Duurzaam in beweging
in Woonzorgnet-Dijleland

Kies voor
groen en gezond woon-werkverkeer

WOONZORGNET-DIJLELAND
verplaatst zich groen

Woonzorgnet-Dijleland
verplaatst zich groen en gezond !

Jouw gezondheid, ook onze zorg

Woonzorgnet-Dijleland brengt mensen graag in beweging. Fitte en blije medewerkers zorgen immers voor een gezonde organisatie. Je verplaatsen met de fiets, al lopend, met het openbaar of gemengd vervoer past in de duurzame visie van Woonzorgnet-Dijleland. Het draagt ook bij aan je persoonlijke welbevinden en je fysieke conditie.

Zeg niet te snel: dit is niks voor mij! Veel collega's deden het jou al voor. Niet alleen getrainde fietsers, maar ook zij die nooit eerder naar het werk fietsten, kiezen dankzij de initiatieven van Woonzorgnet-Dijleland nu met regelmaat voor groen woon-werkverkeer. We maken je graag warm voor deze bewuste keuze. Benieuwd naar wat wij jou te bieden hebben?

Wist je dat ?

Ruim de helft van alle medewerkers woont op **minder dan 10 km** van hun werkplaats, de fiets is dan een haalbare optie. Wie verderaf woont, kan ook pendelen met een combinatie van fiets, trein of bus.

Een 200-tal collega's legt jaarlijks samen 196.371 kilometers af en fietst zo **bijna vijf keer de aardbol rond in één jaar**. Dat is meteen goed voor een besparing van ruim 23 ton CO^2- uitstoot.

Jij doet toch ook mee!

Een **fietsvriendelijke** organisatie voor medewerkers

Een comfortabele en veilige infrastructuur
De overdekte en verlichte fietsenstalling biedt voldoende plaats en is voorzien van veilige fietsbeugels, een compressor, oplaadpunten voor de e-bikes en een droogrek. Een verfrissende douche neem je in de kleedkamer.

Veilig op de fiets
Met het gele hesje van Woonzorgnet-Dijleland ben je beter zichtbaar in het verkeer.

Leuke acties
Gedurende het jaar geniet je van diverse acties rond mobiliteit. De dag van de lege parking, tijdens de week van de mobiliteit, is ondertussen een jaarlijkse traditie.

De slimme tikklok
Om recht te hebben op de fietsvergoeding hoef je niet dagelijks te fietsen. De slimme tikklok houdt elke rit bij en zorgt maandelijks voor een correcte afrekening.

Een scala van fietsen
De dienstfietsen staan ter beschikking als testfiets, als vervangfiets bij pech of voor verplaatsingen tussen de verschillende woonzorgcentra of externe afspraken. In De Wingerd kan je ook een plooifiets testen, in Dijlehof een elektrische step.

Spring je mee op de fiets ?

Bij de **mobicoaches** kan je terecht met alle vragen rond duurzame mobiliteit.
Zij maken je graag wegwijs.
Je fietskilometers geef je éénmalig door aan de **personeelsdienst**.
Dit hoeft niet de kortste weg te zijn, maar is wel
de meest comfortabele en veiligste fietsverbinding.

Een handige tool op **www.biketowork.be** berekent jouw fietsroute.
Op de **bereikbaarheidsfiche** van jouw woonzorgcentrum
vind je alle verplaatsingsmogelijkheden terug.

Fluitend naar ‘t werk

Je verplaatsen met de fiets heeft nogal wat voordelen!

Een financieel duwtje in de rug

Je kilometers worden beloond! Je krijgt een fietsvergoeding die een stuk hoger is dan de kilometervergoeding voor de auto. Kijk ook naar de aankoopprijs, het onderhoud, de verzekering en de verkeersbelasting van je auto. De financiële verschillen zijn enorm. En wie fietst, laat de auto vaker thuis, dat scheelt bovendien in de brandstofkosten.

Bye bye, file!

Zeg vaarwel aan de file-stress wanneer je door het open landschap fietst. Soms ben je zelfs sneller met de fiets dan met de auto.

Gratis work-out

Je sport onderweg van en naar het werk zonder je blauw te betalen aan een fitnessabonnement. Het geeft energie en is goed voor je gezondheid.

Vaarwel parkeerproblemen

Niet alle woonzorgcentra beschikken over een voldoende grote autoparking. Parkeerplaats vinden kan dan een vloek zijn. Je fiets kan je altijd kwijt in de goed uitgeruste en veilige fietsenstalling op je werk.

Fietsers beleven meer

Als je fietst, voel je de natuur, beleef je de omgeving intens, hoor je de vogels fluiten en adem je schone lucht in. Je hoofd leeg en je lichaam vol energie.

Welke fiets past bij jou ?

Voor lange afstanden is een snelle speed pedelec een juiste optie. Met een elektrische fiets trotseer je moeiteloos hellingen en tegenwind. Voor wie kinderen of veel materiaal vervoert, is een elektrische bakfiets dan weer de ideale oplossing. Neem je onderweg de trein of bus? Dan komt de plooifiets of elektrische step zeker van pas. En uiteindelijk speelt ook de fietshouding mee in jouw keuze.

Denk je aan een nieuwe aankoop?
Informeer je dan goed en hoor eens bij je collega's.
Hun ervaring en tips helpen je zeker op weg.

Fietsen voor **alle leeftijden**

Ook bewoners zijn in de ban van de fiets. Een actief leven, bewegen en genieten van de buitenlucht doen immers jong en oud deugd. Met de comfortabele riksja of de actieve duofiets brengen bewoners een bezoek aan hun omgeving. Zit het weer niet mee, dan leggen ze op de fietstrainer in de bewegingsruimte de nodige kilometers af. Fietsen maakt gewoon deel uit van het dagelijks leven in Woonzorgnet-Dijleland, brengt mensen dichter bij elkaar en maakt gelukkiger.

Is de fiets geen optie ?

Verplaats je toch **duurzaam !**

Openbaar vervoer

De trein stoot per kilometer gemiddeld 75% minder CO_2 uit dan de auto. Vaker is het openbaar vervoer sneller dan de auto, zeker tijdens de spits. Maak gebruik van de bereikbaarheidsfiche en ontdek de mogelijkheden van openbaar vervoer. Woonzorgnet-Dijleland zorgt voor een volledige tussenkomst in de kostprijs van het abonnement voor woon-werkverkeer met de trein of de bus. Voor externe verplaatsingen is er een Rail Pass (10-rittenkaart) ter beschikking. Informeer je bij de NMBS of een Key-card voor jou interessant is.

Gecombineerd vervoer

Je eindbestemming ligt soms verder dan waar trein of bus je brengen. Soms is het handig om de laatste kilometers per fiets te overbruggen. In de stad kan je gebruik maken van de Blue-bikes. Ook bij gecombineerd vervoer kan je rekenen op een correcte, gekoppelde fiets- en/of kilometervergoeding.

Samen rijden

Carpoolen is gezien de wisselende uren in de zorgsector geen evidentie. Maar ga je naar een opleiding of externe afspraak, spreek dan af met collega's om samen te rijden.

Hugo, de deelauto

De Wingerd en Ter Meeren beschikken over een deelauto met rolstoellift. Maak er gerust gebruik van.

Fietsen zet je zintuigen op scherp. 3 maanden en bijna 1000 km verder fiets ik ook deze namiddag met mijn elektrische fiets door het herfstbos. Het geluid van knisperende, bronskleurige bladeren onder mijn fietswielen. Gekraak van takken. De geur van grond, nat hout en paddenstoelen. De wind blaast frisheid in mijn oren. De vrede van de natuur stroomt door me heen zoals het zonlicht tussen de bomen. Ik adem heel diep de herfstlucht naar binnen en de zorgen vallen als herfstbladeren van mij af. Mijn fiets en ik, onlosmakelijk verbonden. Een passie ... een aanrader.

Greet - Keyhof

nuttige tips voor
elektrische fiets of step

4 vuistregels voor een step- of fietstocht zonder ongevallen
- Maak steeds oogcontact met de andere weggebruikers.
- Gebruik al je zintuigen en laat je niet afleiden.
- Kondig steeds je manoeuvres aan.
- Blijf ver achter een vrachtwagen (dode hoek).

Uitrusting
- Fietshelm.
- Heldere of reflecterende kledij.
- Gebruik van verlichting is verplicht 's nachts en bij slechte zichtbaarheid.

Tips om veilig (elektrisch) te fietsen
- Leer je fiets goed kennen. Oefen eerst op een verkeersarme plaats.
- Besef dat andere weggebruikers verrast kunnen zijn door je snelheid.
- Wees alert, zo voorkom je aanrijdingen met plots opduikende paaltjes.

Tips om veilig te steppen
- Leer je step goed kennen. Oefen eerst op een verkeersluwe plaats.
- Hou je handen altijd op het stuur.
- Zorg ervoor dat anderen je gedrag goed kunnen voorspellen.
- Anticipeer goed op voorhand als je moet remmen. De remafstand van een step is immers groter dan die van een fiets.
- Door de kleinere wielen zijn putjes, obstakels en voorwerpen op je pad een belangrijk valgevaar. Kijk dus altijd goed waar je rijdt, en stap desnoods even af om het gevaar te ontwijken.

Pech of ongeval?
- Schade aan je fiets of step?
  Fietsverzekering - Fietsomnium (incl. bijstand en diefstal).
- Schade aan derden- Ben je aansprakelijk?
  Familiale verzekering.
- Eigen lichamelijke schade?
  Ongevallenverzekering.

Bron: KBC & VIAS

Meer weten over **duurzaam woon-werkverkeer** ?

Handige sites

Goedkope en snelle fietsherstelling	www.velo.be
Informatie allerhande	www.fietsersbond.be
Fietssnelwegen	www.fietssnelwegen.be
Fietsrouteplanner	www.biketowork.be
Info over Blue Bike	www.blue-bike.be
Op zoek naar de juiste elektrische fiets	www.anwb.nl
De weersvoorspelling	www.buienradar.be www.meteovista.be
Diefstal voorkomen of fiets graveren	www.politie.be
Leuk om te volgen	www.frankdeboosere.be
Problemen met weginfrastructuur	www.meldpuntwegen.be of de website van de gemeente

Op weg met de fiets naar mijn werk, voel ik me één met het landschap. Op zo'n moment voel ik me vrij als een vogel om getuige te zijn van zo een puurheid van de natuur. 's Morgens vroeg, bijna alleen op weg, ontmoet ik mijn natuurvrienden. Ik voel de koude, de wind, de eerste zonnestralen tijdens het rijden, de nevel uitgespreid over de velden. Ik proef de lucht en adem het leven in grote teugen zodanig dat ik besloten heb om mijn eigen elektrische fiets te kopen. Fietsen naar het werk is een unieke ervaring die ik heel diep in mijn hart koester.

Isabelle - Ter Meeren

Woonzorgnet-Dijleland VZW
Wingerdstraat 14 3000 Leuven
www.wznd.be

WOONZORGNET-DIJLELAND