**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

**Band:** 8 (2006)

**Heft:** 1

**Artikel:** Tout le monde en selle

**Autor:** Martin-Diener, Eva / Surbeck, Rebekka / Zimmermann, Gregor

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-995635

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 04.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Tout le monde en selle

**Mobilité //** Au printemps 2005, Pro Vélo Suisse et le groupe Migros ont lancé l'action «A vélo au boulot». 1600 collaborateurs y ont pris part. Un coup d'essai qui s'est transformé en coup de maître!

*Eva Martin-Diener, Rebekka Surbeck, Gregor Zimmermann*

Sortie d'entreprise? Non! Arrivée au travail ...

▶ A l'instar d'un projet similaire déjà organisé plusieurs fois avec succès en Scandinavie, le projet-pilote mis sur pied en Suisse a suscité un superbe engouement. Initiée par Pro Vélo Suisse en collaboration avec le groupe Migros, cette action sera d'ailleurs reconduite cet été (voir encadré).

### Renaissance du vélo

Plus de la moitié de toutes les entreprises Migros (coopératives, entreprises de services, etc.) ont pris part à ce projet. Selon une évaluation effectuée par l'Office fédéral du sport et l'Institut de médecine sociale et préventive de Bâle, 40 % des personnes ont participé pour des raisons de promotion de la santé. Celles qui ont refusé ont invoqué la distance les séparant de leur lieu de travail (47 %), même s'il leur était possible de combiner vélo et transports publics. L'action «A vélo au boulot» a été très bien accueillie par les collaborateurs et les entreprises. Même les non-participants la saluent à 95 %. Le rapport a mis en évidence d'autres effets positifs: le projet a mobilisé de nombreuses personnes qui ne faisaient pas assez d'exercice. Avant l'action, 39 % des participants ne s'étaient jamais rendus à leur travail en vélo.

### D'une pierre trois coups

Les responsables des entreprises ont loué l'organisation très professionnelle de l'action. Le coût de celle-ci étant en outre modéré, ils souhaiteraient qu'elle ait un prolongement. Pour eux, la finance minimale de 200 francs dont les entreprises doivent s'acquitter est sans commune mesure avec l'utilité de l'action. Les participants sont en effet disponibles plus tôt le matin et ils sont en meilleure santé, donc moins souvent absents. «A vélo au boulot» fait ainsi d'une pierre trois coups: il concilie la promotion de l'exercice physique, le renforcement de l'esprit d'équipe et le soutien aux collaborateurs. //

› *www.biketowork.ch.*

**Eté 2006**

## Prochains tours de roues

▶ Pendant un mois, du 5 juin au 2 juillet 2006, si vous enfourchez votre bécane pour rejoindre votre lieu de travail, vous pourrez gagner des prix attrayants dans le cadre de l'action «A vélo au boulot».

**Inscription:** l'employeur se charge d'inscrire son entreprise à cette action et nomme un coordinateur interne responsable de la communication aux collaborateurs.

**Equipes:** les collaborateurs constituent des équipes de quatre, les petites entreprises ayant le droit d'inscrire des équipes de trois, voire de deux. Il n'est pas nécessaire que les membres d'une équipe effectuent le même parcours et il est possible de combiner vélo et transports publics. Seule condition: effectuer une partie du parcours en vélo.

**Objectif:** utiliser le vélo pour se rendre au travail pendant la moitié de ses jours de travail au moins. Ceux qui remplissent ces conditions peuvent prendre part à un tirage au sort et, qui sait, gagner des prix très intéressants.

**Délai d'inscription:** 28 février 2006.

**Contact:** Pro Vélo Suisse, Gregor Zimmermann, téléphone: 031 318 54 13, gregor.zimmermann@igvelo.ch.