



AU BOULOT À VÉLO PENDANT 2 MOIS ! PARTICIPEZ À L'ÉTUDE FIT-CARDIO BIKE

Dans le cadre de l'initiative Bike to Work, le Service de cardiologie recherche des collaboratrices et collaborateurs des HUG souhaitant participer à l'étude FIT-CARDIO BIKE.

Les personnes intéressées doivent :

- ▶ pratiquer moins de 2h30 d'activité physique par semaine
- ▶ se déplacer actuellement aux HUG en voiture, scooter ou transports publics.

But de l'étude

L'étude vise à évaluer les bénéfices du vélo domicile-travail sur la santé cardiovasculaire, en comparant l'utilisation d'un vélo électrique et d'un vélo standard pendant deux mois.

Déroulement

Les participantes et participants sont répartis au hasard en deux groupes : l'un utilise un vélo électrique, l'autre un vélo standard. Les vélos sont mis à disposition pour la durée de l'initiative Bike to Work (mai – juin 2026). Les personnes s'engagent à utiliser le vélo pour leurs trajets domicile-travail pendant ces deux mois. Les déplacements sont suivis à l'aide d'une application mobile simple et sécurisée, installée sur le téléphone portable. Un bilan complet de santé cardiovasculaire (90 minutes) est réalisé au début et à la fin de l'étude.

Dédommagement

- ▶ Bilan complet de votre santé cardiovasculaire
- ▶ Prêt gratuit d'un vélo pendant deux mois (mai – juin 2026), avec casque, cadenas et assurance inclus
- ▶ Possibilité d'effectuer un cours facultatif de « remise en selle » (2h) si besoin.

Investigateur principal

Pr Philippe Meyer, responsable de l'Unité d'insuffisance cardiaque et de réadaptation cardiaque, médecin adjoint agrégé, Service de cardiologie des HUG.

Inscription et renseignements :

✉ fitcardiobike@hug.ch

Inscrivez-vous :

