

La promozione mirata all'uso della bicicletta rafforza la salute dei collaboratori in azienda

L'attività fisica stimola la circolazione sanguigna, migliorando quindi la produttività. I collaboratori che si recano al lavoro in bicicletta fanno qualcosa di positivo per la loro salute e riducono il consumo energetico dell'azienda.

Misura

La promozione mirata all'uso della bicicletta aumenta le prestazioni e favorisce la salute dei collaboratori.

Procedimento

- Per esempio, riunite in Intranet tutte le informazioni, le offerte e le attività della vostra azienda e della zona nelle immediate vicinanze (per es. offerte di bike sharing) volte a promuovere l'uso della bicicletta.
- Chiarite le richieste dei collaboratori in merito all'infrastruttura ciclabile. A tale scopo, conduce- te un breve sondaggio (vedi retro).
- Nella valutazione del sondaggio, concentratevi sulle problematiche dei collaboratori che hanno un atteggiamento positivo nei confronti della bicicletta.
- Analizzate il motivo per cui la bicicletta non viene utilizzata per recarsi al lavoro e cosa sia neces- sario affinché ciò cambi.
- Da ciò deducete le misure che apportano il massimo vantaggio per la vostra azienda e per i vostri collaboratori. Ad esempio:
 - Parcheggi coperti per le biciclette
 - Possibilità di ricarica per le e-bike
 - Una stanza per cambiarsi
 - Armadietti guardaroba
 - Possibilità di farsi la doccia
 - Corsi, dopo il lavoro, sulla riparazione della bicicletta
 - Partecipazione al bike to work
- Coinvolgete i vostri collaboratori nella valutazio- ne delle misure da implementare nella vostra azienda.

Costi – Oneri

- Il sondaggio e la valutazione richiedono tra uno e due giorni di lavoro, a seconda delle dimensioni dell'azienda.
- A ciò si sommano i costi per
 - l'implementazione di misure infrastrutturali (per es. acquisto e montaggio di rastrelliere per biciclette)
 - attività di promozione e di team building (per es. tariffe fisse per biciclette o un contri- buto a un abbonamento di bike sharing)
- A medio termine, probabilmente avrete bisogno di un numero minore di posti auto per i collabora- tori, permettendovi di risparmiare sui costi.

Importante

- Spesso non è possibile o logico attuare tutte le misure contemporaneamente. In questo caso, iniziate con un progetto che prevedete riscuota un consenso elevato. Raccogliete le prime esperien- ze e implementate via via le ulteriori misure. Lo scopo è quello di creare anche una bike communi- ty entusiasta tra i vostri collaboratori grazie allo specifico contributo alla sostenibilità.

Spiegazioni integrative

Sondaggio tra i collaboratori

Un breve sondaggio tra i collaboratori è una base importante per una promozione dell'uso della bicicletta che sia concepita esattamente in base alle esigenze dei collaboratori della vostra azienda. Conoscendo le esigenze e il potenziale effettivo, risparmiate costi e tempo nell'implementazione delle misure per la promozione dell'uso della bicicletta. Per esempio, ciò evita che mettiate a disposizione docce che non verrebbero mai utilizzate.

Nelle aziende fino a 20 collaboratori, un questionario stampato da analizzare manualmente è ideale per svolgere il sondaggio. Invece per le imprese più grandi vale la pena condurre il sondaggio utilizzando un tool online. In Internet sono disponibili diverse soluzioni, alcune gratuite e altre a pagamento. In genere queste ultime offrono maggiori possibilità per la valutazione dei dati.

Al riguardo SvizzeraEnergia mette a disposizione un questionario modello che potete adattare alle vostre esigenze con poco sforzo.

Questionario modello
Promozione dell'uso della
bicicletta per collaboratori



Andare in bicicletta favorisce la salute

Esistono molti mezzi per scaricare la tensione. Gli sport di resistenza, e in special modo il ciclismo, si sono dimostrati particolarmente efficaci. I movimenti regolari e ciclici hanno un effetto rilassante e calmante sulle persone. Inoltre, andare in bicicletta rafforza la muscolatura delle gambe, della schiena e del collo, prevenendo così contratture dolorose dovute alle molte ore trascorse seduti alla scrivania. Avere collaboratori sani sarà ricambiato da un numero minore di assenze.

Motivazione e comunicazione

Esistono molte buone opzioni con le quali potete promuovere l'uso della bicicletta nella vostra azienda. Di seguito forniamo due esempi come spunto:

- **bike to work:** l'iniziativa nazionale **bike to work** di Pro Velo Svizzera promuove lo spirito di squadra e il benessere fisico dei propri collaboratori, offrendo anche un contributo a favore di un comportamento di mobilità sostenibile. **bike to work** ha luogo ogni anno a maggio e giugno. Circa 80 000 persone di 2 800 aziende si recano ogni giorno al lavoro pedalando. Registrando i chilometri percorsi nel calendario della challenge, partecipano a una grande estrazione a premi. La modesta tasso di partecipazione del progetto viene sostenuta dall'azienda e dipende dal numero di collaboratori.
- **Gita aziendale in bicicletta:** non deve necessariamente essere sempre una gita in barca sul lago dei Quattro Cantoni. L'e-bike rende possibili nuove forme di team building, in cui tutto il personale si sposta facendo sport, per esempio, durante una gita lungo un pittoresco specchio d'acqua, in cui si possono combinare esperienze culturali e culinarie. Chissà, magari uno o due collaboratori ci prendono gusto e in futuro verranno al lavoro in bicicletta.

Maggiori informazioni

- Gestione della mobilità aziendale
SvizzeraEnergia
- Al lavoro in bicicletta
Studio dell'Università di Losanna (in tedesco)
- Sovvenzioni per progetti di mobilità nelle aziende