



Associazione nazionale per gli 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 10 luglio 2014

bike to work, successo senza precedenti: in giugno percorsi complessivamente di 7'802'243 chilometri da oltre 50'000 partecipanti!

Particolarmente elevato quest'anno l'interesse per la vivace iniziativa di sensibilizzazione di PRO VELO: sono state soprattutto le pmi a cogliere la semplice opportunità di motivare il proprio personale a fare maggiore movimento ogni giorno. bike to work, la campagna di promozione della salute e della bicicletta che si svolge ogni anno a giugno, registra un nuovo record di partecipazione: nel mese appena trascorso 50'190 pendolari di 1'651 aziende hanno percorso in bicicletta gran parte del tragitto per recarsi al lavoro.

La netta impennata di nuovi partecipanti si rispecchia anche nel chilometraggio: sulla strada per il lavoro sono stati percorsi in bicicletta complessivamente 7'802'243 chilometri, pari a 195 volte la circonferenza terrestre. Compiendo lo stesso tragitto, una piccola macchina avrebbe emesso 1'248 tonnellate di CO₂ (base di calcolo: 160g CO₂/km).

I nomi dei vincitori dei 1300 premi di un valore complessivo di oltre CHF 100'000.– saranno resi noti oggi sul sito Internet www.biketowork.ch. Va detto tuttavia che con bike to work in realtà tutti hanno vinto, per avere provato un senso di libertà unico e conquistato una migliore forma fisica.

bike to work in rete

Grazie a social media come Facebook, Twitter e Instagram i partecipanti a bike to work sono in grado di connettersi maggiormente fra loro e condividere anche in formato digitale la propria soddisfazione. La tendenza a intraprendere iniziative collettive con gioia e divertimento è assolutamente evidente anche nel caso di bike to work: molte persone si sono ritrovate per percorrere insieme la strada verso il lavoro, per un giro in bicicletta dopo gli impegni professionali oppure hanno preso parte a un evento organizzato da una delle oltre 40 associazioni regionali di PRO VELO. Ad esempio 40 bike to worker del bernese, provenienti da 27 aziende diverse, hanno partecipato a una piacevole grigliata, che è stata anche occasione di un fitto scambio di esperienze.

La connessione fra collaboratori diventa sempre più importante per le aziende: i conoscenti diventano partner in affari e i contatti sociali sul posto di lavoro si fanno più intensi e amichevoli. Nell'ottica dell'attuale economia della conoscenza, per le aziende

questo rappresenta un vantaggio, poiché buone idee e innovazioni nascono laddove le persone si fidano le une delle altre e hanno uno scambio vivo.¹

bike to work: un contributo alla salute e alla gioia di vivere

È noto da tempo che chi fa movimento almeno mezz'ora al giorno migliora nettamente il proprio stato di salute e la propria produttività. Su incarico della Posta Svizzera sono state effettuate rilevazioni su un piccolo gruppo campione prima e dopo bike to work. I dati emersi dal test sono un successo: i partecipanti hanno visto migliorare mediamente la riduzione dei tessuti adiposi del 2% (-1.2 kg). La massima riduzione delle masse adipose su un bike to worker „campione” è stata del 5% (-4.2 kg). Tutti hanno ottenuto risultati da buoni a ottimi per quanto riguarda il sistema cardiovascolare. Questi risultati sono la logica conseguenza del maggiore impiego della bicicletta.

Uno studio attuale dell'Università di Portland dimostra addirittura che i pendolari „ciclisti” presentano uno stato di benessere e soddisfazione superiore a quello degli automobilisti.²

Tale tesi è stata verificata sul campo da bike to work presso i partecipanti all'evento conclusivo di PRO VELO Berna: alla domanda su quale mezzo di trasporto utilizzassero con maggiore soddisfazione per recarsi al lavoro ogni giorno, tutti hanno indicato nettamente al primo posto la bicicletta.

bike to session a Palazzo federale

„Anche alcuni politici di Palazzo federale hanno sentito la motivazione per bike to work” esulta Jean-François Steiert, presidente di PRO VELO Svizzera e consigliere nazionale. In particolare ha colpito la prestazione di Roland Fischer, PVL di Lucerna: a inizio e fine sessione lo sportivo consigliere nazionale di Udligenswil ha coperto in bicicletta i 112 chilometri che separano la sua residenza da Palazzo federale, lanciando un chiaro segnale politico a favore del mezzo a due ruote.

Dati fondamentali di bike to work 2014

Aziende	1'651
Squadre	13'022
Partecipanti	50'190
Chilometri	7'802'243
CO2 kg	1'248'360

bike to work 2014: cifre e fatti

<http://www.biketowork.ch/it/download/valutazioni/>

Immagini della campagna

<http://www.biketowork.ch/it/download/foto/>

Fonti

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

Contatto per i media

Jeannette Morath, responsabile progetto bike to work, 031 318 54 13

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

PRO VELO Svizzera è l'Associazione nazionale mantello dei ciclisti in Svizzera. Essa tutela gli interessi dei ciclisti a livello nazionale. A PRO VELO Svizzera sono affiliate 40 organizzazioni regionali con oltre 32'000 membri individuali.

Il vostro indirizzo è registrato nella mailing list per i media di PRO VELO Svizzera. Se non desiderate più ricevere i comunicati stampa, se volete richiederne il recapito a un indirizzo diverso oppure aggiungere altri indirizzi di destinazione, vi preghiamo di scrivere a info@pro-velo.ch. Grazie.