

Ilo irti työmatkasta!

Vinkkejä työntajalle

Tähän aineistoon on koottu helposti lähestyttäviä toimenpiteitä, joista ainakin osan voi toteuttaa jokaisella työpaikalla pyöräilyyn kannustamiseksi.

Kannusta työntekijöitäsi polkemaan

- Kisailut, kampanjat ja teemapäivät
 - [Kilometrikisa](#)
 - Pyörällä töihin -päivä
 - Auton vapaapäivä
 - Talvikilometrikisa
 - [Winter Bike to Work Day](#)
- Pyöräilyaamiainen tai -brunssi
- Pyörien huoltopäivä
- Nastarenkaiden vaihtopäivä
- Pyöräretken järjestäminen virkistyspäivänä



Varmista sujuvat ja laadukkaat pyöräilyolot työpaikallasi

- Onko pyörillä pääsy kiinteistön pihalle ja parkkipaikalle kunnossa?
- Onko pyöräpysäköinti selkeästi havaittavissa?
- Ovatko pyöräpysäköintiolosuhteet laadukkaat: runkolukittavat ja katetut (ainakin osa) pyörätelineet?
- Onko pyöräpysäköinnin sijainti sisäänkäynnin yhteydessä?
- Jos käytössä on parkkihalli tai muu sisätila, niin onko sieltä varattu riittävästi tilaa polkupyörien pysäköintiin?
- Onko pyöräpysäköinnin yhteydessä jalkapumppu?
- Onko pyöräpysäköinnin yhteydessä työkalusetti perussäätöjä varten?
- Pääseekö työpaikalle sujuvaa ja turvallista pyöräreittiä pitkin?
 - Eikö? Olkaa yhteydessä kunnan liikenneinsinööriin tai vastaavaan suunnittelijaan ja kertokaa epäkohdista.



Tarjoo tietoa sujuvista pyöräilyreiteistä

- Reittioppaat, esim.
 - [Reittiopas, liput ja hinnat, asiakaspalvelu | HSL.fi](#)
 - [Nyssen reittiopas \(tampere.fi\)](#)
 - [Oulun liikenteen reittiopas \(oulunliikenne.fi\)](#)
- Pyöräilykartat (löytyy lähes joka kunnasta)
- Muut kartat ja oppaat



Tarjota siistit ja toimivat sosiaalityilat

- Mahdollisuus vaihtaa vaatteet muualla kuin WC:ssä
- Suihkutilat
- Mahdollisuus vaihtovaatteiden säilytykseen ja kuivattamiseen
- Muut sosiaalityilat: venyttelypaikka, föönaus- ja meikkauspiste
- Mahdollisuus aamu- tai välipalaan



Infoa työntekijöitäs pyöräilystä

- Perehdytys pyöräilyoloista ja -palveluista
- Pysäköintipaikat, pukuhuoneiden ja kaappien sijainti ja saatavuus
- Lähellä olevien pyöräpalveluiden saatavuus
- Pyöräilypalsta näkyvällä paikalla yrityksen lehdessä ja intranetissä
- Kaikki liikkumiseen liittyvät edut ja ohjeet yrityksen sisäisille verkkosivuille
- Pyöräilyn vastuuhenkilön nimeäminen työpaikalle
- Työmatkapyöräilyn määrän ja pyöräilijöiden tyytyväisyyden seuranta



Tue varustehankinnoin tai palveluilla

- Työsuhdepolkupyörät
 - Lisätietoja: <https://www.tyosuhdepyora.fi/>
 - Henkilökohtainen etu
 - Vrt. Työsuhdeauto
- Yrityspyörät tai kokouspyörät
 - Työasiamatkoihin
 - Esim. yrityksen logolla varustetut
 - Yhteiskäytössä
- Pyörän huoltomahdollisuus
- Nastarenkaiden hankinta ja vaihto
- Pyörän valot tai muut tarvikkeet



Hyödynnä taloudellisia kannustimia

- Pekka Niska Oy:n esimerkki:
 - Työmatkapyöräilystä maksetaan kodin ja työpaikan väliseltä lyhimmältä matkalta (vähintään 5 km/suunta): 0,25 eur/km
- Lujatalo Oy:n esimerkki:
 - Työnantaja kustantaa nastarenkaat polkupyöriin syksyn ja talven aikana kaikille työntekijöilleen, jotka kulkevat työmatkansa polkupyörällä.



Tiesitkö tämän työmatkapyöräilystä?

- Parantaa työkykyä, jo puoli tuntia pyöräilyä päivässä...
 - edistää terveyttä ja pitää yllä kuntoa
 - auttaa painonhallinnassa
 - parantaa unen saamista ja laatua
 - lievittää stressiä
- Vähentää sairauspoissaoloja
 - Kuntoliikuntaa 3 kertaa viikossa harrastavilla on vuosittain 4–6 sairauspäivää vähemmän kuin niillä, jotka eivät harrasta liikuntaa
- Vähentää autopaikkojen tarvetta
- Vaikuttaa myönteisesti yrityksen imagoon



Nauti pyöräilystä!

Lähteet:

- poljin.fi
- Helsingin Polkupyöräilijät ry, Ismo Pykäläinen / Hyvä työpaikka pyöräillä -konsepti
- Hyvinkään kaupunki, Askel-hanke 2010-2011
- Turun kaupunki, Liikettä työmatkaan! -hanke 2013-2014

