

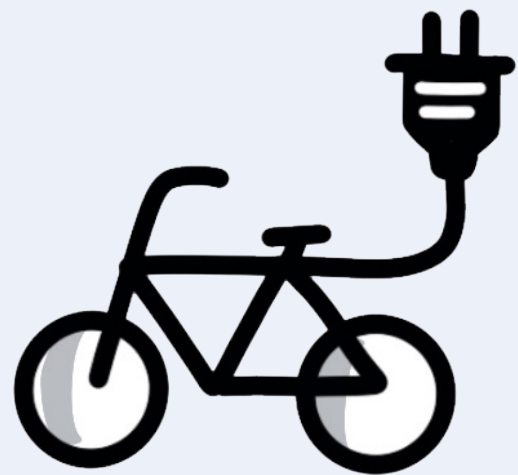


# WHITEPAPER

## Toolbox

# Fiets naar je werkdag

Hoe organiseer je een effectieve “fiets naar je werkdag”?



# Fietsen naar je werk

Hoe kun jij een effectieve 'Fiets naar je werkdag organiseren'? Wanneer je binnen de organisatie fietsen wilt stimuleren en je collega's die op de fiets komen wilt belonen is de 'Fiets naar je werkdag' een mooi moment om dit te tonen.

Waarom zou ik fietsen naar het werk stimuleren?:

- Het geeft fittere, vrolijkere en productievere collega's
- Het draagt bij aan jullie duurzaamheid, MVO en CSR
- Het levert jullie meer op dan het kost

En daarnaast is bewegen goed voor je brein:

- je probleemoplossend vermogen stijgt met wel 20% na een potje bewegen. Een half uur fietsen zorgt ervoor dat je al helderder kan denken en effectiever kan werken
- Je wordt wel 23% productiever wanneer je lichaam actief is geweest. Regelmatige bewegers zijn maar liefst 70% beter in het maken van lastige beslissingen.
- Fitte kantoorwerkers maken 27% minder fouten dan kantoorwerkers die weinig bewegen.
- Bewegen helpt je beter te slapen.

De 'Fiets naar je werkdag' wordt landelijk georganiseerd door de nfp groep op een donderdag in mei. Je kunt meeliften op hun communicatie-uitingen en toolkit die zij jaarlijks gratis ter beschikking stellen. Maar het staat je natuurlijk vrij om zelf een dag, week of maand in het jaar te kiezen om de fiets onder de aandacht te brengen.



# Stappenplan voor een effectieve “fiets naar je werkdag”

## 1. Vorm 2-4 maanden voorafgaand aan het evenement een Projectteam

Vorm met een aantal interne belanghebbenden een projectteam om de Fiets naar je werkdag te organiseren. Denk hierbij aan een collega's van de afdeling:

- Communicatie
- HR
- Facilitair
- Duurzaamheid



### Communicatie

De inzet van communicatie is essentieel. Je wilt je collega's goed informeren. Het allerbelangrijkste is om je collega's via je interne communicatiekanalen attent te maken op de datum en alvast voor enthousiasme te zorgen, maar ook om te vertellen wat ze allemaal te wachten staat en waarom ze zeker mee zouden moeten doen met de Fiets naar je werkdag.

### HR

Bij de afdeling HR is bekend welke mogelijkheden de organisatie heeft om het fietsen te stimuleren. Wat is er geregeld vanuit het mobiliteitsbeleid om collega's op de fiets te krijgen? Zij kunnen die dag zorgen dat er uitleg wordt gegeven over de mogelijkheden voor de aanschaf van een fiets, de kilometervergoeding als je op de fiets komt en de mogelijke uitruil vanuit de WKR. Ook zouden zij de koppeling kunnen maken met een lokale fietsenwinkel waar de collega's de mogelijkheid hebben om een fiets aan te schaffen (al dan niet met een korting).

### Facilitair

De afdeling facilitair heb je nodig voor de hulp bij de organisatie (denk hierbij aan het op- en afbouwteam) en om de faciliteiten die de organisatie heeft onder de aandacht te brengen. Zoals de fietsenstalling (zorg dat deze voor de grote dag er piekfijn bij staat) en mogelijkheden om te douchen of om te kleden.

### Duurzaam

Heeft jullie organisatie een afdeling Duurzaamheid, MVO, KAM of SQEH? Zorg dan zeker dat deze afdeling is aangehaakt bij het projectteam.

# Stappenplan voor een effectieve “fiets naar je werkdag”

## 2. Zorg voor een budget

Zorg dat je een budget hebt om een aantal zaken in te kunnen kopen, bijvoorbeeld een give away, posters (digitaal en geprint), inhuur van materiaal zoals een partytent en geluidsinstallatie en een fietsenmaker. Het benodigde budget is afhankelijk van de grote van jullie organisatie.

## 3. Maak een interessant programma

Dat kan er als volgt uitzien.

2-3 weken voorafgaande aan het event:

- Communiceer, communiceer en communiceer over het event
- Zorg dat je alle vragen die je krijgt bundelt in een FAQ document
- Maak een tekst op het intranet. Zorg dat afdelingsmanagers het aankondigen bij het reguliere afdelingsoverleg.
- Plak een poster bij het koffiezetapparaat of zet hem in een standaard op de tafels in het bedrijfsrestaurant zodat mensen vast praten over of ze meedoen of niet
- Goed voorbeeld doet goed volgen. Zorg dat er ook directieleden meedoen met de dag. Haal een quote bij hen op waarom zij meedoen! En communiceer dat ook breed in de organisatie.
- Kondig aan wat er te doen is die dag. Met name een fietsenmaker op de zaak wordt altijd heel erg gewaardeerd.
- Communiceer ook leuke voordelen van het fietsen. Zie <https://calorieenverbranden.nl/fietsen> of gebruik de BMN fietsbesparingscalculator: <https://www.brabantmobiliteitsnetwerk.nl/aan-de-slag/fietsstimulering/>

1 week voor het event:

- Laat mensen die enthousiast zijn op intranet via een kort tekstberichtje of vlogje vertellen waarom zij gaan meedoen
- Laat eventueel de fietsenmaker vertellen wat hun rol is die dag (ga even langs met je telefoon om een kort videootje te maken)
- Zorg dat je het FAQ document alvast ergens online hebt staan

De dag van het evenement:

Tijd	Planning	Activiteit
06:00-06:30	Opbouw Welkomsteam: zij heten de collega's die op de fiets komen feestelijk welkom	Versier de fietsenstalling met vlaggetjes Zorg voor opzweepende muziek Opbouw give away stand
06:30-09:00	Welkomsteam	Verwelkom medewerkers
09:00-09:30	Afbouw Welkomsteam	Afbouw activiteiten Welkomsteam
09:30-10:30	Pauze	
10:30-11:00	Opbouw Fietsplein: hier krijgen je collega's alles te horen over fietsen en er is een fietsenmaker aanwezig om kleine reparaties te fixen. Ook kan een nieuwe fiets worden uitgete probeerd	Kies een prominente plek: dichtbij de fietsenstalling. Denk aan de opbouw van een partytent en stroom voor e-bikes en muziek.  HR heeft een tafel om vragen over beleid te beantwoorden.
11:00-18:00	Fietsplein	
18:00-18:30	Afbouw Fietsplein	Afbouw activiteiten Fietsplein

# Stappenplan voor een effectieve “fiets naar je werkdag”

## 4. Mogelijke activiteiten door het welkomsteam

- Sta met het projectteam bij de ingang van de fietsstalling en klap voor iedere fietser die binnenkomt.
- Laat zeker een directeur of MT-lid aanwezig zijn bij het welkomsteam om te laten zien hoe het wordt gewaardeerd dat de collega's op de fiets naar het werk komen.
- Geef alle fietsers een gezond ontbijt mee voor op de werkplek (zorg dat je dit van tevoren goed hebt gecommuniceerd).
- Geef de fietsers een klein presentje bij aankomst, zoals verse (bonen)koffie/ thee, smoothie, fietslampje, fietsbel, regenponcho, etc.

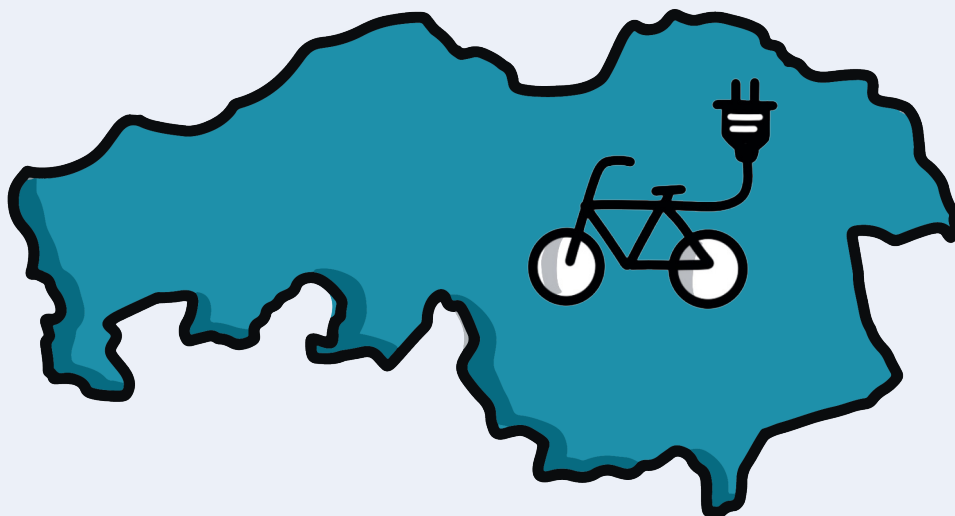
## 5. Mogelijke activiteiten op het fietsplein

- Onmisbaar op het fietsplein is de (lokale) fietsenmaker die een fiets check-up geeft. Let hierbij op dat de fietsenmaker gemiddeld zo'n 6-8 fietsen per uur na kan kijken, afhankelijk van de status van de fiets.
- Laat HR uitleg geven over de mogelijkheden die de organisatie geeft op het gebied van fietsen
- Draai een speciale Fiets Playlist (Spotify)
- Vraag een lokale fietsenhandel om speciale fietsen te laten testen die ook vanuit het mobiliteitsbeleid aangeschaft kunnen worden, zoals een elektrische fiets, een speed pedelec of een vouwfiets.
- Vraag een bikefitter om de fietsen van de collega's ergonomisch op hun lijf af te stellen.
- Promoot de routeplanner van de Fietzersbond met de fijnste fietspaden om naar het werk te fietsen.
- Deel gezonde snacks uit
- Organiseer en promoot een fietschallenge (en maak eventueel gebruik van een fiets-app)
- Schaf een Bike Repair Station of Bike Repair Bord aan en onthul deze feestelijk op de Fiets naar je Werkdag.
- Organiseer een Fietstocht of Fietspuzzeltocht door het groen in de omgeving



## 6. Overige activiteiten

- Organiseer een webinar met een toonaangevende spreker voor een verhaal over bewegen, vitaliteit en eten. Die kan eventueel ook op het plein gezonde snacks maken.
- Koppel een goed doel aan de actie en doneer voor elke gemaakte kilometer die dag een euro.
- Vraag thuiswerkende collega's ook mee te doen met de actie.
- Verzamel foto's en filmpjes voor (interne) communicatie. Wellicht met een leuke prijs als beloning
- Zorg dat alle fietsfaciliteiten tip-top in orde zijn op deze dag
- Lunchsessie over fietsregelingen (werkgeversspecifiek) en e-bike keuzetool. Tijdens de infosessie (en tot 14 dagen daarna) digitaal fietsloket: individueel advies over aanschaf, fietsroutes en fiscale regelingen.



## Afsluiting

Uiteraard maak je een leuke aftermovie, sluitbericht of misschien zelfs wel een persbericht van de dag. Met leuke foto's en inspirerende verhalen.

Evalueer met elkaar de dag en zorg voor een draaiboek, zodat je volgend jaar met wat kleine aanpassingen weer een succesvolle fiets naar je werkdag kunt organiseren.

Websites met inspiratie:

[www.brabantmobiliteitsnetwerk.nl](http://www.brabantmobiliteitsnetwerk.nl)

[www.fietsnaarjewerkdag.nl](http://www.fietsnaarjewerkdag.nl)

[www.onsbrabantfietst.nl](http://www.onsbrabantfietst.nl)

[www.sjees.nl](http://www.sjees.nl)

[www.werkeninbeweging.nl](http://www.werkeninbeweging.nl)

[www.daszogefietst.nl](http://www.daszogefietst.nl)

Met dank aan onze collega's van Zuid Holland Bereikbaar!





## Wil je als werkgever graag je medewerkers slimmer en duurzamer laten reizen, maar weet je niet goed waar te beginnen?

---

Goed nieuws: wij staan voor je klaar! We brengen partijen uit regio Brabant samen die een ambitie hebben op het gebied van duurzame bereikbaarheid. Brabant Mobiliteitsnetwerk (BMN) helpt werkgevers op weg:

- We brengen huidig reisgedrag in beeld en adviseren over beleid, regelingen en regionale acties
- We verbinden werkgevers, kennisinstellingen en overheden met elkaar.
- We inspireren door het delen van de nieuwste ontwikkelingen, informatie en ervaringen op het gebied van mobiliteit.

Het netwerk van BMN bestaat inmiddels uit meer dan 500 werkgevers die verenigd zijn in 33 communities. In totaal vertegenwoordigen we samen 214.000 medewerkers. BMN is onderdeel van SmartwayZ.NL en wordt gefinancierd door het Rijk, de provincie, gemeenten en wegenprojecten.

We helpen je graag verder! Neem contact op met één van onze communitymanagers of mail naar [info@brabantmobiliteitsnetwerk.nl](mailto:info@brabantmobiliteitsnetwerk.nl)