



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 10 juillet 2014

Succès inégalé de l'action bike to work : en juin, plus de 50 000 participants ont parcouru un total de 7'802'243 kilomètres !

L'action participative de PRO VELO Suisse a connu un franc succès cette année, de nombreuses PME saisissant cette occasion pour inciter en toute simplicité leurs collaboratrices et collaborateurs à être plus actifs au quotidien. L'action bike to work, qui a lieu chaque année en juin et qui vise à promouvoir les déplacements à vélo et la santé, affiche un nouveau record de participation cette année : le mois passé, 50'190 pendulaires représentant 1'651 entreprises ont enfourché leur bicyclette pour se rendre au travail.

La croissance remarquable du nombre de participant-e-s se répercute évidemment dans le nombre de kilomètres parcourus. Ainsi, les participant-e-s ont avalé un total de 7'802'243 kilomètres à vélo pour se rendre au travail et en revenir, ce qui correspond à près de 195 tours du monde. Une petite voiture aurait généré 1'248 tonnes de CO₂ pour faire un tel trajet (base de calcul : 160 g de CO₂/km)

La liste des gagnant-e-s des quelque 1300 prix d'une valeur totale de plus de CHF 100 000.– sera publiée aujourd'hui sur le site Internet www.biketowork.ch. Tous les participant-e-s à l'action bike to work sont en fait gagnant-e-s : ils se sentent plus libres et se portent mieux.

L'action bike to work permet de réseauter

Les réseaux sociaux tels que Facebook, Twitter et Instagram permettent de plus en plus aux participant-e-s à l'action #biketowork de réseauter et de partager leurs sentiments en ligne. La tendance à entreprendre quelque chose ensemble avec plaisir est aussi manifeste en ce qui concerne bike to work. De nombreuses collaboratrices et collaborateurs ont parcouru ensemble le chemin du travail, se sont retrouvés après les heures de travail pour aller faire un tour à vélo ou ont participé à l'une des manifestations organisées par les plus de 40 associations régionales de PRO VELO. Ainsi, une quarantaine de cyclistes bernois représentant 27 entreprises ont passé une agréable soirée ensemble à discuter autour d'une bonne grillade.

Les collaborateurs disposant d'un bon réseau sont de plus en plus importants pour les entreprises : des connaissances deviennent des partenaires d'affaires, et les contacts sociaux sur le lieu de travail sont plus intenses et plus amicaux. C'est un atout pour les entreprises dans le contexte de l'économie de la connaissance actuel, les relations de confiance et les échanges étant synonymes de bonnes idées et d'innovations.¹

L'action bike to work est bonne pour la santé et le moral

Il est connu de longue date qu'une demi-heure au moins d'exercice physique par jour permet d'améliorer sensiblement la santé et les performances. Sur mandat de La Poste Suisse, un groupe-test a permis de réaliser diverses mesures avant et après l'action bike to work. Les résultats parlent clairement en faveur de celle-ci. Les participants ont en moyenne pu abaisser leur taux de graisse de 2% (-1.2 kg). La réduction maximale du taux de graisse a été de 5% (-4.2 kg) chez un cycliste exemplaire. Ces résultats sont la suite logique de déplacements plus fréquents à vélo. En matière de circulation cardiovasculaire, ils ont obtenu de bons, voire de très bons résultats.

Une étude récente de l'Université de Portland (USA) indique même que les personnes qui pendulent à vélo se sentent mieux et ressentent une plus grande joie de vivre que ceux qui font le trajet en voiture.²

Cette assertion a été vérifiée auprès des participants qui se sont rendus à la fête de fin d'action organisée par PRO VELO Berne. A la question de savoir quel moyen de transport les participants utilisaient plus volontiers pour se rendre au travail et en revenir, le vélo a nettement surclassé tous ses concurrents.

bike to session au Palais fédéral

« Même certains politiciennes et politiciens du Palais fédéral en ont profité pour se mettre au vélo », déclare non sans satisfaction Jean-François Steiert, président de PRO VELO Suisse et conseiller national. La performance de Roland Fischer, vert'libéral lucernois, est admirable à cet égard: ce conseiller national sportif d'Udligenswil (LU) s'est affranchi chaque début et fin de session à vélo des 112 kilomètres qui séparent son domicile du Palais fédéral, donnant ainsi un signal clair pour que le monde politique soutienne celui du vélo.

Chiffres-clés de l'action bike to work 2014

Entreprises	1'651
Equipes	13'022
Participant-e-s	50'190
Kilomètres	7'802'243
Kilos de CO2	1'248'360 kg

Faits et chiffres relatifs à bike to work 2014

<http://www.biketowork.ch/fr/telechargement/evaluations/>

Photos :

<http://www.biketowork.ch/fr/telechargement/photos/>

Sources

¹ <http://www.happiness-institut.de/happinesscontent/themes/happinessinstitut/pdf/Happiness-Studie.pdf>

² http://bikeportland.org/wp-content/uploads/2013/01/TRB_Osmith_55x44.pdf

Contact pour les médias

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

Jean-François Steiert, conseiller national et président de PRO VELO Suisse, 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.

Votre adresse figure dans la liste de distribution de PRO VELO Suisse pour les médias. Veuillez nous écrire à info@pro-velo.ch si vous ne souhaitez plus recevoir nos communiqués de presse ou si vous souhaitez les recevoir à d'autres adresses. Merci!