



**PRO VELO Svizzera**

**Associazione nazionale per la difesa degli interessi dei ciclisti**

Birkenweg 61 | Casella postale | CH-3001 Berna

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

## **Comunicato stampa del 9 luglio 2015**

### **In 52'541 partecipanti hanno percorso 9'881'580 km per bike to work**

***L'11esima edizione di bike to work (al lavoro in bici) ha battuto tutti i record: più partecipanti, più squadre, più aziende e più chilometri. Quest'anno bike to work ha entusiasmato oltre 52'541 persone che si sono recate al lavoro in bicicletta – un numero di partecipanti pari alla popolazione residente nella Città di Bienna. Con i chilometri da loro percorsi si potrebbe raggiungere o compiere 246 volte il giro del mondo.***

Quest'anno le aziende potevano scegliere di aderire a bike to work per due mesi invece di un solo mese. Oltre un terzo delle aziende ha optato per questa allettante estensione e ha partecipato sull'arco di due mesi. Con 9.8 milioni di chilometri percorsi i partecipanti a questa edizione sono rimasti in sella per oltre due milioni di chilometri in più rispetto alle precedenti edizioni. Su questa distanza un'automobile emette 1'581 tonnellate di CO<sub>2</sub>: si tratta di una quantità di CO<sub>2</sub> che un bosco di 126'000 faggi assorbe in un anno.

2'500 partecipanti a bike to work hanno vinto premi per un ammontare complessivo di 138'000 franchi. I premi sono stati estratti fra quanti hanno utilizzato la bicicletta per almeno la metà dei propri giorni lavorativi.

### **Più movimento lungo il tragitto casa-lavoro**

bike to work incentiva il movimento lungo il percorso casa-lavoro. Complessivamente i partecipanti hanno bruciato oltre 237 milioni di calorie, equivalenti a un tiramisù delle dimensioni di un campo di calcio. Chi si reca al lavoro in bicicletta pratica già una parte del movimento giornaliero raccomandato. Inoltre le misure per la promozione della salute in azienda, fra le quali rientra anche bike to work, rivestono un'importanza economica. Se i collaboratori sono più sani, si assentano meno dal lavoro e sono più produttivi. In questo modo è possibile ridurre i costi correlati alle malattie. Nella Charta di Ottawa per la promozione della salute l'OMS segnala che il posto di lavoro è un luogo importante in cui praticare la prevenzione.

### **bike to work affascina chi vi partecipa per la prima volta**

Anche quest'anno numerose persone si sono avvicinate per la prima volta alla bicicletta e si sono lasciate entusiasmare da bike to work. Molte di loro si sono dette sorprese della facilità con cui è possibile raggiungere il posto di lavoro in bicicletta e dell'effetto positivo che lo spostamento sulle due ruote genera.

Melanie H. di Berna vi ha partecipato per la prima volta: „La sensazione che si prova di mattina nel percorrere le strade in bicicletta è fantastica. L'aria fresca mi sveglia per bene e posso svolgere una parte di sport già al mattino. Si presta attenzione a tutt'altro rispetto a quando si è seduti in auto o in bus. Decisamente raccomando bike to work – è una magnifica esperienza, che porta movimento e divertimento nella vita di tutti i giorni.“

Anche Julien P. di Sierre è felice di questa nuova esperienza. Julien non è proprio digiuno di sport, ma per abitudine non gli era mai venuto in mente di utilizzare la bicicletta per percorrere gli otto chilometri che separano casa sua dal posto di lavoro. Quando l'azienda ha aderito a bike to work, ha colto l'occasione per modificare le sue abitudini e partecipare all'iniziativa con i colleghi. „È incredibile, non avevo mai ipotizzato di usare la bicicletta, in bici sono ancora più veloce che in auto. Posso fare qualcosa di concreto e positivo a favore dell'ambiente e non mi costa nulla, anzi da questa esperienza ho tutto da guadagnare.“ Julien precisa che bike to work fa bene anche allo spirito di squadra favorito dalla costituzione di team da 4 persone. „Ho conosciuto nuovi collaboratori dell'azienda; ora pranziamo regolarmente assieme. Conversando con loro mi faccio anche un'idea di cosa avviene negli altri reparti. Per me è molto importante avere un quadro generale! Inoltre mi accorgo che la mia forma fisica è nettamente migliorata. Avere giornalmente 16 chilometri nelle gambe o non averli, fa la differenza – e per di più vivo nuove esperienze e mi diverto!“

Che bike to work suscita sensazioni ed emozioni lo dimostrano anche le parole di Roland H., che ogni giorno percorre 34 chilometri per recarsi alla Banca nazionale svizzera nella Börsenstrasse a Zurigo: „Consiglio bike to work perché si ha l'occasione di vedere e percepire molto di più rispetto a quando ci si sposta in maniera convenzionale. Si parte con il buio e si va incontro al giorno. A quest'ora gli utenti della strada sono pochi e ci si sente veramente bene. Ogni giorno mi gusta il sorgere del sole, ascolto il fantastico concerto degli uccelli e respiro il profumo del fieno fresco, dei fiori e delle piante. E con un po' di fortuna e di attenzione adocchio anche qualche animale selvaggio come caprioli o volpi.“

#### **bike to work 2015 in cifre**

Aziende:	1'665 di cui 109 in maggio, 528 in maggio e in giugno, 1'028 in giugno
Squadre:	13'646
Partecipanti:	52'541
Durata:	dal 1° maggio al 30 giugno 2015
Km:	9'881'580
Equivalenza CO <sub>2</sub> :	1'581'053 kg (160 g/km)
Calorie:	237'157'920 calorie (24 cal/km)

**Link per analisi dettagliate:**

- [Elenco dei vincitori](#)
- [Elenco delle aziende partecipanti](#)
- [La top 10 delle aziende](#)
- [Fatti e cifre](#)

L'anno prossimo bike to work avrà luogo dal 1° maggio al 30 giugno 2016 e vi si potrà aderire per un mese o per due mesi.

**Informazioni**

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

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

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 33'000 soci individuali sono affiliate a PRO VELO Svizzera.