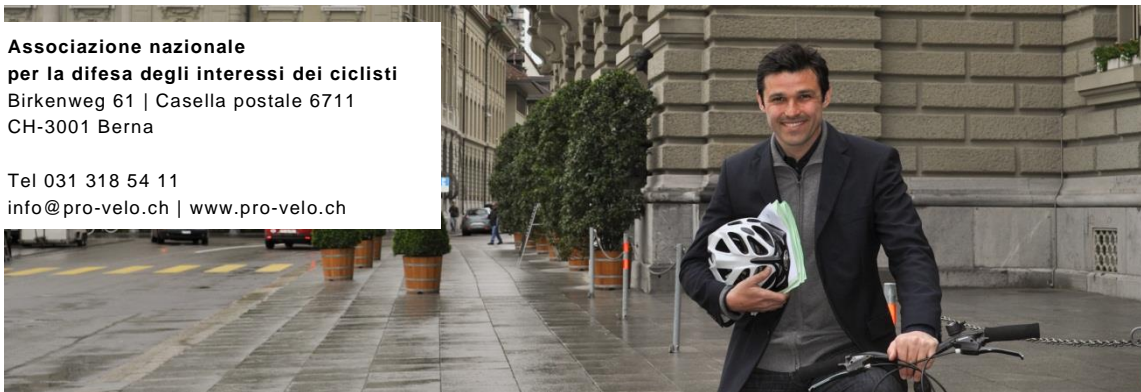


Associazione nazionale
per la difesa degli interessi dei ciclisti
Birkenweg 61 | Casella postale 6711
CH-3001 Berna

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



Comunicato stampa del 30 maggio 2013

al lavoro in bici (bike to work): Matthias Aebischer dà il buon esempio

Matthias Aebischer, Consigliere nazionale bernese, aiuta i pendolari su due ruote. Grazie all'iniziativa «al lavoro in bici» l'ex moderatore del telegiornale vuole convincere il maggior numero possibile di automobilisti a convertirsi alla bicicletta. Aebischer sa bene come si arriva a destinazione in bici e svela «ai principianti della bici» delle utili dritte (cfr. riquadro).

La 9^a edizione di «al lavoro in bici» parte il 1° giugno 2013. Da quel momento, grazie a questa iniziativa lanciata su tutto il territorio nazionale, oltre 50'000 lavoratori svizzeri si recheranno al lavoro in bici per un mese.

Il politico nonché casalingo part time Aebischer rinuncia consapevolmente all'automobile e raccomanda l'alternativa su due ruote: «Di fatto faccio tutto in bici». Sia che di mattina porti i bambini all'asilo nido, sia che di sera partecipi a un dibattito, è sempre in sella alla sua bici. Non fa eccezione il tragitto verso il suo luogo di lavoro a Palazzo federale: «La pedalata mattutina mi mette in moto. Fin dal primo dossier della sessione sono ben sveglio e posso dedicargli la mia piena attenzione» – sorride.

Aebischer è felice che oltre 1'500 aziende svizzere abbiano aderito a «al lavoro in bici»: «Queste aziende hanno capito che un personale sano è il bene più prezioso». Un investimento per il futuro, che ripaga le aziende in ogni modo – così si esprime questo papà di tre figli.

Le ditte che hanno interesse possono ancora iscriversi, in tempi brevi, sul sito www.biketowork.ch e partecipare all'azione. [Aziende già iscritte](#)

Le dritte di Aebischer per ciclisti principianti:

1. Workout quotidiano: i rapporti bassi mettono in moto il vostro sistema circolatorio.
2. Sospensioni pneumatiche: per l'acciottolato nei nuclei storici e per la strada sterrata consiglio una pressione delle gomme contenuta di 4 Bar.
3. Attenzione a non scivolare: in caso di strada bagnata incrociate i binari del tram solo a bassa velocità ossia a passo d'uomo.
4. Partite con 5 minuti di anticipo: così potete godervi la pedalata ed evitare dolori muscolari.
5. Gli atteggiamenti aggressivi non pagano: non cedete alla tentazione e non aggredite l'automobilista al semaforo.

Informazioni

Consigliere nazionale Matthias Aebischer, 079 607 17 30

Jeannette Morath e Carole Straub, Direzione progetto al lavoro in bici, 031 318 54 13

*Jean-François Steiert, Consigliere nazionale e Presidente di PRO VELO Svizzera,
079 204 13 30*

Fotografie di Matthias Aebischer liberamente disponibili in:

<http://www.pro-velo.ch/fr/medias/photos>

«al lavoro in bici» è un'azione di un mese di Pro Velo Svizzera che promuove l'uso della bicicletta in azienda. L'obiettivo consiste nell'entusiasmare il maggior numero di pendolari possibile convincendoli a servirsi della bicicletta. L'azione si svolge ogni anno nel mese di giugno. Chi al termine dell'azione si è recato al lavoro in bicicletta per almeno la metà delle giornate lavorative, ha l'opportunità di vincere uno degli oltre 1000 premi. L'azione è sostenuta da Veloplus, SuvaLiv e dalla Posta svizzera.
www.biketowork.ch

PRO VELO Svizzera è l'associazione nazionale mantello dei ciclisti in Svizzera. Essa tutela gli interessi dei ciclisti sull'intero territorio svizzero 40 società regionali con più di 30'000 soci individuali sono affiliate a PRO VELO Svizzera.