



Thuis in het Verpleeghuis
Waardigheid en trots op elke locatie

Energie besparen in het verpleeghuis? Zo doe je dat!



Duurzaamheid is een van de strategische thema's van ZuidOostZorg. Van afval scheiden tot bewust omgaan met materialen en voedsel. En energie besparen natuurlijk. Daarmee won locatie De Wiken in 2019 de Energiestrijd voor Zorghuizen van Urgenda. Deze winter organiseert ZuidOostZorg een eigen energiestrijd, waaraan alle locaties meedoen. Bestuurder Simone Meertens en welzijnscoördinator Japke Jongsma geven alvast wat tips.

Maak duurzaamheid onderdeel van de strategie

'De gezondheidszorg is verantwoordelijk voor 7% van de CO₂-uitstoot', zegt Simone. 'Het energiegebruik van gebouwen heeft daar een groot aandeel in.' Ze noemt ook de enorme afvalberg die de zorg creëert. 'In verpleeghuizen is het incontinentiemateriaal de belangrijkste boosdoener. Daar gaan we volgend jaar mee aan de slag.' Die aandacht voor duurzaamheid komt niet zomaar uit de lucht vallen. Het is één van de strategische thema's van de organisatie. 'We zijn een maatschappelijke organisatie. Het is onze plicht een bijdrage aan duurzaamheid te leveren.'

Stel een Green Team samen

Simone geeft voorbeelden van wat ZuidOostZorg al doet. ‘We hebben zonnepanelen op veel locaties, kiezen zoveel mogelijk voor ledlampen, proberen geen voedsel te verspillen – hoewel dat echt nog beter kan – en we brengen de reisbewegingen terug door vaker online te overleggen. Ook hebben we een aantal elektrische auto’s en scheiden we afval waar het kan.’ Bewustwording van medewerkers is heel belangrijk. Daarom heeft ZuidOostZorg een Green Team dat duurzaamheid levend houdt. ‘In het Green Team zitten collega’s van facilitair, vastgoed, voeding en marketing & communicatie. Medewerkers kunnen ook ideeën inbrengen bij het Green Team. Graag zelfs.’

Energie besparen? Organiseer een energiestrijd!

‘In 2020 heeft locatie De Wiken de Energiestrijd van Urgenda gewonnen’, vervolgt Simone. ‘En nu organiseren we onze eigen energiestrijd. Het is niet alleen een leuke wedstrijd, maar dient ook een hoger doel: we willen besparen.’ Ze vertelt dat de energierekening van ZuidOostZorg volgens de prognose van de energieleverancier deze winter 1,7 miljoen euro hoger is. ‘Dat geldt investeer ik liever in energiebesparende maatregelen. Met de wedstrijd vragen we medewerkers eigenlijk om dat wat ze thuis doen, ook binnen ZuidOostZorg te doen. Als we – net als thuis – slimmer en zuiniger met energie omgaan, kunnen we al heel veel bereiken.’

Maak iedereen enthousiast en benadruk het wedstrijdelement

‘Precies’, beaamt Japke. ‘Dat is ook hoe De Wiken de Urgenda-energiestrijd aanpakte.’ Ze vertelt dat het begint met iedereen enthousiast maken. ‘Als je er zelf voor gaat en dat steeds laat blijken, lukt dat wel. Dat is het halve werk.’ Daarom organiseerde De Wiken een feestelijke aftrap, met taart voor de bewoners. ‘Tijdens die bijeenkomst hebben we uitgelegd wat de bedoeling was. En het wedstrijdelement benadrukt. Want dat werkt ontzettend goed. Kijk naar de bingo! Bij ons wordt geen activiteit beter bezocht dan de bingo. Ik denk puur en alleen omdat er iets te winnen valt.’

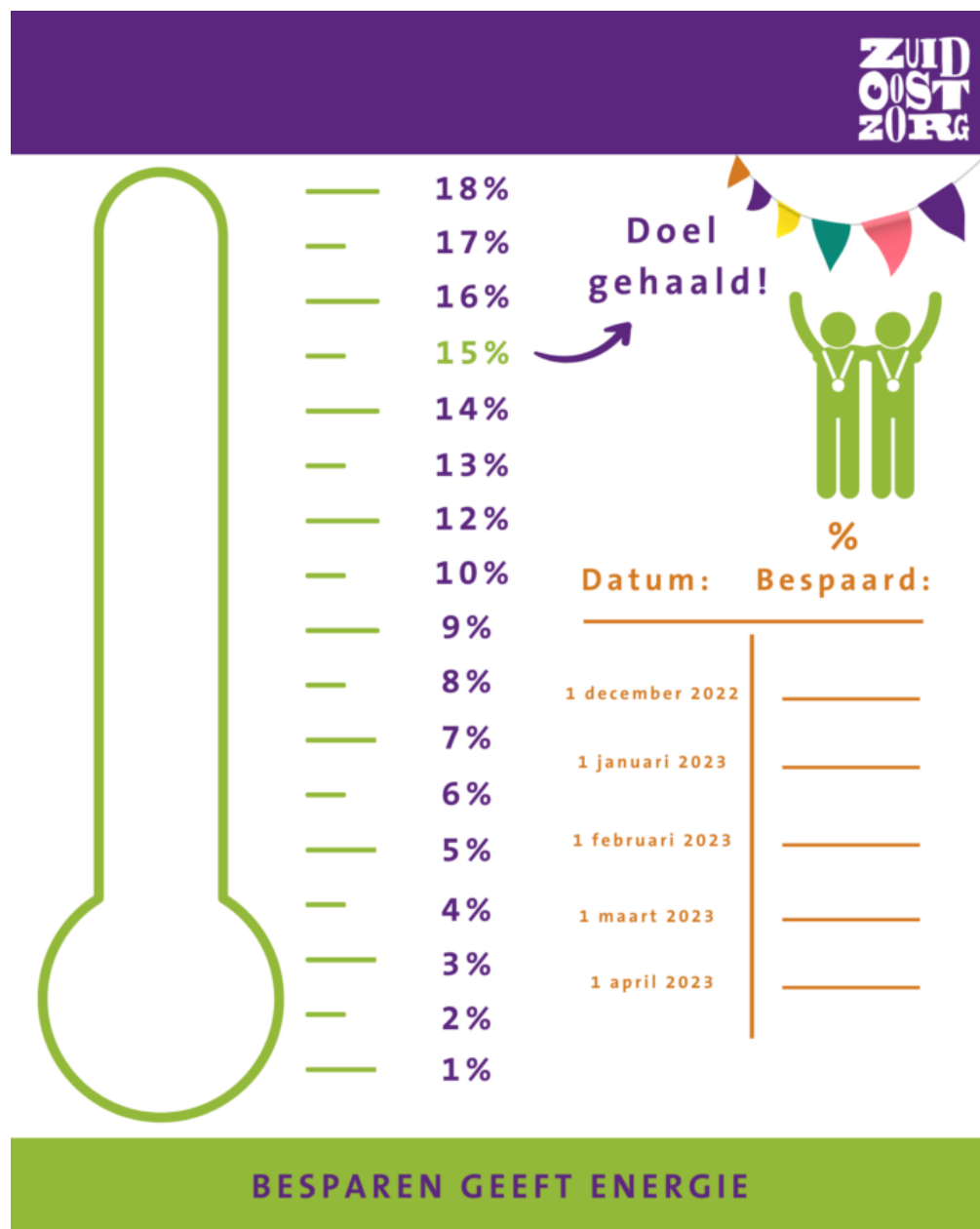
Neem de bewoners mee

‘Hoe je het ook aanpakt, zorg dat je de bewoners goed meeneemt’, vervolgt Japke. ‘Wij hadden 2 energieambassadeurs. Ze kregen allebei een geel hesje, dat vonden ze hilarisch. Maar ze namen hun rol zeer serieus. Ze gingen ook echt bij andere bewoners langs. Dan zaten ze daar, keken in het rond en zeiden ze bijvoorbeeld “goh, je hebt best veel lampen aan, als je deze 2 nou uitdoet”. Zo mooi!’ Bezoekjes die overigens ook heel waardevol waren voor de sociale contacten.

Hang een ‘energiemeter’ op

Om bewoners en medewerkers te stimuleren, kwamen overal op de locatie posters te hangen. Japke: ‘En in de

centrale ruimte hadden we een energiemeter. Wij hadden zelf een buis gemaakt, maar het kan ook in de vorm van een poster, die je dan steeds bijkleurt. Want we kregen elke maand van de technische dienst een update van hoeveel we hadden bespaard. Vergeleken met dezelfde maand een jaar eerder.'



#ENERGIESTRIJD

Energiesmet van ZuidOostZorg

Werk nauw samen met de technische dienst en de cliëntenraad

De samenwerking met de technische dienst is belangrijk, aldus Japke. 'Je kunt op allerlei manieren besparen: minder lampen aan, de verwarming lager of uit, deuren goed sluiten. Dat zijn de dingen waar je mensen

bewust van wil maken. Maar je kunt ook aanpassingen aan het gebouw doen. Met de technische dienst hebben we de mogelijkheden besproken. Zo hebben we in de centrale ruimte overal ledlampen gekregen.' Ook de cliëntenraad was nauw betrokken bij de strijd in De Wiken. 'Zij hebben iedere bewoner een ledlampje gegeven en die ook voor elke bewoner ingedraaid.'

Stem de activiteiten af op het thema

Met thematische welzijnsactiviteiten zorgde Japke ondertussen dat energie besparen tussen de oren van bewoners bleef. 'Dat deden we tussen de "gewone" activiteiten door.' Denk aan een energiebingo met toepasselijke prijzen, zoals een warme plaid en een sjaal, een energiequiz, energiepuzzels, een warmetruiendag. 'Hier koppelden we weer een wedstrijdelement aan, namelijk wie heeft de mooiste trui. Met een basisschoolklas zijn we op kierenjacht gegaan, we hebben taarten gebakken zonder oven. We hebben een dansschool ingehuurd voor een middag "Beweeg je warm". Twee vliegen in één klap, want bewegen is sowieso belangrijk voor de bewoners. En met "Sjoel je warm" hadden we een energieke spelmiddag. Ook hebben we bewoners krantenknipsels over energie besparen laten verzamelen waar we later samen een collage van hebben gemaakt.' Via een nieuwsbrief hield De Wiken iedereen op de hoogte van de activiteiten.



Speel mee met de energie-bingo!
Wat doet u om energie te besparen?

Kruis de vakjes van de dingen op de
bingokaart aan als u deze doet.

Als ik de
verwarming
aanzet, doe
ik het raam
dicht

's Avonds
doe ik de
gordijnen
dicht en
achter de
verwarming

Ik zet de
stand-by
knop van de
TV uit als ik
niet naar de
TV kijk

Als ik niet in
mijn woning
ben, doe ik
alle lichten
uit

Ik doe graag
mee met de
energiestrijd
om energie
te besparen!

In de winter
zet ik 's
nachts de
thermostaat
lager

Ik doe de
deur achter
me dicht
zodat de
warmte niet
vervliegt

Soms doe ik
een warme
trui aan als
ik het een
beetje koud
heb

Als ik mijn
woning
verlaat,
draai ik de
verwarming
wat omlaag

Vergeet je collega's niet

En natuurlijk vergat Japke ook haar collega's niet. 'Met collega's hebben we gekeken wat zij specifiek konden bijdragen. De computer uitdoen bijvoorbeeld. Dat lijkt een kleinigheid, maar als iedereen binnen ZuidOostZorg aan het eind van de dag zijn computer uitzet, scheelt dat een heleboel. Maar ook deuren dichtdoen en het licht uitdoen als je weggaat hebben we gestimuleerd.' En tijdens de koffie gaf Japke vaak even een update, om het 'warm te houden'. 'Dan ga je op een gegeven moment merken dat je energie bespaart', besluit Japke. 'En dat geeft zoveel energie! Daarom is dat de slogan van onze eigen energiestrijd geworden: Besparen geeft energie!'

Meer weten

- Bekijk het hele [kennisdossier over duurzaamheid](#)
- Lees: [ZuidOostZorg gaat de strijd aan met energie!](#)
- Lees ook: [Zo bouw je een groen verpleeghuis](#)
- Doe inspiratie op door de publicatie '[Een duurzame toekomst is een gezonde toekomst](#)' (pdf). Met deze 21 voorbeelden van zorgorganisaties uit het hele land, wil ActiZ je inspireren en enthousiasmeren om ook aan de slag te gaan met duurzaamheid in je organisatie.
- Bekijk ook de promotieposters van ZuidOostZorg:





tags:

[Duurzaamheid](#) (19)

thema:

[Toekomst verpleeghuiszorg](#) (95)