



**PRO VELO Suisse**

Association nationale pour les intérêts des cyclistes

Birkenweg 61 | Case postale | CH-3001 Berne

Tél. 031 318 54 11 | info@pro-velo.ch | www.pro-velo.ch

## Communiqué de presse du 9 juillet 2015

### Action bike to work: 9'881'580 kilomètres parcourus par 52'541 participants

***La 11<sup>e</sup> édition de bike to work a été celle de tous les records: le nombre de personnes, d'équipes et d'entreprises inscrites, mais aussi de kilomètres parcourus a pris l'ascenseur. Plus de 52'541 personnes, soit l'équivalent de la population de la ville de Bienne, se sont rendues au travail à vélo dans le cadre de bike to work. La distance totale parcourue équivaut à 246 fois un tour du monde.***

Jusqu'à présent, la durée de l'action était limitée à un mois. Depuis cette année, les entreprises ont aussi la possibilité de signer pour deux mois. Plus d'un tiers d'entre elles ont décidé de jouer les prolongations et de se mettre en selle en mai et en juin. De quoi pulvériser les précédents records: en 2015, les participant-e-s ont pédalé deux millions de kilomètres de plus, soit 9.8 millions de kilomètres. Sur cette distance, une voiture émet 1'581 tonnes de CO<sub>2</sub>, ce qui équivaut à ce qu'une forêt de 126'000 arbres absorbe pendant une année.

Dans le cadre de l'action, 2'500 participant-e-s bike to work ont gagné un prix. Cette année, la valeur totale des prix était de 138'000 francs. Ils ont été tirés au sort parmi les participant-e-s qui se sont rendus au moins un jour sur deux au travail à vélo.

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

L'action bike to work a pour but d'inciter les pendulaires à bouger davantage. Au total, les participant-e-s ont brûlé plus de 237 millions de calories, ce qui correspond à un tiramisù de la taille d'un terrain de football. Les personnes qui se rendent au travail à vélo intègrent déjà dans leur quotidien une partie de l'activité physique journalière recommandée. Sans oublier que les mesures de promotion de la santé dans l'entreprise, dont bike to work faire partie, contribuent aussi à la prospérité économique. Car des collaboratrices et des collaborateurs en bonne santé sont performants et rarement absents. De quoi réduire les coûts liés aux arrêts maladie. Dans la charte d'Ottawa pour la promotion de la santé, l'OMS souligne l'importance de la prévention sur le lieu de travail.

### **Des nouveaux participants enthousiastes**

Une fois de plus, bike to work a attiré bon nombre de nouvelles participantes et de nouveaux participants, qui n'ont pas tari d'éloges sur l'action. Beaucoup d'entre eux

s'attendaient à devoir fournir plus d'efforts et se sont déclarés surpris par les bienfaits du vélo au quotidien.

Melanie H. vit à Berne et participait pour la première fois à bike to work: «C'est super de faire du vélo le matin: l'air frais réveille et dynamise. Aller au travail à vélo me permet de pratiquer une activité sportive dès le matin. Et le vélo aère beaucoup plus l'esprit que la voiture ou le bus. Je recommande à tous de tester bike to work, c'est une formidable expérience qui joint l'utile à l'agréable.»

Julien P., de Sierre, est lui aussi ravi d'avoir relevé le défi. Même si Julien est plutôt du genre sportif, il ne lui était jamais venu à l'esprit de parcourir à vélo les huit kilomètres qui le séparent de son lieu de travail. Lorsque son entreprise a fait la promotion de l'action, il a décidé de prendre la balle au bond et d'en profiter pour changer ses habitudes. «C'est incroyable, je n'avais jamais vraiment pensé à aller au travail à vélo, et pourtant je mets moins de temps qu'en voiture. Si je peux préserver l'environnement sans que cela me coûte un centime tout en profitant personnellement de nombreux bénéfices, pourquoi s'en priver?» Mais bike to work est aussi une aventure collective: «L'action permet de renforcer l'esprit d'équipe. J'ai fait la connaissance de nouveaux collègues; maintenant, nous mangeons souvent ensemble à midi. Cela me permet de découvrir d'autres domaines de l'entreprise, ce qui est très précieux pour moi! Enfin, je remarque que ma forme physique s'est nettement améliorée. Pédaler chaque jour 16 kilomètres fait une vraie différence, d'autant plus si l'effort est associé à autant de plaisir et de joie!»

L'action bike to work éveille tant les sens que les émotions, comme le suggère si bien le témoignage de Roland H., qui parcourt chaque jour 34 kilomètres pour se rendre au siège zurichois de la Banque nationale suisse: «Je recommande vivement bike to work. À vélo, on voit et on perçoit beaucoup mieux les paysages que lorsqu'on utilise les moyens de transport conventionnels des pendulaires. On part le matin dans l'obscurité et on voit le jour se lever. Les routes sont encore presque désertes et on se sent tout simplement bien. J'assiste tous les jours au lever du soleil, j'entends le chant des oiseaux et j'aspire à pleins poumons l'odeur du foin coupé et le parfum des arbres et des fleurs. Et avec un peu de chance et d'observation, il m'arrive de surprendre un chevreuil ou un renard.»

#### **Faits et chiffres sur bike to work 2015**

Entreprises:	1'665 dont 109 en mai, 528 en mai et juin, 1'028 en juin
Équipes:	13'646
Participant-e-s:	52'541
Durée:	du 1 <sup>er</sup> mai au 30 juin 2015
Km:	9'881'580
Équivalent CO <sub>2</sub> :	1'581'053 kg économisés (160 g/km)
Calories:	237'157'920 calories (24 cal/km)

**Liens vers les évaluations détaillées:**

- [Liste des gagnant-e-s](#)
- [Liste des entreprises participantes](#)
- [Top 10 des entreprises](#)
- [Faits et chiffres](#)

En 2016, l'action bike to work aura lieu du 1<sup>er</sup> mai au 30 juin. La participation est possible à un ou deux mois.

**Renseignements**

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

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

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 33'000 membres individuels.