



16^{ème} édition mai-juin 2025

« **Bike to Work** » est une action nationale qui a été lancée par Pro Vélo en 2005 afin de promouvoir la santé dans les entreprises. Elle permet également de renforcer les liens entre collègues, de découvrir un autre moyen de locomotion pour venir au travail, de prendre soin de son environnement, de se changer les idées, de réduire son stress et décompresser, de continuer à maintenir sa forme mentale et physique et de s'engager pour la mobilité douce.



Notre impact en 2024, en quelques chiffres :

32'477	105	4'677
kilomètres parcourus	collègues répartis dans 30 équipes	kg de CO ₂ économisé

Vous cherchez à relever un défi sportif amusant, à nouer des relations avec vos collègues et à contribuer à la réduction des émissions de CO₂ pendant vos déplacements ?

La Mutuelle a le plaisir d'annoncer que l'opération « Bike to Work » se déroulera tout au long des mois de mai et juin 2025. Formez une équipe avec vos collègues, inscrivez-vous en ligne, puis utilisez votre vélo pendant au moins 50 % de vos jours de travail durant la période « Bike to Work ».

Inscriptions :

Pour participer à « Bike to Work » vous devez, tout d'abord, former une équipe, si possible de 4 personnes, et lui choisir un nom original et drôle !

Les membres d'une équipe n'ont pas besoin d'avoir les mêmes horaires ni d'effectuer le même trajet pour se rendre sur leur lieu de travail. De plus, une personne par équipe peut participer en se rendant au bureau par la force musculaire (à pied, en rollers, trottinette, etc.). Mais l'objectif est de se rendre au travail à vélo au moins un jour sur deux.

Les équipes ont le choix de participer à cette opération durant le(s) mois de mai et/ou juin.

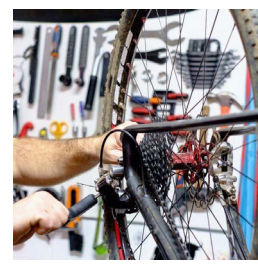
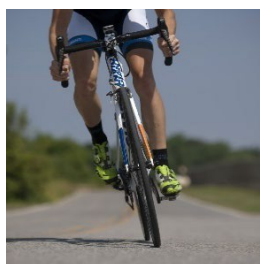
Si vous souhaitez vous inscrire voici la marche à suivre, sachant que **le délai d'inscription est le 30 avril 2025 pour participer en mai et/ou juin et le 31 mai 2025 pour participer en juin** :

- Cliquer sur le lien suivant : <https://www.biketowork.ch/fr/register>,
- Si vous avez déjà participé à une édition précédente connectez-vous avec vos identifiants,
- En cas de 1^{ère} participation, sous « Tu n'as pas encore de profil ? » cliquez sur « *Créer un nouveau profil* », puis compléter les champs « Créer un nouveau profil » et « Adresse de correspondance »,
- Sous « Rejoindre une entreprise », sélectionner « Office des Nations Unies ». Une fois sélectionnée, cliquez sur « Rejoindre l'entreprise »,
- A cette étape, vous pouvez soit rejoindre une équipe existante, soit créez votre propre équipe (si tel est le cas, suivez les instructions).

Les équipes qui auront atteint l'objectif fixé participeront au concours officiel *pour autant que tous les participants aient enregistré leurs résultats au plus tard le 30 juin 2025.*

La Mutuelle vous encourage à la mobilité douce et voudrait également vous rappeler les mesures de sécurité importantes suivantes :

Soyez visibles en portant des vêtements adéquats	Protégez votre tête en portant un casque	Respectez les règles de circulation	Assurez-vous que votre vélo soit en parfait état et correctement équipé
--	--	-------------------------------------	---



Pour plus d'information vous pouvez nous envoyer un courriel à lamutuelle@un.org

**L'équipe
de La Mutuelle**

« *Nous nous réjouissons de votre participation au défi 2025 !* »