



Tous Vélo-Actifs  
Workshop hôpitaux - 02/06/2023  
Frédéric DHONDT  
Conseiller en mobilité

# Mobilité des employés/médecins Hopital de la Citadelle de Liège



# Contexte

## Chiffres mobilité



### La Citadelle en chiffres

3 sites « Soins »

3 sites « Administratifs »

Sites polycliniques et prélèvements

>4000 travailleurs/médecins

>560.000 passages polycliniques/an

>25.000 opérations/an

>2500 naissances/an

---

15000 UVP/jour

1500 usagers TEC/jour

>250 cyclistes

# Spécificités secteur

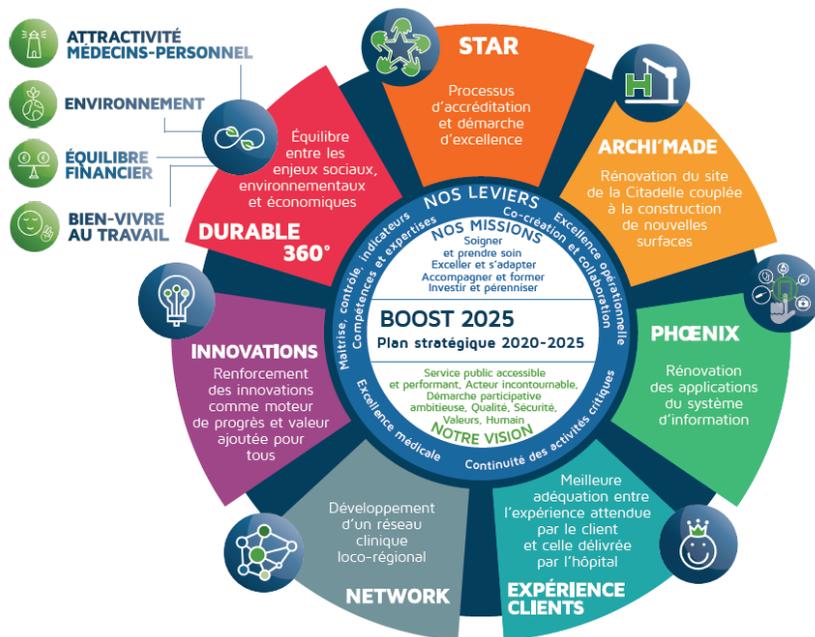


- Citadelle = hôpital de Ville
- Multi-sites
- Topographie (>100D+ depuis centre ville site Citadelle)
- Congestion automobile et stationnement
- Voiries <> Aménagements spécifiques vélo
- Horaire (pause) 7j/7 – 24H/24
- Spécificités métiers => travail sur sites majoritairement
- Télétravail possible



# Politique mobilité

## LE PLAN STRATÉGIQUE 2020-2025



 Citadelle  
Hopital



**ATTRACTIVITÉ  
MÉDECINS-PERSONNEL**



**BIEN-VIVRE  
AU TRAVAIL**



**ENVIRONNEMENT**

# Politique mobilité



## LE PLAN STRATÉGIQUE 2020-2025

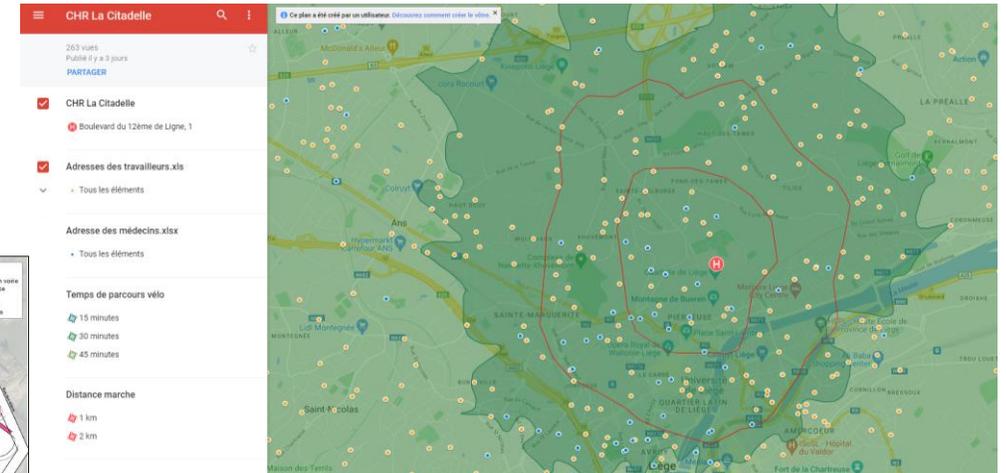
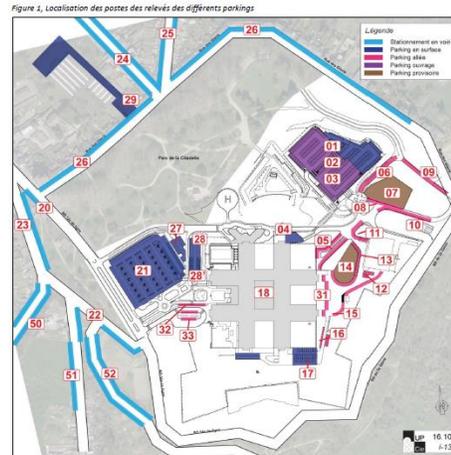
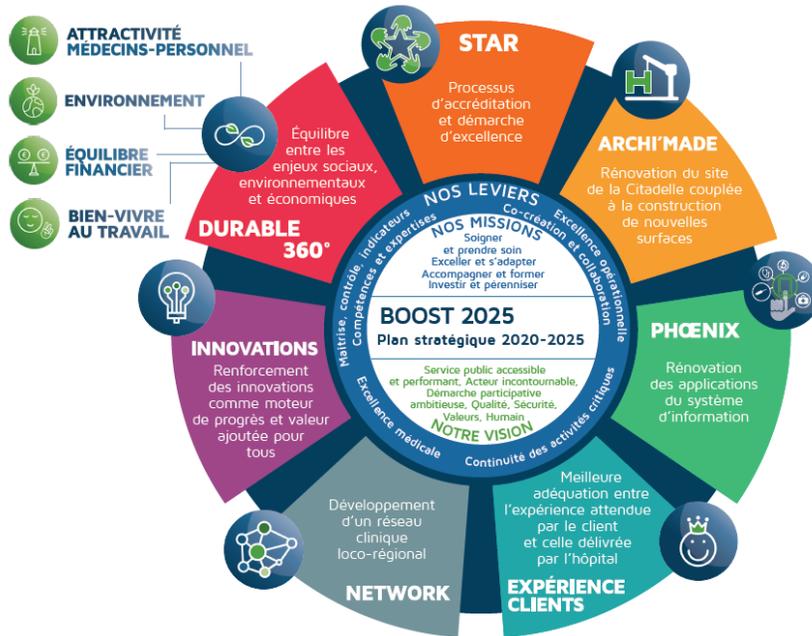
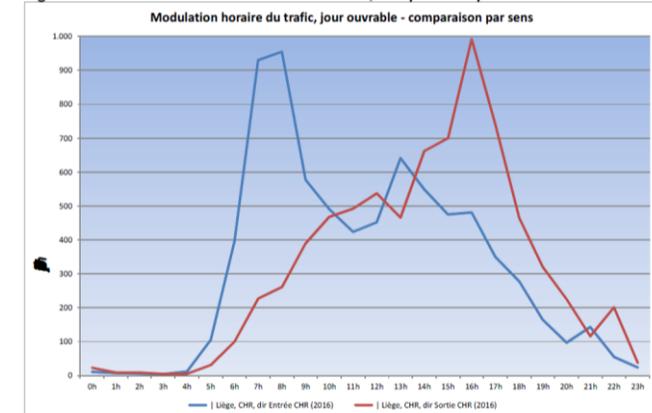


Figure 106. Modulation horaire du trafic du CHR, comparaison par sens.



# Actions et projets



## La promotion du vélo...



# Actions et projets



## La promotion du vélo...

- ✓ Prime km
- ✓ Enclos sécurisés personnel (badge)
- ✓ Accès aux vestiaires et douches
- ✓ Sensibilisation, information et communication (brochure, intranet,...)
- ✓ Prêt vélo de service
- ✓ Prêt vélos et vélos à assistance électrique
  - Projet bien-être (temps de midi)
  - Déplacement domicile-travail (15 jours)
- ✓ Formations (aide UWE)
- ✓ Carte des itinéraires
- ✓ Coachs et ambassadeurs vélo
- ✓ Matériel de réparation
- ✓ Révision protocole accord=>multimodalité et intermodalité



# Exemple : Les travaux du site Ste Rosalie





### Liège: les coursiers du CHR de la Citadelle à vélo pour livrer les prélèvements des tests du coronavirus




# LES VÉLOS ÉLECTRIQUES À LA CITADELLE, UNE CIRCULARITÉ MAXIMALE !

2019



Achat de **22** vélos électriques pliables pour répondre à une problématique de stationnement pendant les travaux du site Laveu

La priorité de stationnement fut donnée aux patients, mais des solutions compensatoires furent mises en place pour le personnel :

 Abonnements TEC et SNCB offerts

 Location d'un emplacement de parking à la gare des Guillemins

2021

Aide au maintien au travail de collaborateurs sinistrés lors des inondations de l'été 2021 en mettant à disposition des vélos. Certains collaborateurs ont poursuivi l'utilisation du vélo après cette phase de crise.

 Prêt des vélos électriques pour tester ses déplacements domicile/travail

- Mise à disposition du personnel de vélos électriques et des équipements de sécurité durant toute la période des travaux
  - \_ pour réaliser les les déplacements domicile/travail
  - \_ pour effectuer le "dernier" kilomètre, en complément à la voiture

### BÉNÉFICES DE CETTE PROPOSITION :

- \_ Adoption de ce mode de déplacement par certains collaborateurs
- \_ Rachat possible du vélo prêté

2020

Mise en vente des vélos électriques à tous collaborateurs désireux  Utilisation des vélos à des fins logistiques : rapatriement rapide des prélèvements covid depuis le LaboCita Drive jusqu'au LaboCita 

2022

Nouvelle utilisation à des fins logistiques : le LaboCita utilise à nouveau les vélos électriques lors du festival des Ardentes, pour rapatrier rapidement les dépistages toxicologiques 

 Prêt des vélos électriques pour tester ses déplacements domicile/travail

Partenariat avec Décathlon pour racheter des vélos de seconde-vie afin de permettre l'achat d'une flotte et d'agrandir ainsi la gamme des vélos tests mis à la disposition du personnel



# Actions et projets



## La promotion du télétravail...





- 487 travailleurs
- Moyenne : 60 jours (1=>250 jours)
- Total: 29 670 jours

# Télétravail

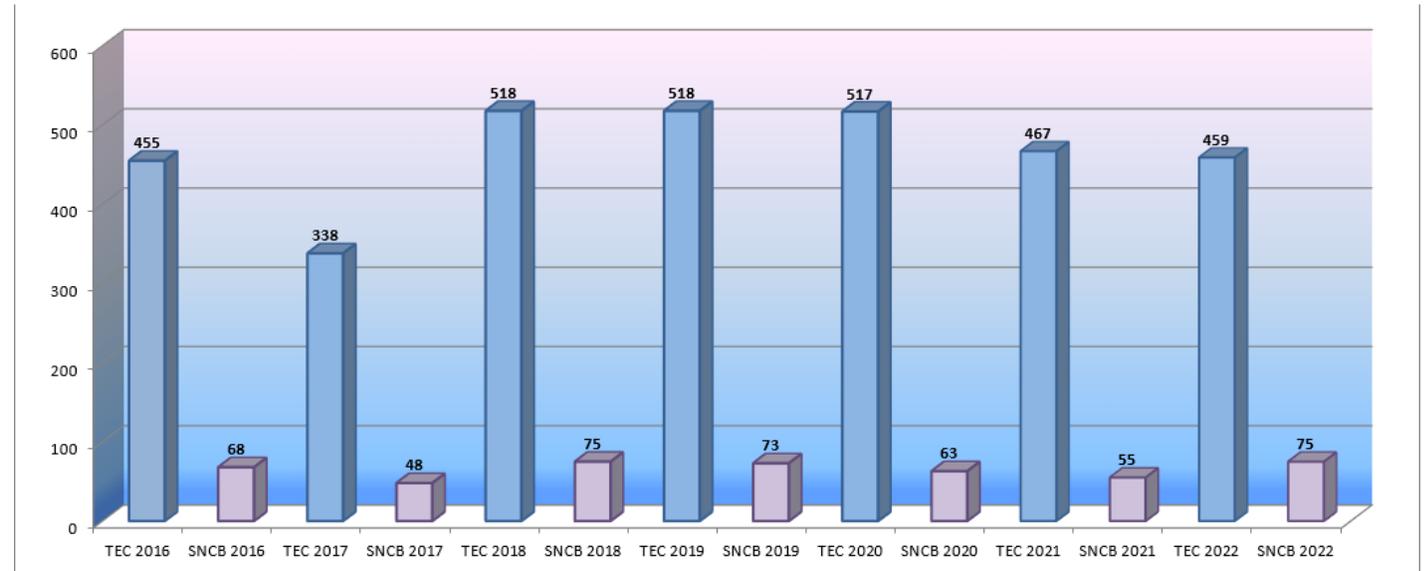
- Oui **c'est possible** même à l'hôpital  
(Dépend métiers, horaires)
- Lever les freins:
  - Technique (IT, téléphone,...)
  - Organisation
  - Managérial
- Nécessité de s'adapter aux nouveaux outils
- Obligations légales: règlement de travail, variant contrat, encodage des prestations...
- Attractivité et bien-vivre au travail
- Crise COVID = BOOST



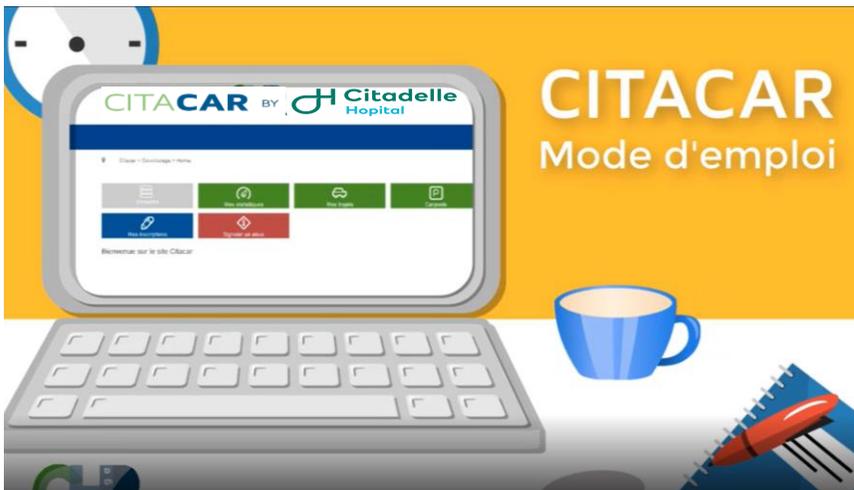
# Multimodalité



✓ Remboursement des abonnements TEC et SNCB. (100%)



✓ Plateforme de covoiturage:



**Nombreuses approches  
et thématiques...**



**Parkings**

**Accessibilité**

**Leasing vélo**

**Plan cafétéria**

**Voiture électrique**

**Piétons**

**Voiture de société-fleet**

Nombreuses approches  
et thématiques...



Parkings



Accessibilité

Leasing vélo  
Plan cafétéria

Voiture électrique

Piétons

Voiture de société-fleet

Nombreuses approches  
et thématiques...



## Parkings



Accessibilité

Leasing vélo

Plan cafétéria

Voiture électrique

Piétons

Voiture de société-fleet

**Nombreuses approches  
et thématiques...**



**Parkings**

**Leasing vélo  
Plan cafétéria**

**Piétons**

**Accessibilité**

**Voiture électrique**



**Voiture de société-fleet**

# Nombreuses approches et thématiques...



**Hospidurable FESTIVAL**

**MARCHER EN PLEINE CONSCIENCE**

On peut marcher plusieurs fois par semaine en s'imposant le même parcours en un temps limité, ou au contraire se balader en variant ses trajets. On peut marcher en admirant les arbres. On peut marcher en bavardant de tout ou rien avec une connaissance. On peut marcher seule, en pensant à mille choses, en ruminant des soucis, ou en rêvassant. Toutes ces marches sont bénéfiques ; mais sont pratiquées sans intention consciente.

Un autre type de marche consiste à porter attention à ce qui est en train de se déployer. Marcher, bouger en pleine conscience sollicite l'intention d'être là. C'est une façon de se centrer sur le moment présent et d'apaiser l'esprit. On marche pour être présent à l'expérience de la marche.

En pratiquant régulièrement, ces promenades en pleine conscience, nous expérimentons les bienfaits du contact avec la nature, et de la prise de conscience de soi tout en apprenant à mieux gérer nos émotions.

La marche consciente est souvent explorée en silence, dans la lenteur en amenant son attention dans l'exploration des sensations corporelles.

L'objectif de l'entraînement est de repérer les moments de vagabondages et de distractions de notre mental et de revenir aux sensations de la marche

**Exemple :**

- Attention portée aux sensations dans les pieds, en observant la poussée des orteils contre le sol, juste avant le passage du poids du corps sur l'autre pied.
- Expérimenter en s'ancrant dans son pied droit quelques instants (idem avec le pied gauche)
- Observer alternativement pas après pas, pied droit - pied gauche
- Attention portée sur les membres inférieurs (jambe, genou, cuisse, fesse, bassin)
- Attention sur les micro-rotations des ceintures pelvienne et scapulaire et oscillation libre des bras, tensions éventuelles.
- Remarquer comment vous respirez
- Attention portée au niveau de la nuque et de la tête : libre, délogée
- Attention portée sur tout le corps marchant dans la fluidité
- Attention portée au regard : regarder votre environnement comme si c'était la première fois
- Porter un certain temps attention à l'univers sonore (interne et externe) qui se déploie à chaque pas
- Attention sur la respiration, par exemple dans les narines, et comment notre respiration se coordonne aux pas.

Selon les possibilités de chacun, marcher plus vite permet d'explorer le souffle, la longueur des pas ainsi que le maintien de la verticalité.

Quelle a été votre expérience ?

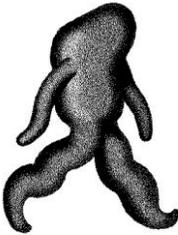
Essayez la marche pleine conscience !



# Parkings

# Accessibilité

# Leasing vélo Plan cafétéria



# Piétons

# Voiture électrique

# Voiture de société-fleet



Merci  
pour votre attention...

