

Les transports actifs

Chapitre 5

Comment aider les employés à profiter des options pour les navetteurs saines et bon marché

5.1	La marche, le jogging et le patin à roues alignées	5-2
	Utilisez ces idées pour aider ceux qui se rendent au travail à pied	
	5.1.1 Les vestiaires et les douches.....	5-2
	5.1.2 Les accès piétonniers au travail.....	5-3
	5.1.3 L'information et la formation.....	5-3
5.2	Le cyclisme	5-4
	Fournissez un milieu favorable aux cyclistes	
	5.2.1 Les vestiaires et les douches.....	5-4
	5.2.2 Le stationnement pour les bicyclettes.....	5-4
	5.2.3 L'information et la formation en cyclisme.....	5-6
	5.2.4 Les groupes de soutien des cyclistes	5-8
	5.2.5 Le service de réparation de bicyclettes	5-9

Chapitre 5

Les transports actifs

Les transports actifs désignent tout mode de transport mû par l'homme. Aux fins du navettage, les formes les plus répandues de transports actifs sont la marche, le jogging, le patin à roues alignées, et le cyclisme. D'autres formes comprennent la chaise roulante, les patins à glace, le ski de fond et la rame (canoë ou kayak).

Les transports actifs offrent beaucoup d'avantages inhérents :

- Ils améliorent la santé et réduisent l'incidence d'invalidité, de mort prématurée et de nombreuses maladies chroniques, en particulier les maladies cardiaques, l'hypertension, l'obésité, le diabète non-insulino dépendant, l'ostéoporose, les accidents cérébrovasculaires, la dépression et le cancer du colon.
- En améliorant la santé, ils améliorent la productivité des employés.
- Ils sont très bon marché.
- Ils sont à la disposition de tous, quel que soit leur âge et leur capacité de conduire.
- Ils n'émettent pas de polluants atmosphériques ou de gaz à effet de serre et créent peu de bruit.
- Ils soutiennent le développement de rues vivantes et de collectivités dynamiques.

En dépit de ces avantages, pourquoi seulement 7 pour cent des Canadiens se rendent au travail à pied et seulement 1 pour cent font le trajet à bicyclette? On ne le sait pas vraiment. Le trajet moyen de la maison au travail est de seulement de 7 km au Canada – une distance facile à parcourir à bicyclette – et beaucoup de travailleurs vivent à moins de 5 km de leur lieu de travail. Beaucoup de villes canadiennes s'efforcent d'améliorer leurs trottoirs, leurs couloirs à bicyclettes et leurs sentiers récréatifs. Malgré cela, la marche et le cyclisme sont bien plus répandus dans des pays tout aussi froids comme la Finlande et la Suède.

Les employeurs canadiens ne peuvent pas changer la forme de nos villes, leur réseau de transports, ou leur climat en hiver, mais ils peuvent utiliser les renseignements contenus dans ce chapitre pour éliminer d'autres obstacles importants qui s'opposent aux transports actifs.



Encore curieux?

Si vous vous intéressez vraiment à l'amélioration des options pour les navetteurs actifs, commandez un exemplaire de *Ça marche comme sur des roulettes : Guide sur les transports actifs pour la navette domicile-travail* (publié par le Conseil canadien de la santé et de la vie active au travail) par Internet à l'adresse www.vertlaction.ca ou par téléphone au 1-888-822-2848.

Encore curieux?

Santé Canada offre un site Web détaillé qui aide les employeurs à encourager la vie active au travail, y compris une aide détaillée pour monter une analyse de cas. Pour de plus amples informations, visitez le site www.vieactiveautravail.com.

N'oubliez pas de lire le chapitre 4 pour de plus amples informations sur la manière de promouvoir et de soutenir le navettage par transports actifs.

5.1 La marche, le jogging et le patin à roues alignées



Bien que la marche soit une activité humaine naturelle, se rendre au travail à pied n'est pas toujours facile, et encore moins en tentant de le faire en jogging ou en patin à roues alignées. Un employeur peut faire plusieurs choses pour aider les navetteurs qui désirent se rendre au travail à pied, en jogging ou en patin à roues alignées.

5.1.1 Les vestiaires et les douches

Selon la distance parcourue, le terrain et le climat, le navetteur actif peut avoir besoin de prendre une douche ou de se changer. L'absence d'installations à cet effet peut constituer un obstacle majeur.

Les douches. Les nouveaux lieux de travail comprennent souvent des douches, mais les vieux bâtiments à bureaux peuvent nécessiter des modifications. On peut trouver de l'espace pour les douches dans les salles de bain, dans les locaux d'entretien ou autres salles de rangement où l'on peut fournir des canalisations d'eau et d'égout. En général, on devrait offrir une douche pour chaque 100 employés (donc deux douches pour 150 employés, etc). Lorsqu'il est possible d'installer plusieurs douches, celles-ci peuvent être séparées pour les hommes et les femmes.

Les vestiaires et les casiers. Les cabines de douches peuvent offrir un petit espace pour se changer, mais elles ne permettent pas aux navetteurs actifs de suspendre leurs vêtements ou de ranger leur sac à dos, leur bouteille d'eau, leur parapluie, leurs patins à roues alignées et tout leur autre équipement. Même les navetteurs actifs qui voyagent à une vitesse plus modérée et qui peuvent ne pas avoir besoin de douches, ont besoin d'un endroit pour se

changer. Idéalement, un casier aéré doit être disponible pour chaque navetteur actif, et de taille suffisante pour ranger plus d'un rechange de vêtements. Cette mesure est non seulement pratique pour les employés, mais elle aide à conserver l'équipement sport en dehors des bureaux. On compte parmi les autres éléments désirables dans les vestiaires une ventilation adéquate, des crochets aux murs, des bancs, des tables et des séchoirs à vêtements. Les casiers doivent être planifiés et gérés de manière à satisfaire aux besoins des navetteurs actifs ainsi que de ceux qui font des exercices après le travail ou pendant l'heure du dîner. On peut optimiser leur disponibilité en précisant que leur usage n'est que pour la journée, ce qui permet aussi leur nettoyage la nuit. Pour ces raisons, et bien d'autres, il peut être très utile de faire participer les utilisateurs éventuels à la conception des vestiaires.



Casiers fournis aux navetteurs actifs à l'administration centrale de Transports Canada à Ottawa, Ont.

Dans les lieux de travail où l'employeur ne peut pas fournir de douches, de vestiaires et de casiers, celui-ci pourrait négocier l'accès aux installations d'un club de santé, d'un centre communautaire, d'un hôtel ou d'un centre de conférences avoisinant pour ses navetteurs actifs.

5.1.2 Les accès piétonniers au travail

Examinez votre lieu de travail et son voisinage immédiat pour vous assurer qu'il y a des accès sécuritaires et directs aux trottoirs et aux voies avoisinantes. Assurez-vous de vérifier qu'il y a assez de lumière, qu'il n'y a ni fissures ou nids de poule et qu'il y a un bon écoulement des eaux pour éviter la formation de flaques. En outre, travaillez en étroite collaboration avec votre gestionnaire des locaux pour assurer que les voies piétonnières sont prioritaires en matière de déneigement et de contrôle de la glace.

Les personnes qui voyagent seules quand il fait sombre s'inquiètent également pour leur sécurité. Ainsi, essayez d'améliorer la visibilité et l'éclairage des entrées de votre bâtiment et des accès majeurs au lieu de travail et de leur fournir une surveillance active ou passive. Dans les grandes entreprises, l'installation de téléphones d'urgence peut améliorer la sécurité.

5.1.3 L'information et la formation

On peut faire disparaître de nombreux obstacles au navettage actif en fournissant des renseignements et en aidant les navetteurs à acquérir les compétences nécessaires.

Le caractère pratique. Il est important que les employés déterminent si le navettage actif leur convient. En général, il est pratique de se déplacer à pied sur des distances allant jusqu'à 4 km (aller ou retour); il faut environ 10 minutes par kilomètre parcouru. Si la distance est plus grande, il peut être plus pratique de faire du jogging, selon la forme physique de l'employé. Beaucoup d'employés ne réalisent pas le peu de temps que prendrait une marche à destination du bureau, car les trajets en voiture ou en autobus peuvent être beaucoup plus longs qu'à pied pour la même destination. En aidant les employés à estimer leur temps de voyage à pied ou en les encourageant à en faire l'essai, vous pourrez éliminer cet obstacle. Pour aider vos employés à envisager d'autres itinéraires, voyez si votre municipalité publie une carte piétonnière qui indique les itinéraires les plus pratiques et les plus agréables pour se déplacer à pied.

L'acquisition de compétences. Une autre information importante pour les navetteurs à pied concerne les compétences de marche, de jogging et de patin à roues alignées. Les municipalités, les groupes sans but lucratif ou les magasins de sports de votre collectivité peuvent offrir des cliniques sur divers sujets, notamment les compétences de base, la surveillance de la forme physique, le choix de l'équipement approprié, les pratiques de sécurité, etc.



Téléphone d'urgence sur un chemin piétonnier chez Nortel Networks à Ottawa, Ont.



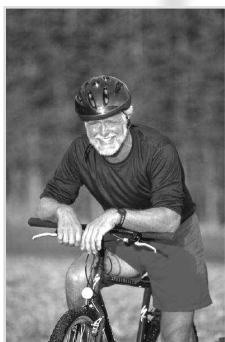
Carte piétonnière produite par la ville de London, Ont.

La sécurité personnelle. Ceci est une question d'intérêt pour beaucoup de navetteurs. Des cours sur la façon d'éviter les problèmes de sécurité et de faire face à toute menace sont offerts dans la plupart des collectivités. Les employeurs peuvent aussi acheter en gros des systèmes d'alarme personnels et les vendre au coût d'achat à leurs employés.

Le saviez-vous?

Une gamme importante de renseignements sur la qualité de l'air, comprenant les prévisions météo locales et des avis, est fournie en direct par Environnement Canada à l'adresse web www.msc.ec.gc.ca/aq_smog.

L'évitement du smog. Le navettage actif est généralement excellent pour la santé des employés, mais il est également important de mettre les navetteurs actifs en garde contre les dangers de tout exercice à l'extérieur quand la qualité de l'air est mauvaise. Votre coordinateur des options pour les navetteurs doit surveiller l'indice de qualité de l'air publié pour votre collectivité et transmettre les renseignements pertinents aux employés. Si l'indice de qualité de l'air dépasse 50 (ce qui signifie que la qualité de l'air est mauvaise), les exercices aérobiques intensifs commencent à devenir désagréables et les personnes souffrant de problèmes cardiaques ou respiratoires devraient réduire leur activité à l'extérieur. Les employeurs peuvent envisager offrir des billets de transports en commun aux navetteurs actifs quand la qualité de l'air est mauvaise.



5.2 Le cyclisme

Depuis quelques années, le cyclisme redevient populaire. Plus que jamais, il est maintenant considéré comme un moyen de transports efficace et accepté. Beaucoup de lieux de travail construits quand le cyclisme était moins populaire n'ont pas d'installations adéquates pour satisfaire à la demande des navetteurs cyclistes potentiels. Dans cette section, nous indiquons comment améliorer votre lieu de travail pour les cyclistes.

5.2.1 Les vestiaires et les douches

Consultez la section 5.1.1 pour des informations sur les vestiaires et les douches pour navetteurs actifs, y compris les cyclistes. Il importe de noter que les cyclistes peuvent avoir besoin de casiers plus grands que les autres navetteurs actifs afin de ranger leurs accessoires, comme le casque, les paniers, les lumières et la selle de la bicyclette en toute sécurité (notez que beaucoup de pièces et d'accessoires de bicyclette sont conçus pour être enlevés facilement, et par conséquent sont plus facile à voler).

5.2.2 Le stationnement pour les bicyclettes

Les navetteurs cyclistes ont besoin de stationnement adéquat au travail pour leur bicyclette. Les employeurs, comme ceux qui louent leurs locaux, qui ne contrôlent pas directement le stationnement pour les bicyclettes doivent s'efforcer, avec leur gestionnaire des locaux, de créer un stationnement pour les bicyclettes sur le site. Au centre ville ou dans d'autres zones commerciales, votre municipalité peut

Le saviez-vous?

Les bicyclettes électriques sont des bicyclettes conventionnelles munies d'un moteur alimenté par batterie qui fournit de la puissance aux pédales. Ce moteur aide les cyclistes à grimper des pentes plus facilement tout en faisant de l'exercice. Leur batterie amovible se recharge facilement à un coût minime. Les lois fédérales autorisent leur usage, mais (au moment de l'élaboration de ce document) les règlements adéquats n'ont toujours pas changé dans toutes les provinces canadiennes.

envisager ajouter des supports publics à bicyclettes ou des casiers dans les terrains de stationnement publics ou les autres emplacements publics.

Nous examinons dans les paragraphes suivants les caractéristiques les plus importantes du stationnement pour les bicyclettes.

La capacité. La capacité doit au moins satisfaire la demande. Vous pouvez commencer par déterminer la capacité nécessaire en comptant la demande actuelle, mais vous devez vous souvenir que des améliorations au stationnement pour les bicyclettes peuvent occasionner une augmentation de la demande. La capacité doit toujours dépasser un peu la demande de manière à éviter que tout cycliste doive verrouiller sa bicyclette à un poteau de signalisation, un parcomètre, un arbre ou une rampe d'escalier. Certains règlements municipaux fixent le nombre de places de stationnement pour les bicyclettes requis pour certaines catégories de nouveaux bâtiments, alors vérifiez auprès de votre municipalité.

L'emplacement. Les supports à bicyclettes extérieurs doivent être situés près des points d'entrée principaux des bâtiments et doivent être couverts pour protéger les bicyclettes et les cyclistes du soleil, de la pluie, du vent et de la neige. Que vos supports à bicyclettes soient à l'extérieur ou à l'intérieur, ils ne doivent pas (1) forcer les utilisateurs à monter ou à descendre des escaliers; (2) obstruer les sentiers piétonniers ou (3) mettre les bicyclettes ou leurs propriétaires en contact avec des véhicules qui passent.

La sécurité. Le danger de vol de bicyclette est réel, surtout pour les navetteurs qui possèdent des bicyclettes haut de gamme. Heureusement, un stationnement pour les bicyclettes bien situé et bien conçu peut décourager les voleurs de bicyclettes. Vous optimisez la sécurité en situant le stationnement pour les bicyclettes dans un espace clos et verrouillé, ou bien sous les yeux d'un agent de stationnement, d'un gardien de sécurité, de zones de travail des employés ou de caméras de surveillance. Un moyen fréquemment utilisé pour créer des casiers ou des cages à bicyclettes très sécuritaires est de convertir une salle de rangement ou de délimiter un espace de stationnement de voitures au moyen d'une clôture à mailles losangées (un compromis qui crée un stationnement sécuritaire pour environ 12 bicyclettes). De bons supports à bicyclettes à l'intérieur d'espaces verrouillés à bicyclettes fournissent une deuxième ligne de défense et préviennent également des blessures ou des dommages occasionnés par la chute de bicyclettes. Si la possibilité de vol est une préoccupation majeure, des casiers à bicyclettes individuelles fournissent un maximum de sécurité tout en permettant aux cyclistes



Support à bicyclettes abrité près d'une entrée de bâtiment à l'Université de la Colombie-Britannique à Vancouver, C.-B.



Stationnement intérieur pour les bicyclettes chez BC Housing à Burnaby, C.-B.



Stationnement extérieur pour les bicyclettes chez Nortel Networks à Ottawa, Ont.



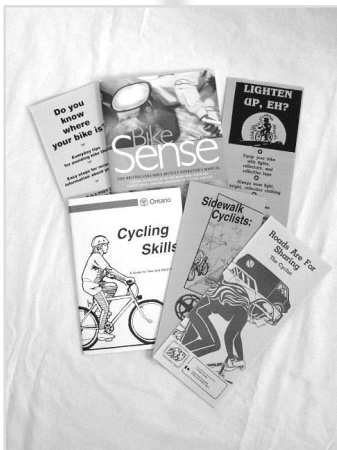
Stationnement pour les bicyclettes intérieur
chez Mountain Equipment Co-op à
Vancouver, C.-B.

de ranger leur casque, leurs sacs et leurs vêtements de sport avec leur bicyclette. Chaque casier est généralement attribué à une personne, ce qui nécessite une certaine gestion permanente.

Tous les supports à bicyclettes doivent permettre aux cyclistes de verrouiller leur cadre de bicyclette et au moins une roue pour une sécurité maximale. Les vieux supports à bicyclettes, qui permettent de verrouiller une roue seulement, doivent être remplacés parce qu'ils tendent à tordre la roue. Les supports verticaux exploitent bien tout l'espace d'un plancher limité, mais peuvent être difficiles à utiliser par certains cyclistes. Tous les supports doivent être bien fixés au sol ou au mur par des boulons inviolables.

Le coût. Le coût d'installation d'un stationnement pour les bicyclettes varie entre environ 50 \$ par espace de support à bicyclette non protégé et 100 \$ par espace de support à bicyclette protégé, ou de 500 \$ à 1 000 \$ par espace de casier à bicyclette individuelle.

5.2.3 L'information et la formation en cyclisme



Le cyclisme urbain peut être bon marché, pratique, sain et amusant. Cependant, son attrait tend à être proportionnel aux capacités et aux connaissances du cycliste. En fournissant la formation et les informations nécessaires pour se déplacer à bicyclette avec plus de facilité et de sécurité, un programme d'options pour les navetteurs peut faire du cyclisme une option viable pour plus d'employés.

Le caractère pratique. Il est important que les employés déterminent si le cyclisme leur convient. En général, le cyclisme est pratique pour des distances entre 8 et 10 km (aller ou retour); les navetteurs cyclistes parcourent un kilomètre en quatre minutes. Il n'est pas rare de voir des cyclistes endurcis parcourir de 30 à 40 km dans chaque sens pour se rendre au travail. Pour les petits voyages de quelques kilomètres et en particulier vers des destinations où il est difficile de trouver un stationnement pour sa voiture, la bicyclette peut être plus rapide que la voiture pour la même destination. Beaucoup d'employés peuvent ne pas réaliser combien peu de temps il leur prendrait pour se rendre au travail à bicyclette et cet obstacle peut être éliminé en aidant les employés à estimer le temps nécessaire au parcours ou en les encourageant à faire le trajet à bicyclette au moins une fois.

La formation en compétence et en sécurité. Sans compétences en cyclisme convenables et sans connaissances des besoins de sécurité, les employés peuvent penser que le cyclisme n'est pas sécuritaire. Des cours de cyclisme offerts dans l'entreprise peuvent répondre à ces préoccupations très réelles. Dans beaucoup de collectivités, des instructeurs ayant une certification nationale BÉCANE offrent des cours normalisés de cyclisme. Des cours rapides de recyclage peuvent aussi être offerts pour remplacer les cours très approfondis. D'autres cliniques de cyclisme

Ça marche!

Pour promouvoir la sécurité des navetteurs cyclistes, le programme TREK de l'Université de la Colombie-Britannique offre un cours d'une demi-journée « Bike Right » pour enseigner aux navetteurs comment éviter les dangers de la route.

sont offertes par les municipalités, des groupes sans but lucratif ou des boutiques d'articles de sports pour instruire les navetteurs sur les compétences de base, la surveillance de la forme physique, le choix et l'entretien de l'équipement approprié, les pratiques de sécurité, etc. On peut trouver des renseignements sur les exigences juridiques de sécurité qui portent sur l'usage du casque, les lumières, les réflecteurs et la clochette ainsi que sur le Code de la route par l'intermédiaire de votre municipalité, de votre gouvernement provincial, de l'association provinciale de cyclisme et/ou d'autres groupes locaux de cyclisme.

Le choix des itinéraires. La recherche de routes plus rapides et plus sécuritaires de cyclisme peut être un défi que se fait par tâtonnement. Alors que certains cyclistes aiment se déplacer dans des artères embouteillées et partager la route avec des autobus, des camions et des voitures, beaucoup d'autres préfèrent emprunter des rues secondaires plus paisibles ou des sentiers interdits aux voitures. En se réunissant, les cyclistes de votre lieu de travail peuvent échanger des renseignements ainsi que tracer une carte de leurs itinéraires préférés et des dangers notables. Beaucoup de municipalités canadiennes publient des cartes cyclistes sur papier ou sous forme électronique, en tenant compte des commentaires considérables du monde cycliste. Affichez une carte près de vos supports à bicyclettes, casiers ou vestiaires que les cyclistes peuvent consulter quand ils échangent des informations et des conseils sur les différents itinéraires.

Le cyclisme et les transports en commun. Dans tout le Canada, les municipalités prennent des mesures pour aider les navetteurs à utiliser la bicyclette et les transports en commun pour se rendre au travail chaque jour. En fournissant un stationnement pour les bicyclettes sécuritaire, abrité, aux arrêts principaux d'autobus ou aux gares de trains rapides, les agences de transports en commun rendent plus commode la transition de la bicyclette à l'autobus. En fournissant des supports à bicyclettes montés à l'avant des autobus, les agences de transports en commun permettent aux cyclistes de prendre leur bicyclette avec eux pour terminer rapidement leur voyage. Dans certaines villes, les cyclistes peuvent amener leur bicyclette à l'intérieur des véhicules de transports en commun à certaines heures.

La prévention des vols. Un support sûr, bien conçu ne constitue pas un obstacle pour les voleurs si les bicyclettes ne sont pas bien verrouillées. Voici quelques renseignements pratiques qui peuvent aider les cyclistes à décourager les voleurs éventuels.

- Renforcez les verrous en U (qui peuvent être brisés) avec un raccordement de plomberie bon marché en forme de T et en fer forgé.
- Utilisez des câbles ou des chaînes (qui peuvent être coupés par des coupe-boulons) comme verrous supplémentaires, ce qui oblige les voleurs de bicyclettes à transporter davantage de matériel et à perdre davantage de temps pour tenter de voler une bicyclette.

Encore curieux?

Pour obtenir de plus amples informations sur la formation BÉCANE et une liste d'associations provinciales et territoriales de cyclisme au Canada, visitez le site web de l'Association canadienne de cyclisme à l'adresse www.canadian-cycling.com.

Le saviez-vous?

Les cartes cyclistes (sur papier et/ou en direct) sont offertes au monde cycliste dans de nombreuses villes, comme Victoria, Vancouver, Calgary, Edmonton, Winnipeg, London, Toronto, Ottawa et Montréal.



- Les cyclistes doivent verrouiller le cadre de leur bicyclette à un objet solide. Si vous verrouillez une roue seulement, le voleur peut enlever la roue du cadre et prendre le reste de la bicyclette.
- Les cyclistes doivent s'assurer que toutes les pièces à décrochage rapide (roues, selle, guidon) sont bien fixées au cadre de leur bicyclette ou au support à bicyclettes. Autrement, ils doivent prendre ces pièces avec eux.

L'évitement du smog. Le cyclisme est généralement excellent pour la santé des employés, mais il est également important de mettre les cyclistes en garde contre les dangers de tout exercice à l'extérieur quand la qualité de l'air est mauvaise. Votre coordinateur des options pour les navetteurs doit surveiller l'indice de qualité de l'air publié pour votre collectivité et transmettre les renseignements pertinents aux employés. Si l'indice de qualité de l'air dépasse 50 (ce qui signifie que la qualité de l'air est mauvaise), les exercices aérobics intensifs commencent à devenir désagréables et les personnes souffrant de problèmes cardiaques ou respiratoires devraient réduire leur activité à l'extérieur. Les employeurs peuvent envisager d'offrir des billets de transports en commun aux navetteurs actifs quand la qualité de l'air est mauvaise.

Le saviez-vous?

Une gamme importante de renseignements sur la qualité de l'air, comprenant les prévisions météo locales et des avis, est fournie en direct par Environnement Canada à l'adresse web www.msc.ec.gc.ca/aaq_smog.

Les autres informations. Votre coordinateur des options pour les navetteurs devrait également songer à afficher une liste de magasins de bicyclettes locales, le numéro de téléphone d'un service mobile de réparation de bicyclettes et le nom de personnes représentant les clubs cyclistes locaux.

5.2.4 Les groupes de soutien des cyclistes



Les cyclistes, peut-être plus que tout autre groupe de navetteurs, aiment se réunir, bavarder, échanger des renseignements et travailler à améliorer leur situation. Vous pouvez utiliser cette tendance pour améliorer votre programme d'options pour les navetteurs.

Les groupes d'adeptes du cyclisme jouent le rôle de groupes de soutien pour les cyclistes. Si vous formez un groupe de cyclisme au travail, cela aidera votre coordinateur des options pour les navetteurs à identifier les besoins des cyclistes, à obtenir leur rétroaction sur les mesures du programme, et à les pousser à promouvoir le cyclisme auprès des autres employés. Les groupes de cyclisme ont souvent un élément social, avec des réunions de membres pour des promenades à bicyclette les soirs et les fins de semaine. Un groupe de cyclisme peut aussi être une base naturelle pour organiser des séances de formation de compétences, des démonstrations d'entretien de bicyclette et pour promouvoir des activités spéciales connexes.

Les programmes non structurés d'amis de la bicyclette sont un autre moyen d'encourager les navetteurs à aller à bicyclette au travail. Les amis se rencontrent en route pour faire au moins une partie du trajet ensemble, ce qui permet aux nouveaux cyclistes d'apprendre de ceux qui sont expérimentés.

Encore curieux?

Au boulot à vélo! Guide pour les groupes de cyclistes a été produit par Citoyens pour la sécurité à vélo à Ottawa, Ont. Vous le trouverez en direct sur le site www.cfsc.ottawa.on.ca.

5.2.5 Le service de réparation de bicyclettes

Il est inévitable qu'un navetteur cycliste arrive un jour au travail avec un problème mécanique qui menace de l'empêcher de retourner à la maison à bicyclette. Cependant, si le coordinateur des options pour les navetteurs a affiché le nom, les services et les tarifs d'un service mobile de réparations de bicyclettes (ou même le numéro de téléphone d'un autre employé bénévole compétent), le cycliste peut souvent résoudre son problème avant la fin de la journée de travail. Une autre démarche simple consiste à mettre à la disposition des employés, au travail, les outils de réparation de base, ainsi qu'une pompe à bicyclette et quelques rustines de chambre à air.

Ça marche!

Au siège social de la Société canadienne des postes à Ottawa, Ont., les navetteurs cyclistes qui arrivent au travail avec des problèmes mécaniques peuvent appeler un numéro sans frais pour obtenir de une aide bénévole, le jour même, de la part d'autres employés.

