

BIKE TO WORK

14^{ème} édition mai-juin 2023

FAITES DE CETTE 14^{ème} ÉDITION UN ÉVÈNEMENT EXCEPTIONNEL !!!



« **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.

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 2023. Formez une équipe avec vos collègues, inscrivez-vous en ligne, puis utilisez votre vélo pendant au moins 50 % de vos jours de travail pendant la période « Bike to Work ».

Quelques chiffres concernant l'édition 2022 : 76 collègues répartis dans 20 équipes ont parcouru 27'273 kilomètres, sans oublier l'économie de CO₂ de 3'927 kg.

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 2023 pour participer en mai et/ou juin et le 31 mai 2023 pour participer en juin** :

1. Cliquer sur le lien suivant : <https://www.biketowork.ch/fr> et choisir « *S'inscrire ici...* »,
2. Si vous avez déjà participé à une édition précédente connectez-vous avec vos identifiants,
3. En cas de 1^{ère} participation, cliquez sur « *Crée toi un profil* » puis sur « *Créer un nouveau compte* » et entrer les données demandées,
4. Confirmer votre adresse courriel,
5. Dans « *Rechercher une entreprise* », saisissez « *Office des Nations Unies* » et cliquez sur « *Rejoindre* »,
6. Cliquez sur « *Créer mon équipe maintenant* » et compléter les champs : nom de l'équipe, télécharger une photo/un logo si vous le souhaitez, ou rejoignez une équipe en cliquant sur la « *Bourse aux équipes* »,
7. Entrez les données de vos coéquipiers.

Si vous n'êtes pas assez nombreux pour former une équipe vous pouvez utiliser la « Bourse aux équipes », présente sur le site une fois que vous êtes connectés, ou nous envoyer un courriel durant la dernière semaine d'avril afin que nous vous mettions en contact avec d'autres participants.

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 2023.*

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

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

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

Nous nous réjouissons de votre participation au défi 2023 !

L'équipe de La Mutuelle.