



Association nationale pour les intérêts des cyclistes  
Birkenweg 61 | Case postale 6711 | CH-3001 Berne  
Tél. 031 318 54 11 | info@pro-velo.ch | www.pro-velo.ch

## **Communiqué de presse du 18 février 2014**

### ***bike to work 2014: en coup de vent au travail – vent en poupe toute la journée!***

#### ***L'action bike to work entame sa dixième régates. Un vent de fraîcheur souffle sur de nombreuses entreprises suisses, qui gagnent ainsi en productivité.***

En juin dernier, quelque 50 000 employé-e-s de plus de 1600 entreprises se sont mis en selle dans le cadre de l'action bike to work. Ensemble, ils ont parcouru près de sept millions de kilomètres et ainsi économisé 1156 tonnes de CO<sup>2</sup>. Mais ce n'est pas tout. En pratiquant une activité physique quotidienne, les participant-e-s ont été moins souvent malades et ont constaté une meilleure concentration au travail. Plusieurs études réalisées à travers le monde attestent de ces bienfaits<sup>1</sup>. En Suisse, les actifs consacrent en moyenne 60% de leurs journées à leur travail, la plupart du temps dans la position assise. Conséquence: plus de 50% de la population active ne bouge pas assez, ce qui entraîne une diminution de la performance au travail et une hausse de la morbidité. Par une promotion active de l'activité physique, les entreprises peuvent inverser cette tendance.

#### **Une productivité accrue grâce à un personnel en bonne santé**

Pratiquer une activité physique plus régulière peut améliorer la santé de manière significative. La productivité dans l'entreprise s'en trouve renforcée car l'absentéisme diminue, ce qui se répercute positivement sur le bénéfice de l'entreprise. Le cabinet de conseil en entreprise Boston Consulting Group estime qu'une entreprise européenne disposant d'un programme de promotion de la santé pourrait économiser, ou gagner par l'amélioration de la productivité, jusqu'à USD 400.– par collaborateur et par an.

#### **Du mouvement pour se rendre au travail**

Par son slogan «En coup de vent au travail – vent en poupe toute la journée», l'action souhaite mettre en avant les bienfaits de la mobilité douce sur l'humeur et la santé au quotidien. Les entreprises peuvent s'inscrire en quelques clics sur le site Internet de l'action ([www.biketowork.ch/inscrire](http://www.biketowork.ch/inscrire)).

bike to work est une action d'une durée d'un mois destinée à promouvoir la pratique du vélo pour se rendre au travail. Son objectif: faire en sorte que le plus grand nombre de pendulaires soient séduits par la petite reine et enfourchent ce moyen de transport pratique, bon pour la santé et écologique. L'action a lieu chaque année au mois de juin.

<sup>1</sup> Document de base Activité physique et santé; Office fédéral du sport; 2013

Les personnes qui se mettent en selle au moins un jour sur deux participent au tirage au sort des prix d'une valeur totale de CHF 90 000.–.

bike to work est organisé par PRO VELO Suisse avec le soutien de Veloplus, de La Poste Suisse et d'Ibex.

### **Renseignements**

Jeannette Morath et Carole Straub, direction de projet bike to work, 031 318 54 13

Jean-François Steiert, président de PRO VELO Suisse, conseiller national, 079 204 13 30

PRO VELO Suisse est l'association faîtière nationale des cyclistes en Suisse. Elle représente les intérêts des cyclistes à l'échelle nationale et regroupe 40 associations régionales et plus de 32 000 membres individuels.