorsque leur travail consiste à rester assis toute la journée derrière un bureau. Pourtant, 30 minutes d'exercice physique chaque jour suffisent à promouvoir la santé individuelle. Différentes formes de mouvement simples s'y prêtent parfaitement au quotidien, notamment l'utilisation du vélo pour se rendre au travail. Le vélo ménage les articulations; chacun peut adopter la vitesse qui lui convient et c'est en outre une bonne façon d'évacuer le stress. Sur de courtes distances (jusqu'à 3 km), le vélo est le moyen de locomotion le plus rapide pour un trajet de porte à porte. Il soutient aussi la comparaison avec d'autres moyens de transport sur des parcours pouvant aller jusqu'à 10 km. Si la distance jusqu'au lieu de travail est plus grande, le vélo peut être combiné avec les transports publics.

Les entreprises ont tout intérêt à ce que leurs collaborateurs soient en bonne santé, les coûts de l'absentéisme étant très importants. Aujourd'hui, en moyenne suisse, seuls 7 % des pendulaires utilisent le vélo pour se rendre au travail bien que la moitié d'entre eux soient susceptibles d'utiliser ce moyen de transport. La promotion du vélo représente une mesure peu coûteuse pour favoriser efficacement la santé du personnel tout en réalisant, dans certains cas, des économies de coûts substantielles: les collaborateurs sont à la fois en meilleure santé et plus performants. Par ailleurs, ils ont besoin de moins de places de stationnement, ce qui permet également des économies importantes. Il en résulte aussi une diminution du trafic automobile, et des alternatives à la voiture peuvent en outre être mises en évidence.

## **Offre**

L'action « bike to work », qui a été bien pensée et préparée avec soin, est basée sur une démarche ludique sous la forme d'un concours doté de prix attrayants. La Fédération des coopératives Migros et Pro Vélo Suisse l'ont proposée à l'ensemble des entreprises Migros dans le cadre d'un projet pilote. Celles qui décidaient de participer devaient en premier lieu désigner un coordinateur chargé de la réalisation et de la diffusion des informations au sein de l'entreprise. C'est à cette personne qu'étaient remises la documentation et les informations à diffuser, ainsi qu'une liste de mesures supplémentaires dans le domaine de la promotion du vélo que l'entreprise pouvait également mettre en œuvre en parallèle si elle le désirait.

Chocolat Frey a opté pour un engagement plus poussé de ce type. Les participants pouvaient profiter de certaines offres, telles qu'un repas de midi spécial pour cyclistes et un massage sportif gratuit pendant la pause déjeuner. Ils disposaient aussi d'un stand où ils pouvaient reprendre des forces le matin en arrivant et se servir de fruits, de barres de céréales et de boissons. Les douches et les vestiaires fermant à clé, mis à disposition afin de ne pas arriver au travail en sueur, ont également été très appréciés.

Les collaborateurs des entreprises Migros participantes pouvaient s'inscrire par équipes de quatre à l'action de quatre semaines se déroulant en mai 2005. Des équipes de deux ou de trois étaient également acceptées dans le cas de petites succursales. La formation d'une équipe permettait d'inciter aussi des collaborateurs peu sportifs, voire n'ayant aucune activité physique, à participer. Les membres d'une même équipe ne devaient pas forcément effectuer le même trajet ou avoir les mêmes horaires. Ils s'engageaient à venir travailler en vélo pendant au moins la moitié des jours de travail au cours de ces quatre semaines. Si les trajets étaient longs, le vélo pouvait être combiné avec les transports publics. Le contrôle du respect de ces règles s'effectuait au sein des équipes. Une fois l'action terminée, un tirage au sort a été organisé parmi les participants ayant rempli les conditions, avec des prix individuels et d'équipe attrayants à la clé. Les équipes pouvaient, par exemple, gagner un vol en montgolfière ou un cours de golf d'une demi-journée. Les prix individuels étaient notamment des vacances de santé (wellness) ou des billets d'entrée à un fitness parc. Ici aussi, Chocolat Frey s'est distinguée par son

engagement: l'entreprise a en outre offert des prix supplémentaires dans le domaine du sport et du bien-être qu'elle a tirés au sort parmi ses propres collaborateurs.

## Expériences

D'une manière générale, l'action a été très bien accueillie dans toutes les entreprises Migros comme le montre une évaluation faite par l'Office fédéral du sport. Elle a été majoritairement classifiée comme judicieuse et attrayante. Pour plus d'un tiers des participants, l'action a été l'occasion d'apprendre que le vélo pouvait être utilisé au quotidien comme moyen de transport pour se rendre au travail et d'apprécier ce mode de transport pour lequel ils ont opté, du moins pendant la durée de l'action.

Les collaborateurs de Chocolat Frey ont aussi, en majorité, réagi positivement à l'action. De la part des participants, il n'y a pratiquement eu que des réactions très positives. Les effets sur leur bien-être personnel et leurs performances étaient perceptibles le matin. En formant des équipes, les enthousiastes du vélo pouvaient motiver leurs collègues de travail moins familiarisés avec ce mode de locomotion et les soutenir pendant la durée de l'action. L'esprit de groupe renforçait la volonté d'aller jusqu'au bout et augmentait la motivation. Le contact entre les collaborateurs était aussi plus facile; ils avaient en outre un sujet de conversation commun pendant les pauses.

L'évaluation indique que la principale raison pour ne pas participer à l'action était un trajet domicile-travail trop long. Souvent, des considérations de sécurité jouaient également un rôle dans la décision. Parallèlement à la check-list de sécurité élaborée à l'intention de tous les participants, des actions d'accompagnement facultatives constituent un bon moyen d'aborder le thème des risques auxquels sont confrontés les cyclistes. Parmi les mesures possibles dans le domaine de la sécurité figurent une action en faveur du port du casque de vélo ou la mise en place d'un cours de conduite cycliste. Pro Vélo Suisse propose des idées et en donne des descriptions détaillées.

S'agissant des considérations de sécurité: une étude européenne montre que la probabilité d'accident par km de trajet domicile-travail, lorsque le trajet peut également être effectué à vélo (pas d'autoroutes), est plus faible à vélo qu'en voiture pour le groupe d'âge de 18 à 50 ans. De plus, lorsque les personnes sont en meilleure forme (parce qu'elles font régulièrement de l'exercice), elles ont aussi moins d'autres types d'accidents (non liés à la circulation), tels que les trébuchements et les chutes de plain pied au travail et/ou au domicile.

On ne connaît pas le nombre de ces nouveaux pendulaires cyclistes qui continuent à effectuer les trajets à vélo après l'action. Une évaluation future devra les recenser. Mais il y a sans conteste un exemple positif: celui d'un collaborateur de Chocolat Frey qui, en raison de l'action, a acheté un abonnement général des CFF et un vélo supplémentaire et qui, depuis, effectue aussi souvent que possible les trajets en train et en vélo entre Zurich et Buchs. L'action a permis de mettre en évidence et de tester une alternative à la voiture personnelle qui semblait auparavant beaucoup trop compliquée.

L'action ayant été bien préparée par Pro Vélo et Migros, la charge de travail incombant aux personnes assurant la coordination est restée dans des limites raisonnables. Chez Chocolat Frey, une bonne répartition, en interne, des tâches concernant les différentes activités s'est en outre avérée efficace.

## Profil

### Moyens de transport

- mobilité piétonne
- ✓ mobilité cycliste
- ✓ mobilité combinée
- ✓ transports publics
- transports individuels motorisés
- transports de marchandises

### Motifs de déplacements

- ✓ déplacements domicile-travail
- déplacements pour les achats
- déplacements pour les loisirs
- déplacements professionnels
- déplacements pour rendre service
- déplacements domicile-école

### Domaines d'action

- ✓ prestation de service
- ✓ marketing
- ✓ management de la mobilité
- planification du trafic et du territoire
- véhicules et équipements

### Importance de la commune

- ✓ < 5'000 habitants
- ✓ 5'000 – 10'000 habitants
- ✓ 10'000 – 20'000 habitants
- ✓ > 20'000 habitants

### Type de commune adapté au projet

- ✓ ville / agglomération
- ✓ commune résidentielle située à l'extérieur d'une agglomération
- ✓ commune à forte densité d'emploi
- ✓ commune rurale
- ✓ commune touristique

### Durée de mise en œuvre du projet

- ✓ 6 mois
- 1 an
- 2 ans
- 5 ans

### Coût d'investissement

- ✓ faible (< Fr. 10'000.--)
- moyen (Fr. 10'000.-- - Fr. 50'000.--)
- élevé (> Fr. 50'000.--)

### Frais d'exploitation annuels

- ✓ faibles (< Fr. 5'000.--)
- moyens (Fr. 5'000.-- - Fr. 20'000.--)
- élevés (> Fr. 20'000.--)

## Effets

### Environnement

La promotion du vélo au sein des entreprises motive les collaborateurs à effectuer à vélo tout ou partie du trajet quotidien pour se rendre au travail. Elle contribue ainsi à réduire le trafic et les effets néfastes qu'il engendre sur l'environnement (bruit, polluants atmosphériques, émissions de CO<sub>2</sub>), de même que la consommation d'énergie associée à la mobilité.

### Société

D'effectuer une activité sportive pendant au moins une demi-heure par jour améliore la santé et les performances. Aller travailler en vélo permet de faire le minimum d'exercice quotidien recommandé pour la santé sans sacrifier une partie du précieux temps de loisirs que l'on peut alors consacrer à d'autres activités.

### Economie

En promouvant le vélo, l'entreprise réduit l'absentéisme maladie et accident de son personnel et les coûts qu'il engendre. La réalisation d'actions favorise le contact entre les collaborateurs et améliore le climat de travail. Une stratégie à long terme permet de réduire le nombre de places de stationnement et les coûts qui y sont liés ou de désamorcer des conflits lorsque la surface de stationnement est insuffisante.

## Outils

### Démarche

A partir de 2006, Pro Vélo prévoit de réaliser l'action « bike to work » chaque année pendant un mois. Les entreprises intéressées permettent à leurs collaborateurs d'y participer en s'inscrivant auprès de Pro Vélo Suisse. Les dates et les délais d'inscription prévus ainsi que d'autres informations d'actualité sont accessibles sur la page d'accueil du site <http://www.biketowork.ch>.

La personne chargée de la coordination au sein de l'entreprise assume la fonction la plus importante. Pendant la durée de l'action, elle aura, selon la taille de l'entreprise, une charge supplémentaire équivalant globalement à un jour et demi à trois jours de travail. Les documents nécessaires sont mis à disposition par Pro Vélo après l'inscription. La mise en place d'actions facultatives implique un travail supplémentaire. Pro Vélo propose des idées pour des actions parallèles de ce type. Pour une promotion accrue du vélo, les entreprises peuvent se procurer le toolbox « Promotion du vélo » à un prix réduit.

### Financement

Les moyens financiers nécessaires sont relativement faibles. Compte tenu des économies de coûts auxquelles on peut s'attendre à court et à long terme, la promotion du vélo est un instrument avantageux et efficace. La finance d'inscription pour participer à l'action est de CHF 200.- pour les entreprises de moins de 200 collaborateurs. Pour les entreprises plus importantes, elle se calcule en fonction du nombre de collaborateurs. Ce calcul peut être effectué en ligne (sur la page « Entreprise » du site <http://www.biketowork.ch>). Pour 1000 collaborateurs, par exemple, la finance d'inscription est de CHF 600.-. Elle comprend la remise d'un guide et de l'ensemble du matériel d'information nécessaire à la réalisation de l'action, ainsi que les prix du tirage au sort national. Doivent être comptés en plus, les coûts liés au travail fourni par le coordinateur.

### Marketing

Les frais de marketing au sein de l'entreprise sont réduits à un minimum grâce à la documentation mise à disposition. Ces documents ont fait leurs preuves au cours du projet pilote. Par ailleurs, Pro Vélo se charge de la communication concernant l'action auprès des médias au plan national, veille à assurer une information régulière des personnes responsables de la coordination et propose d'autres idées ayant fait leurs preuves et pouvant être mises en œuvre parallèlement à l'action « bike to work » ou après celle-ci.

## Informations complémentaires

Pour en savoir plus:

- Pro Vélo Suisse: <http://www.igvelo.ch>
- Action « bike to work » et documents de participation: <http://www.biketowork.ch>
- Article dans HR today 11/2005: Auf zwei statt auf vier Rädern zur Arbeit – gesund und billig (Deux roues au lieu de quatre pour se rendre au travail: sain et peu coûteux; [http://www.mobilservice.ch/pdf/HR\\_Today.pdf](http://www.mobilservice.ch/pdf/HR_Today.pdf))

Liens et adresses de contact:

Pro Vélo Suisse  
Gregor Zimmermann  
bike to work  
Case postale 6711  
3001 Berne  
Tél: 031 318 54 13  
[gregor.zimmermann@igvelo.ch](mailto:gregor.zimmermann@igvelo.ch)

Demandez également conseil aux délégués de Mobilservice PRATIQUE de votre canton:

<http://www.mobilservice.ch/fr/praxis/beratung/kanton.asp>

Responsable de l'élaboration du présent cas pratique:

Departement Bau, Verkehr und Umwelt (Département des constructions, des transports et de l'environnement)  
Canton d'Argovie, Service des transports  
Entfelderstrasse 22  
5001 Aarau  
Tél. 062 835 33 30  
[aargaumobil@ag.ch](mailto:aargaumobil@ag.ch)

## Galerie de photos



Photos: Dominik Büttner; © Pro Vélo Suisse

Les photos peuvent uniquement être utilisées dans le cadre de l'action « bike to work ».