

100 duurzaamheidstips voor een betere en schonere GGZ

Deze lijst
is opgesteld
d.m.v. bezoeken aan
20 ouderenpsychiatrie-
afdelingen.
Check ook:
milieuplatformzorg.nl
greendeals.nl
groenezorgalliantie.nl

Algemeen/Management

- 1 Communiceer over duurzaamheid.
- 2 Geef training in duurzaamheid.
- 3 Stimuleer goed gedrag: prijs voor meest milieubewuste collega!
- 4 Check je organisatie met de Milieu-thermometer; maak CO2 routekaart.
- 5 Duurzame arbeidsvoorwaarden (thuiswerken, fiets).
- 6 Implementeer duurzaam vastgoed beleid (circulair bouwen) en inkoopbeleid.
- 7 Kies duurzaam pensioenfonds.
- 8 Onderteken 'Green Deals'.
- 9 Kerstpakket? zelf kiezen.
- 10 Stel een duurzaamheid coördinator aan.

Vervoer

- 1 Stimuleer gebruik van fiets door teammanager/directie.
- 2 Leenfietsen beschikbaar voor personeel en cliënten.
- 3 Ga carpoolen. Gebruik intranet voor carpool-date.
- 4 OV-abonnement voor werknemers vergoeden.
- 5 Dienstauto: elektrisch, biogas, of waterstof.
- 6 Maak voor verre afstanden een e-bike beschikbaar, ipv leenauto.
- 7 Houd banden op spanning: scheelt 2 tot 5% extra brandstof.
- 8 Vergaderingen over locaties/regio's doe je digitaal.
- 9 Organiseer een pendeldienst naar OV-knooppunt.

Verlichting

- 1 Stimuleer het uitdoen van verlichting en check; of plaats bewegingssensoren.
- 2 Duurzame verlichting: vervang gloei-, halogeen- en hogedruk kwiklamp.
- 3 Let op energielabel van lampen.
- 4 Zoveel mogelijk natuurlijk licht (dakramen).
- 5 Kapotte TL-lamp kost meer energie: herstel direct, of vervang door LED.
- 6 Beperk aantal TL-buizen in armatuur (bv 2 ipv 4).

Energiehuishouding

- 1 Zonnepanelen op daken, warmtepompen.
- 2 Benut energiemaatregelen voor ICT: zie ICT-tool.¹
- 3 Elektrische auto's beschikbaar voor crisisdienst/FACT.
- 4 Voldoende laadpunten voor voertuigen van personeel.
- 5 Ketel op 60 ipv 80°C.
- 6 Thermostatische mengkraan (=sneller op temperatuur).
- 7 Vervang oude koelkasten en vriezers, vervang rubbers. Nieuwe apparaten: Groen label.
- 8 Vaatwasser op ECO-stand; wassen op 30-40 °C.²
- 9 Altijd VOLLE wasmachine.
- 10 Maak droogrekken beschikbaar voor de was.
- 11 Gebruik deurdrangers.
- 12 Zonwering voor koeling van ruimtes i.p.v. airco.
- 13 Bied mogelijkheid voor lokale aanpassingen van centrale verwarmingsinstellingen.

Water

- 1 Keukenkranen en douche hebben waterbesparend mondstuk.
- 2 Minimaliseer gebruik schoonmaakmiddelen.
- 3 Gebruik ecologische schoonmaakmiddelen.
- 4 Vermijd gebruik wasverzachter.
- 5 Gebruik duurzaam wasmiddel.
- 6 Gebruik waar mogelijk regenwater ipv leidingwater (voor toiletten of gebruik buiten).
- 7 Douchetijd max 5 min: zandloperij ter beschikking stellen.

Afvalbeleid

- 1 Scheid het afval: Papier, Glas, GFT, plastic.
- 2 Retourneer plastic flessen.
- 3 Stimuleer inzameling plastic door opbrengst voor teamuitje beschikbaar te maken.
- 4 Batterijen en ander chemisch afval apart verzamelen.
- 5 Werknemers gebruiken eigen waterflessen of mokken.
- 6 Katheter zakken van afbreekbaar materiaal.³
- 7 Slim incontinentiemateriaal (bv Identifi).
- 8 Gebruik soap-bars ipv plastic zeepflesjes (NB: niet voor gezamenlijk gebruik).
- 9 Gebruik po's en urineflessen, die hergebruikt kunnen worden.
- 10 Incontinentiemateriaal gescheiden afvoeren en hoogwaardig verwerken.

Electroconvulsietherapie (ECT)

- 1 Gebruik eigen maskers, op naam.
- 2 Gebruik 1 opzuignaald per geneesmiddel.
- 3 EEG registratie: alleen digitaal, en niet op papier.
- 4 Beperk gebruik rubberen handschoenen/schorten.

Computers

- 1 Zet ICT-apparatuur uit buiten werktijd (bespaart tot 70% elektriciteit).
- 2 Verlaag de helderheid van je scherm: 50% ipv 100% helderheid scheelt 40% energie.
- 3 Gebruik 'dark mode' of 'inverter mode' op je scherm.
- 4 Laat je scherm niet onnodig aanstaan. Ook goed voor privacy.
- 5 Beperk bijlagen bij email: grote bijlage kan 50 gram CO2 per mail kosten; normale e-mail= 4 gram. Verklein grote foto's en bestanden (zip) voor versturen.
- 6 Gebruik zoveel mogelijk wifi ipv 3G/4G.

Verwarming

- 1 In weekend: verwarming uit in ruimtes zonder patiënten.
- 2 Verwarming graadje lager.
- 3 Radiatorfolie tussen buitenmuur en verwarming.
- 4 Tochtborstels onder deuren.
- 5 Isoleer verwarmingsbuizen.
- 6 Geen open ramen boven verwarming.

Gevaarlijke stoffen

- 1 Gebruik de gevaarlijke stoffen-tool.⁴
- 2 Medicijnen niet onnodig weggooien; bij einde opname teruggeven.
- 3 Medicatie pas bij Baxterrolwissel veranderen (ook goed voor veiligheid).
- 4 Medicijnen NIET in plastic bekertjes uitdelen.
- 5 Bij innemen van medicatie: gebruik je eigen drinkbeker.
- 6 De apotheek werkt volgens duurzaamheidsrichtlijnen.

(Kantoor)papier

- 1 Printers: beperkt papiergebruik door meerdere pagina's op 1 te printen; papier: FSC keurmerk; inkt: standaard zwart/wit.
- 2 Kantoorartikelen: werk digitaal of met uitwisbare oplossingen zoals Correctbook.
- 3 Kantoorartikelen beperkt toegankelijk (afgesloten kast). Dit limiteert gebruik.
- 4 Gebruik Follow-Me printers.
- 5 Boeken/producten-ruilkast op afdeling.

Voeding

- 1 Eet vegetarisch en plantaardig: zowel zelf als op de afdeling.
- 2 Koop voeding in bulk.
- 3 Geen maaltijden in plastic bakken, maar kook vers.
- 4 Kook met producten uit de omgeving.
- 5 Stap over op inductie/elektrisch koken.
- 6 Drink koffie met milieu-keurmerk, uit eigen mok.
- 7 Geen plastic bestek/rietjes.
- 8 Zet het licht uit in drankautomaten: Dit bespaart energie en minder koeling nodig.
- 9 Lunch voor onderweg? Stimuleer de broodtrommel!
- 10 Vegetarische aanbod in personeelsrestaurant groter dan niet-vegetarische aanbod.

Dagactiviteiten

- 1 Boodschappen met patiënt? Neem tas mee.
- 2 Let op verpakkingen in de supermarkt. Kies losse paprika's i.p.v. voorverpakte.
- 3 Neem een duurzame activiteit op in het activiteitenprogramma: bv tuinieren/samen koken.
- 4 Plaats op intranet cadeausuggestie van dagactiviteitencentra zoals vogelhuisjes, i.p.v. bloemen.

Medewerkers/team

- 1 Vorm een Green-team met enthousiaste collega's.
- 2 Stimuleer een gezonde leefstijl: voldoende beweging, gezonde voeding. Wandel in je pauze.
- 3 Kies voor teamuitjes een duurzame activiteit.
- 4 De afdeling is rookvrij.

Tip 101

Scan de QR-code. Download de poster, deel deze in je netwerk en zet je met z'n allen op de werkvloer (en thuis) in voor een betere en schonere wereld.

#GoedbezigGGZ