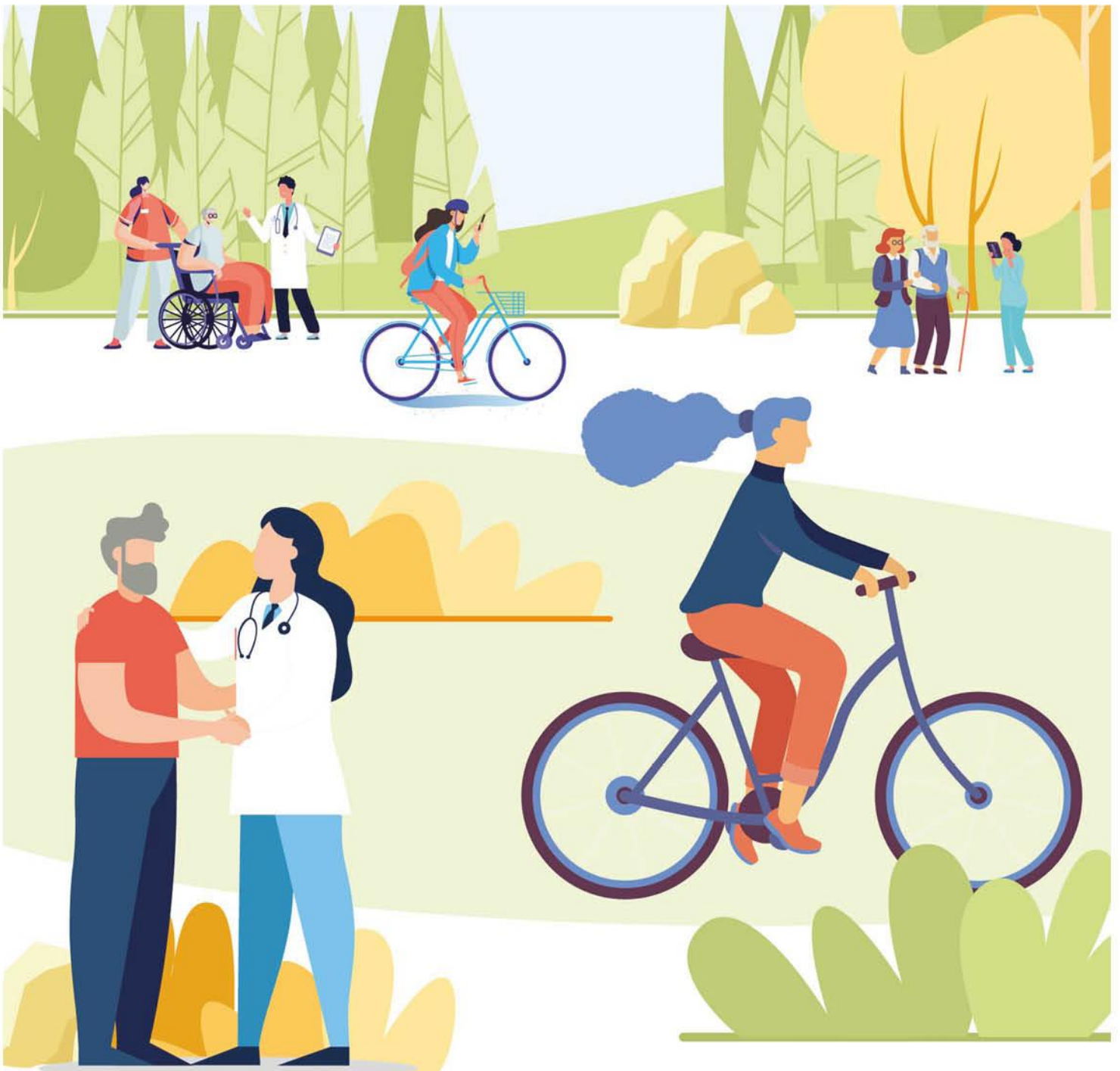


# Groene vingers in de zorg

## Inspiratiegids voor zorginstellingen



# Inhoud

## Deel I

### 1 Inleiding

- 1.1 Begeleidingstraject in de zorg
- 1.2 Voor een toekomstgerichte organisatie

### 2 Inspirerende praktijkvoorbeelden

- 2.1 Voorstelling en ambitie
- 2.2 Aanpak
  - Stap 1 voorbereiding
  - Stap 2 opmaak actieplan, een puzzelwerk
  - Stap 3 uitvoering acties en resultaten
- 2.3 Kritische succesfactoren

### 3 Lessons learned

## Deel II

### 1 Zelf aan de slag

- 1.2 stappenplan
- 1.3 acties per thema
  - A voeding
  - B mobiliteit
  - C energie
  - D duurzaam aankopen
  - E groene buitenomgeving

### 2 Instrumentarium

- 2.1 voorblad duurzaamheidsscan
- 2.2 Poster Malpertuus
- 2.3 Inspiratiefiches

### 3 Colofon en contact

# Deel I

## 1. Inleiding

### 1.1 Begeleidingstraject in de zorg

“Ik ben heel blij dat we met dit project van start gegaan zijn, want als ik zie wat onze bewoners daar aan positiefs aan over gehouden hebben, dat maakt me echt wel gelukkig. Het is inspirerend geweest omdat er een heleboel zaken zijn waar we niet zelf aan gedacht hebben die we nu toch wel uitgevoerd hebben.”

Lieve Schuerman - Algemeen Directeur woon en zorgcentrum Sint Bernardus



De provincie Vlaams-Brabant is ambitieus. In 2040 wil ze klimaatneutraal zijn. Ze wil voluit kiezen voor duurzaamheid en alle doelgroepen stimuleren om mee te stappen in dit verhaal. Steeds meer zorgcentra kiezen voor een duurzame werking of hebben de intentie om hiermee aan de slag te gaan. Natuurlijk groen en ruimte voor groenbeleving is een krachtige factor om het herstelproces en het welbevinden van bewoners te stimuleren. Net zoals aandacht voor een comfortabele woonomgeving, veerkrachtige medewerkers en een duurzame lange termijnvisie een sfeer van rust en vertrouwen creëert. Een duurzame werking creëert een win-win-win, voor de organisatie en haar medewerkers, voor haar bewoners en bezoekers en voor de planeet.

Tijdens het pilootproject ‘Groene vingers in de zorg’ onderzochten woonzorgcentrum Sint Bernardus en Malpertuus, een organisatie uit de bijzondere jeugdzorg, hoe hun werking klimaatrobuuster en veerkrachtiger kan worden. Het project kwam tot stand met de steun van provincie Vlaams-Brabant. Onder begeleiding van Natuurpunt CVN gingen we voor vergroening van de buitenruimte, met een focus op een toegankelijke belevingsgerichte, biodiverse tuin. Met Ecolife zetten we in op een duurzame werking binnen, rond de thema’s energie, voeding, afval en mobiliteit. Bewoners, gasten en medewerkers werden van bij het begin als actor gezien en betrokken bij de uitvoering van de acties.

In deze inspiratiegids ontdek je alles over deze trajecten op maat. Daarnaast vind je in deel II heel wat aanvullende informatie en handige documenten (krijtlijnen, actieplan, stappenplan, inspiratiefiches... ).



*klimaatrobuust groen komt in plaats van een parking*



*samen met bewoners werken we aan een biodiverse omgeving*



## 1.2 Voor een toekomstgerichte organisatie

Tal van studies tonen de link tussen de nabijheid van natuur en gezondheid en welzijn.<sup>1</sup> Zo blijkt uit steeds meer onderzoek dat er een positief verband bestaat tussen natuur en lichamelijke activiteit, ouderen blijven langer actief met een tuin en voldoende groen op loopafstand.<sup>2</sup> Een bezoek aan of het kijken naar de natuur leidt ook tot een vermindering van pijn en negatieve emoties zoals boosheid, vermoeidheid en somberheid en tot een toename van positieve gevoelens en energie.<sup>3</sup> Door in te zetten op een groene omgeving met aandacht voor de biodiversiteit zet je met andere woorden het leven en de gezondheid centraal voor de bewoners met veel aandacht voor het mentale welbevinden.



*'Een 'chillzone' in de natuur was 1 van de wensen uit jeugdzorg Malpertuus*



*Via de duofietsen werden ook de bewoners van WZC Sint Bernardus betrokken bij duurzame mobiliteit*

Op vlak van klimaat, staan we met z'n allen voor grote uitdagingen. In Nederland berekende men dat minstens zeven procent van de CO<sub>2</sub>-uitstoot wordt veroorzaakt door de zorg. In alle Europese landen worden sectoren aangesproken om de Europese doelstelling van 40% CO<sub>2</sub> reductie tegen 2030 te kunnen halen op landelijk niveau. Het Europese parlement spreekt nu zelfs van 60% CO<sub>2</sub>-reductie tegen 2030. Cathy van Beek<sup>4</sup> is daar duidelijk over: "En dan heb je het nog niet over al die medicijnresten die in het afvalwater terecht komen, het incontinentiemateriaal dat in het afval verdwijnt, de sterke schoonmaakmiddelen waarmee wordt gewerkt enz." Door duurzaamheid centraal te zetten ga je voor een zorgcentrum dat haar ecologische voetafdruk verlaagt. Zo krijg je een organisatie die zich positioneert in de maatschappij, die inspeelt op huidige maatschappelijke ontwikkelingen en toekomstgericht denkt en handelt.

Aandacht voor klimaatrobuuste natuur met plaats voor biodiversiteit en beleving en aandacht voor een duurzame, veerkrachtige werking zijn dus niet alleen goed voor de planeet, maar zorgen voor een veerkrachtige organisatie en voor het welzijn van haar bewoners.

<sup>1</sup> <https://www.natuurpunt.be/pagina/natuur-en-gezondheid>

<sup>2</sup> Overzicht op De Vries e.a., 2010; Gezondheidsraad, 2010; Kaczynski & Henderson, 2007; Lachowycz & Jones, 2011; Ward Thompson, 2013

<sup>3</sup> Bowler e.a., 2010; Velarde, Fry, & Tveit, 2007

<sup>4</sup> <https://milieuplatformzorg.nl/green-deal/>

## 2. Twee inspirerende voorbeelden

In het project groene vingers in de zorg staan we voor volgende uitdagingen:

- Hoe **één sterk verhaal** vertellen dat door iedereen gedragen wordt (visie)?
- Hoe zicht krijgen op de eigen **milieu-impact en de -groene- buitenruimte**, inclusief hun verbeteracties (diagnose)?
- Hoe **acties selecteren** en samen met impact uitvoeren (actie)?
- Hoe iedereen blijvend **betrekken** bij je duurzaamheidstraject (draagvlak)?
- Hoe leuk en inspirerend **communiceren** over wat je doet (communicatie)?
- Hoe **resultaten** meten en opvolgen (impactmeting)?

Aan de hand van de 2 praktijkvoorbeelden lichten we toe hoe beide zorginstellingen stappen zetten om hun werking duurzamer te maken.

### 2.1 Voorstelling en ambitie

**Woon- en zorgcentrum Sint Bernardus** uit Bertem heeft een capaciteit van 201 bedden en 5 bedden kortverblijf. Naast een woonzorgcentrum hebben ze ook serviceflats, een dagverzorgingscentrum, een lokaal dienstencentrum, een nachthotel en nachtinterventie.

In het woonzorgcentrum staan waardigheid, privacy, autonomie en zelfredzaamheid centraal: *'We nemen de waarden en wensen van onze bewoners als vertrekpunt om een thuis te bieden waar het aangenaam vertoeven is'.*

WZC St-Bernardus heeft de ambitie om samen met haar bewoners en medewerkers haar ecologische voetafdruk te verlagen, de buitenruimte te vergroenen en wil ambassadeur zijn in de zorgsector. Dat vertaalt zich in:

- het verduurzamen van de werking o.a. via de keuze voor hernieuwbare energie, energie-efficiëntie, sluiten van kringlopen, keuze voor gezonde en duurzame voeding en het verhogen van de biodiversiteit en het groene karakter.
- het betrekken van medewerkers en bewoners bij dit verduurzamingstraject, vanuit hun eigen leefwereld
- het aanmoedigen van medewerkers tot milieubewust handelen vanuit een onderzoekende en open houding
- het aanmoedigen van bewoners om de groene buitenruimte mee vorm te geven en te beleven

De realisaties en het traject van Sint Bernardus kun je ook bekijken in het filmpje van Stamp media dat je terugvindt op de website van Natuurpunt CVN.



*Het nieuwe logo van WZC Sint Bernardus benadrukt hun band met de natuur en engagement op vlak van duurzaamheid, doelen die getriggerd werden door het project.*

**Jeugdzorg Malpertuus** is een organisatie uit de bijzondere jeugdzorg, gelegen in Buken. Zij maken deel uit van het grotere geheel MFC Combo en ondersteunen gezinnen om zelf oplossingen te vinden voor de moeilijkheden die ze tegenkomen. Malpertuus steunt zowel de ouders als de kinderen/jongeren en zet sterk in op persoonlijke begeleiding. De kwaliteit van de begeleiding staat steeds centraal.



*Jeugdzorg Malpertuus voor het project*

Malpertuus streeft ernaar de ecologische doelstellingen zoveel mogelijk te integreren in de kerntaken van de organisatie met als doel de organisatie veerkrachtiger te maken. Samen met haar medewerkers zoekt Malpertuus naar de meerwaarde voor de organisatie (bv comfortverhoging, 'ontzorging', 'ontstressen') en naar mogelijke bondgenoten om dit verhaal mee uit te werken (familieleden, partnerorganisaties van MFC Combo, buurtbewoners).

**Ambition**

Malpertuus wil samen met haar jongeren **ambassadeur** zijn voor een **duurzame toekomst**. Dat vertaalt zich in :

- het betrekken van jongeren bij **maatschappelijke thema's**, telkens vanuit hun eigen leefwereld
- het **voorleven in de instelling**  
Vb.: de keuze voor hernieuwbare energie, energie-efficiëntie, sluiten van kringlopen en een onderzoekende en open houding.

ecolife      Natuurpunt CVN      Malpertuus

## 2.2 Aanpak

Verandering creëren is steeds een proces. Een proces waarbij alle spelers die ermee te maken krijgen, best betrokken worden. Dat betekent werken op verschillende sporen, die uiteindelijk samenkomen.

In een woonzorgcentrum zijn er veel actoren om mee rekening te houden. Zo zetten we in op structurele maatregelen via het managementteam en op sensibiliserende maatregelen die gedragen worden door medewerkers en bewoners. Organisaties in de jeugdzorg zijn sterk in flexibiliteit en creativiteit. Dat is nodig om hun kerntaken goed uit te voeren in complexe omstandigheden met (toenemende) administratieve verplichtingen, een hoge personeelsbelasting en toenemende multi-problematiek bij vele jongeren.

Hoewel er heel wat ideeën en mooie dromen naar boven komen, is enige realiteitszin ook nodig. De vergroening- en duurzaamheidsdoelen behoren niet tot de kernactiviteiten. Een aantal medewerkers ervaren dit mogelijks als extra taken & inzet. Alles begint dan ook met het ontwikkelen van een sterke visie zodat de piste die de organisatie wil bewandelen gedragen wordt. Dit betekent dat het traject rond verduurzaming vooral gezien werd als opstart en als leerproces. Van in het begin hechtten we veel aandacht aan draagvlak en communicatie, actie en resultaat, en verankering.

## Stap 1. voorbereiding

### Verkennd gesprek

Om het proces en de inhoud concreet vorm te geven in een plan van aanpak starten we met een intakegesprek en een screening. Tijdens dit gesprek worden de contouren, ambitie en werkwijze om duurzaamheid en vergroening te integreren in de kernwerking vastgelegd. Het project wil op die manier van binnenuit de organisatie werken om in te zetten op het vergroenen en verduurzamen van de organisatie. Door die manier van werken is er een grotere garantie dat ook na het project de werking rond duurzaamheid zal worden verdergezet en uitgedragen.

### Terrein verkennen en groen in kaart brengen

Om te onderzoeken wat er van vergroening mogelijk is op het terrein doen we een analyse van de actuele situatie. We bekijken de verschillende kaartlagen, doen een functionele en een beeldende analyse. Ook de bestaande groensituatie wordt onder de loep genomen. Op basis hiervan doen we een SWOT sterke- zwakteanalyse. Wat zijn de ruimtelijke relaties? Is er voldoende kwalitatief groen? Komt het tegemoet aan de noden? Natuurpunt CVN doet op basis hiervan al een eerste projectie van een toekomstbeeld.

### Diagnose, als eerste stap van de interne milieuzorg

We brengen via een scan in beeld welke groene en duurzame activiteiten en maatregelen op dit moment al goed lopen en bouwen hierop verder bij het selecteren van nieuwe acties.

De duurzaamheidsscan brengt de stand van zaken én het verbeterpotentieel rond energie, water, mobiliteit, voeding, aankopen en afval in beeld. Het is een bewuste keuze van Ecolife om datgene wat reeds goed loopt duidelijk te benoemen. Een positief verhaal werkt immers enthousiasmerend en bemoedigend

<b>Strategische doelstelling</b>	Malpertuus engageert zich om de beweging naar een klimaatneutrale samenleving 2050 te realiseren. Tegen 2030 zet Malpertuus in op energie-efficiëntie, gezonder voeding en een stimulerende omgeving. Tegelijkertijd realiseert e hierdoor een kwaliteitsvolle begeleiding door een veerkrachtig team.			
<b>Operationele doelstelling</b>	<b>Comfortabel wonen</b>	<b>Gezonde voeding van dichtbij</b>	<b>Stimulerende buitenomgeving</b>	<b>Duurzaam op pad</b>
<b>Acties en maatregelen uitgevoerd</b>	Warmte binnenhouden (HR glas, deuren sluiten)	1 x veggie / week	Fietsenstalling met wateropvang en speelruimte	fietsvergoeding
	HR verwarmingsketel (gas)	20-40% seizoensproducten	Bloemenweide met landschapselementen	Overdekte fietsenstalling
	Systematisch onderhoud installaties	Geen gebruik conserven (groenten)	Sensibilisering: Plantmoment met betrokken actoren	Communicatie over bereikbaarheid van Malpertuus met OV en fiets
	LED verlichting	Energiebesparende kooktechnieken	Aanleg soortenrijke groenbuffer en heestergroepen	
	Zuinige elektrische toestellen (A++)	Weinig gebruik bewerkte producten	levend speelgroen (wiglo veldesdoorn)	

*Een schema van de doelstellingen en acties en maatregelen Malpertuus*



## Ideeën verzamelen en werken aan een draagvlak

Via een ontmoetingscafé en droomworkshop brengt Natuurpunt CVN de verschillende actoren samen en laten we ze samen dromen. Die dromen onderzoeken we aan de hand van een moodboard, klimaatproevertjes en educatieve belevingsactiviteiten. De input vormt de basis van de opmaak van het plan. De aandachtspunten worden mee verwerkt in het voorontwerp.

Ecolife organiseert ook een workshopsessie voor medewerkers rond het thema 'milieuzorg'. Doel is hen enthousiast maken, hen betrekken en activeren om zelf concrete acties te bedenken en uit te voeren. Het resultaat is een boeiende uitwisseling en een aanzet voor concrete acties.

Het is ook cruciaal dat het directieteam zich volmondig achter de doelstellingen van het traject schaaft. Het directieteam bewaakt het draagvlak: informeert zijn/haar bestuursleden en motiveert de medewerkers om de uitdaging mee aan te gaan om de werking van het zorgcentrum duurzaam te maken.



*via referentiebeelden en proevertjes voor de bewoners van het WZC krijgt de brainstorm over natuur richting*



*De begeleiders zijn in een jeugdzorginstelling van onmisbare waarde bij het uitvoeren van acties en het betrekken van de jongeren.*



In de verschillende woonafdelingen van **Sint Bernardus** organiseert Natuurpunt CVN samen met de bewoners en begeleiders ontmoetingscafés. Tijdens deze momenten geven we toelichting bij het belang van groen in een woonzorgomgeving, ook met het milieuteam (ergotherapeuten, directie, personeel) zitten we een aantal keer rond de tafel.



#### Enkele van de **natuurdromen** van de bewoners

- een borrelsteen, waterpartij, waterelement, dansende fonteintjes
- dieren (vissen, kippen, voederplek vogels, meer vogels)
- meer (wilde) bloemen en meer kleurrijke beplanting
- mooie tuin met vlinders, bloemenweide met bijenhotel
- park met grote diversiteit aan bomen en planten
- echte moestuin, met spade kunnen ompspitten, Kleine serre: rolstoeltoegankelijk
- mooi uitzicht zodat bewoners genieten van het groen van buiten
- zicht op de kribbe, op spelende kinderen (brengt heel wat vreugde en leven)
- kindvriendelijke inrichting (speeltuin, dieren, ...)
- wandelparcours met voldoende zitbanken, petanquebaan opwaarderen
- park toegankelijk maken voor 'karretjes' bewoners
- seizoenen ervaren, zonnebloemen

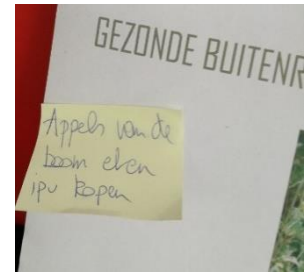
We noteren ook enkele uitdagingen waar we rekening mee moeten houden.

- Ligging op de top van een heuvel maakt het park ontoegankelijk voor bewoners die mobiel vaak beperkingen hebben
- Tuinonderhoud is niet core-business, het mag dan ook niet de bedoeling zijn dat er na afloop van het project extra tuinwerk bij komt voor begeleiders, personeel...
- Focus wordt gelegd op beleving, activiteit en de juiste planten op de juiste plek (tuin die zich zo veel mogelijk zelf in evenwicht kan houden).

#### De 4 **duurzaamheidsacties** waar de medewerkers prioritair werk van willen maken

- systematisch gebruik van kraantjeswater
- voorkomen van papierverspilling
- alternatieven zoeken voor fingerfoodschaaltjes
- elektrische fietsen-experiment

Ook in **Malpertuus** werd in een workshop in groepjes gebrainstormd: waar dromen begeleiders van als het gaat over een duurzaam Malpertuus? Welke acties of activiteiten vinden er dan plaats? De brainstorm bracht heel wat animo en ideeën met zich mee. De weerhouden sensibiliserende acties hebben als doel om ook de jongeren te betrekken bij het duurzaamheidsverhaal. In de workshops, zoals 'biodiversiteit op kindermaat' kwamen de 'vergroeningsacties' aan bod. Zo werd gewerkt richting een gedragen ontwerp.



#### Enkele wensen naar de toekomst op **natuurvlak**

- 'DOE' dingen in de natuur
- open ruimte (voetbal, tuinfeest)
- bloemen, insectenhotel
- oplossing voor groenafval?
- Appels, fruitbomen en (eetbare) bessen, druivelaar tegen gevel.
- Natuurlijke barrière tussen tuin en nieuwe wijk
- chill zone en hangmat

Er kwamen ook enkele uitdagingen uit de bus:

- Speeltuin wordt ook als parking gebruikt
- Geen waterpartij of moestuin is toegestaan
- Transparantie en overzicht = enorm belangrijk
- Netheid is belangrijk, wanorde en chaos ontarda heel snel in meer wanorde en chaos

#### Weerhouden sensibiliserende acties naar **integrale milieuzorg** in een notendop

- Fietsexperiment met elektrische fietsen voor de medewerkers en fietsactiviteit met ASAP, jongeren van 12-16j.
- Zuinig met energie voor jongeren, geïntegreerd in hun traject rond zelfstandig wonen.
- Uitstap naar de boer en experimenteren met nieuwe recepten van vegetarische maaltijden.
- Onderzoek het aankopen van kippen of kleinvee als actie rond afval en met een meerwaarde voor het welzijn van de kinderen (inclusief educatieve troeven rond dierenverzorging).

## Stap 2: opmaak actieplan, een puzzelwerk

### Het traject rond vergroening met Natuurpunt CVN

Het voorontwerp wordt teruggekoppeld en we werken aan de ruimtelijke vertaling van de visie. Aan de hand van referentiebeelden en schetsen gaan we dieper in op wensen, verlangens en bedreigingen. Ontwerp vragen verscherpen de ontwerpvisie. Een succesvolle implementatie vereist dat de inrichting aansluit bij bestaande regelgeving, normen en systemen. De ideeën worden afgetoetst, ook naar technische mogelijkheden (denk bijvoorbeeld aan de voorschriften van de brandweer).

Hierbij letten we op enkele specifieke aandachtspunten. In het werken met mensen met dementie moeten we bijvoorbeeld rekening houden met desoriëntatie in tijd en ruimte en dus gaan voor een overzichtelijke (lage vegetatie) en logische opbouw. Maar de natuur kan ook een hulp zijn. Het kan ook rust bieden, als bewoners bijvoorbeeld denken aan geurende en herkenbare planten uit de jeugd jaren. Of denk maar aan contact met tijdverstrijking door de seizoenwerking. We streven in het plan ook naar biodiversiteit en natuurwaarden door een fauna-vriendelijke inrichting, variatie en gelaagdheid, door nest- voedsel- en schuilmogelijkheid, voor vogels en insecten.

### GROENE VINGERS IN DE ZORG | WZC SINT BERNARDUS VERSCHILLENDE TUINPROJECTEN

#### WANDELEN EN BELEVEN

Het park en de omgeving biodiverser inrichten  
= aantrekkelijk voor mens en voor fladderende  
vinders, zingende vogels, ...  
Leuke omgeving voor kinderen en kleinkinderen.

#### TOEGANKELIJKHEID

Natuurbeleving voor iedereen:  
jong en oud en voor mensen met beperkingen.  
Aangepaste infrastructuur: hellend vlak maakt  
park toegankelijker voor rolstoelgebruikers

#### ZUIJERSTOF EN DYNAMIEK

Groene buffer tegen geluidshinder autoweg,  
bomen als klimaatbuffer.  
Landschapsdynamiek, identiteit en drijvende  
kracht van positieve verandering.

#### WONEN, WERKEN EN LEVEN

Ruimte, ook bij toeremende dichtheid van  
bevolking, activiteiten en infrastructuur.  
Ontstressen: groene lunch- en vergaderplek,  
Luwte en meditatie ruimte.



Het voorontwerp wordt teruggekoppeld en we werken aan de ruimtelijke vertaling van de visie

## Het traject rond integrale milieuzorg met Ecolife

Op basis van de verbeteropties uit de duurzaamheidsscan, de actievoorstellen van de medewerkers en directie wordt een actieplan opgemaakt. Acties rond energiebesparing, duurzame mobiliteit, minder afval, duurzame voeding en groene belevingselementen in een klimaatrobuuste tuin werden gebundeld in een plan.

De communicatie en terugkoppeling naar de medewerkers, evenals de formele beslissing van de directie m.b.t. de weerhouden acties vraagt de nodige afstemming en bijsturing.



### Verslag werkgroep energie

Buken, 3 juni 2019

Met Liesbeth en Ingrid

Volgende actie-ideeën weerhouden we op basis van de brainstorm:

#### ACTIE VERWARMING

- Nog fijnere afstemming temperatuur: thermostaat (in bureau) op 20°C is in principe de afspraak. Maar soms wordt het niet warm genoeg in de andere ruimtes. Zodat de thermostaat hoger wordt ingesteld, zonder dat het op die bureau zo warm moet zijn. Al langer over nagedacht *ga* met Fons.
- De thermostaat blijft op 20°C, ook 's nachts. Omdat de begeleider 's nachts niet in de kou kan zitten. Is het nodig om dan overall de verwarming te laten aanstaan? Wellicht niet; alleen in de kamer (bureau) waar die persoon zit. Thermostatische kranen op de chauffages maakt dat je de temperatuur in de andere ruimtes op 16°C kan instellen (stand 1) en 's ochtends instellen op stand 3 (21°C).

Aanpak

- ➔ Liesbeth informeert bij Fons hoe de verwarming nog efficiënter kan afgestemd worden, en checkt of thermostatische kranen kunnen geïnstalleerd worden.

#### ACTIE LICHT

- Het plaatsen van lichtsensoren op de gang, WC : dit was al opgenomen in de planning.

#### ACTIE METEN IS WETEN

- Het bijhouden van de meterstanden zorgt ervoor dat je meer betrokken bent op het elektriciteitsverbruik. Je bent er meer van bewust dat er (veel) elektriciteit wordt verbruikt. Zeker voor de jongeren van Nobel is dit een interessante oefening.
  - Het is interessant om de meterstanden in te geven in het sjabloon van energie-ID ([www.energieid.be](http://www.energieid.be)). Fons heeft samen met Ingrid deze site ook bekeken. Je kan via deze site een eigen account aanmaken en *ga* meterstanden (verbruik) van elektriciteit, gas, water ingeven. Interessant omdat je je verbruik in grafiekvorm ziet (en zo de evoluties kan volgen). Je kan ook vergelijken met andere (gelijkaardige) situaties.
- ➔ Liesbeth informeert of iemand (begeleider, Fons, ?) bv maandelijks met de jongeren de meterstand kan opnemen en kan ingeven op de site.

#### ACTIE WARM WATER

- De pubers douchen niet graag en niet lang. Dus daar valt geen winst te boeken.
- Liesbeth polst bij de begeleiders van Nobel op welke manier de jongeren douchen of warm water gebruiken (bv handen wassen, ...). Het opwarmen van water kost energie. (In principe is het gebruik van warm water goed voor 1/7 of 1/6 van het energieverbruik in een huishouden).

#### ACTIE BETREKKEN VAN JONGEREN

- Het is interessant om jongeren van Nobel te betrekken omdat zij leren omgaan met elektriciteit en verwarming en de link best kunnen leggen tussen hun verbruik en hun factuur.

*Verslag van de werkgroep energie in Malpertuus*



### Stap 3: Uitvoering acties en resultaten

#### Sint Bernardus

#### Bruisend plein vol leven

De kick off 'Bruisend plein vol leven' werd de officiële start van het project. Bewoners bezochten het toegankelijk gemaakte park waarin standjes en animatie voorzien was. Het autovrije binnenplein met extra groen (na de actie palm de ruimte in) werd geopend. Men kreeg natuurproevertjes aangeboden, er was een boeiende ontdekkingstocht en de bewoners en het personeel, omwonenden en familie konden samen bouwen aan het groot bijenhotel. Bewoners werden bevroegd naar hun tips rond energiebesparing. Velen kennen handige tips uit de tijd van tante Kaat. De eerste actie, nl het experiment met elektrische duofietsen, was een succes. Bewoners vonden het fijn om samen met een begeleider de omgeving te verkennen.



*De kick off 'Bruisend plein vol leven'*



*De duofietsen zijn nog steeds een succes onder bewoners en begeleiders*

## Acties en maatregelen

Vanaf oktober zetten we elke maand een **natuurthema** in de kijker. Via de huiskrant werden de bewoners betrokken en geïnformeerd.

- In november: bomenverkiezing, bewoners konden hun lievelingsboom kiezen. De winnende boom kreeg een jasje aan door de breiclub.
- In december: nestkastjes bouwen en ophangen in het park
- januari: help de vogels de winter door, vogelvoeder maken, groot vogeltelweekend
- Februari: activiteit bouwen van insectenhotel



*De activiteit 'bouwen van insectenhotel' was een succes onder de bewoners*

Structureel gingen we voor gingen we voor toegankelijk, maar ook klimaatrobuust groen. Zo werkten we aan toegankelijkheid met brede paden aangepast aan een rolstoel en afwisseling tussen zon en schaduwplekjes. Ook veranderden we de parkeerplaats in een autoluw binnenplein met ontharding en groenelementen. We werkten ook aan de aanleg van de (gesloten) tuin Zonneveld met hulp van vrijwilligers, bewoners, okra en personeel. Dit werd een stimulerende belevingstuin, door o.m. te werken met waterelementen en een voederplank.



*Het park werd toegankelijk gemaakt voor rolstoelgebruikers en de parking autoluw en groen*



Stafleden en personeel maken een selectie van acties rond 4 **klimaatthema's**: energie, mobiliteit, voeding en aankopen/afval. Met de staf nemen we structurele maatregelen rond duurzaamheid onder de loep, met als doel deze te verankeren in de werking van het woonzorgcentrum. Tijdens de projectperiode werd alvast een goede start gemaakt.

- De keuze voor groene stroom via de samenaankoop en kritische reflectie bij de keuze van de (groene) stroomleverancier
- Monitoring van het energieverbruik via het platform Energie ID
- Relighting met LED verlichting voor de vleugels Zonneveld en Vleugt
- Aandacht voor duurzame criteria in de nieuwbouwplannen en keuze voor het inhuren van expertise op vlak van duurzaamheid.
- Bouw van een nieuwe overdekte fietsenstalling
- Voorzien in fietsvergoeding via digitaal systeem
- Aankoop van 2 duofietsen voor de bewoners
- Handhaving huidige beleid rond tegengaan voedselverspilling
- Keuze voor bulkproducten indien mogelijk
- Keuze voor kraantjeswater en dus voor minder drankverpakkingen

Verskillende maatregelen zijn gebonden aan de nieuwbouwplannen. Het is niet wenselijk bepaalde investeringen te plannen in gebouwen die binnen een aantal jaren verdwijnen. Hierdoor worden een aantal aandachtspunten en maatregelen verschoven naar de toekomst.

Tegelijkertijd vond maandelijks een sensibiliserende actie plaats, gedragen door het personeel. Eind november kregen vegetarische proevertjes extra aandacht. In december werd een brei-initiatief gestart met de link naar energiebesparing en het juist instellen van de kamertemperatuur. In maart werd de beslissing genomen om stapsgewijs over te schakelen op kraantjeswater in alle afdelingen. Als eerste stap krijgen alle personeelsleden een hervulbare drinkfles.



*Van fleswater werd er overgeschakeld naar kraantjeswater*

## Malpertuus

Bij het uitvoeren van acties wordt duidelijk of het voorbereidings- en denkwerk tot coherente en doelgerichte output leidt. In het geval van de tuin was dat een werkdag waar medewerkers, sponsors, kinderen en vrijwilligers werden uitgenodigd om het plan in uitvoering te brengen.



*Vrijwilligersmoment met Provinciegouverneur Lodewijk De Witte en medewerkers van het kabinet en Mfc Combo.*

Per duurzaamheidsthema (mobiliteit, energie, voeding, afval) stelden we een doel voorop, onderzochten we hoe we zowel begeleiders, directie als jongeren konden betrekken en activeren en zetten we het beoogde resultaat.

### **Een voorbeeld: Thema mobiliteit augustus/september**

#### **Doel**

- CO2 uitstoot verminderen door in te zetten op fiets en openbaar
- Ruimtelijke inrichting op maat van de fiets: aandacht voor een goede fietsstalling, meer groen en ontspanningsruimte door de parkeerplaatsen te integreren in groene ruimte

#### **Betrokkenen**

- management (bv fietsvergoeding, fietsenstalling)
- Personeel: experiment met de elektrische fiets naar het werk
- Jongeren: betrekken via fietsavontuur

#### **Beoogd resultaat**

- Daling CO2 uitstoot: autogebruik verminderen en fietsen
- Gezonde medewerkers: fietsen en stappen in open lucht
- Een leuke beleving voor jongeren

#### **Acties**

- Experiment met elektrische fietsen :2 fietsen beschikbaar via Fietspunt Leuven.
- Bevraging van medewerkers rond hun fietsgedrag.
- Fietsactiviteit met de jongeren van ASAP: fietszoektocht begeleid door Ecolife



### Aanplantingen

- fruitbomen (boomgaard), typische rassen voor Vlaams Brabant
- sleedoorngaag (noorden) en gemengde haag (oosten)
- klimplanten muurtje, hazelaar in kiezels
- bloemenweide

### Constructies

- Palen takkenwal
- Palen vlechtwerk



*Elektrische fietsen konden worden getest en samen pakten we de fietsenstalling aan, met wateropvang en speelruimte*

## 2.3 Kritische succesfactoren

Het opbouwen van een draagvlak voor de maatregelen vraagt tijd en flexibiliteit. Het is de kunst om van bij de start de nodige (mentale) ruimte te creëren bij de stafleden en medewerkers, hen blijvend te betrekken en hen te wijzen op hun verantwoordelijkheid.

Het invoeren van (zelfs kleine) veranderingen brengt vaak (grote) logistieke aanpassingen met zich mee. Een voorbeeld. De keuze voor kraantjeswater vraagt een planning die loopt over (meer dan) 1 jaar: nieuwe afwasmachines moeten geïnstalleerd worden en op sommige afdelingen ontbreekt daarvoor de nodige ruimte. Bij de nieuwbouwplannen wordt hiermee rekening gehouden.

De coronaperiode maakte de eindfase van het project en verdere opvolging niet evident. Tegelijkertijd toonde dit de enorme waarde van een (groene) buitenruimte, waar het aangenaam buitenkomen is. Zo bewees het toegankelijk park en de autoluwe groene zone direct zijn waarde.



*de bomenverkiezing bracht draagvlak bij de bewoners, de winnende boom werd door hen versierd*

Bij aanvang van het project formuleerden we 3 kritische succesfactoren:

- **draagvlak:** directie, bewoners en medewerkers zijn geëngageerd om verbeteropties te onderzoeken en uit te voeren
- **maatwerk:** voldoende aansluiten op de leefwereld van de bewoners
- **capaciteit:** acties op maat van de organisatie en uitvoerbaar binnen de voorziene (personeels)tijd/budget

Het project toonde aan dat deze 3 parameters inderdaad bepalend zijn voor een zinvol en resultaatgericht proces.

## Draagvlak

Het draagvlak bij staf en medewerkers van Sint Bernardus is na 1 jaar werken versterkt: de duurzame reflex bij het maken van nieuwe keuzes of afwegingen is sterker aanwezig, de sensibiliserende acties maakten, zij het kleine, positieve accenten zichtbaar. Dit wordt ook vertaald in de nieuwbouwplannen en bijvoorbeeld het logo. Het draagvlak voor de groene buitenruimte vereist ook een blijvend engagement naar onderhoud, dan is dit emanciperend en activerend naar de bewoners toe.

Het draagvlak bij directie en team van Malpertuus bleek al tijdens het intakegesprek en de brainstormsessies. Zowel directie als begeleiders vinden het belangrijk om ook vanuit hun educatieve rol jongeren te betrekken bij duurzame initiatieven en hen te laten reflecteren hierover. Het betrekken van de directie van MFC Combo bleek moeilijker. Zij hadden het voorbije jaar te kampen met zorgen die rechtstreeks hun kernwerking bedreigden. De sector van de bijzonder jeugdzorg heeft absoluut nood aan meer (financiële) ondersteuning om de grote uitdaging om kwetsbare jongeren goed te begeleiden en perspectief te bieden, te kunnen uitvoeren.

## Maatwerk

Een gezond en groen woonzorgcentrum biedt ook aan de bewoners bewegingsruimte. De acties werden zoveel mogelijk afgestemd op de noden van de bewoners. De duofietsen vormen hiervan een mooi gebaar. In de groenaanleg werd hier rekening mee gehouden, maar een veelheid aan meningen maakt dat er compromissen gezocht moeten worden.

Tijdens de brainstorm kregen verschillende ideeën op maat van de jongeren en kinderen vorm, zoals een kookworkshop, een uitstap naar een lokale boer, een fietszoektocht. Door de precaire situatie echter gingen verschillende van deze ideeën niet door.

## Capaciteit

Precies omdat flankerende beleidsmaatregelen rond duurzaamheid ontbreken is de uitdaging voor individuele zorgcentra momenteel groot. Temeer omdat de capaciteit (tijd en mentale ruimte) beperkt is.

De capaciteit om toekomstgericht te denken en duurzaamheid structureel te integreren in de jeugdwerking is erg beperkt bij Malpertuus. De organisatie kampt met uitdagingen op vlak van personeelsbezetting. Het naleven van steeds nieuwe administratieve regels waar het nut niet steeds duidelijk van is, strenge richtlijnen omtrent voeding die niet aangepast zijn aan het familiale karakter van deze kleine organisatie, enz. Flankerende beleidsmaatregelen van overheidswege omtrent het implementeren van duurzaamheid en klimaatbeleid ontbreken volledig.



### 3. Lessons learned

- De uitvoering van het actieplan vraagt **flexibiliteit** bij uitvoerders en procesbegeleiders. De dagelijkse realiteit vereist in sommige gevallen dat de voorgenomen acties of taakverdeling herbekeken worden, of niet door kunnen gaan.  
Acties met een meer structureel karakter vragen vaak een lange termijn aanpak, zodat ze niet meteen zichtbaar zijn.
- Een goede **communicatie** vanuit de directie naar het team rond (structurele) acties op langere termijn is belangrijk omdat dit precies het kader schept voor de maandelijkse acties. Interne communicatie naar bewoners en hun naaste omgeving via de huiskrant vormt een wezenlijk onderdeel in het project. Externe communicatie naar stakeholders vereist dan weer een lange(re) termijn aanpak.
- Het vraagt tijd en energie om in te zetten op **verbreding**. Vrijwilligers van Okra, buurtbewoners, het buurtschooltje naast het WZC, familieleden komen alle in aanmerking om het draagvlak te verbreden. Op dit spoor kan WZC Sint Bernardus nog verder inzetten.
- Sterk **leiderschap** is nodig om de neuzen (bestuur, medewerkers, bewoners) in een gemeenschappelijke richting te zetten. Het vraagt mentale veerkracht om ruimte te maken voor strategische denkoefeningen in een omgeving waar de nood aan directe interventies en het oplossen van onvoorziene problemen erg groot is. Het is niet evident om de rust en de tijd te vinden voor lange termijn uitdagingen en oplossingsstrategieën.
- Zonder **wettelijk kader** ter ondersteuning van duurzaamheidsmaatregelen vraagt een verduurzamingstraject een groot engagement en veel goodwill bij directie en medewerkers. Er is absoluut nood aan een formeel, helder kader en concrete instrumenten om de zorgsector te ondersteunen bij het verduurzamen van de werking. Hiervoor kunnen we de mosterd zeker halen bij Green Deal Duurzame Zorg in Nederland.
- We stuiten op **drempels en belemmeringen**, van verschillende aard.

De **strengere regelgeving** rond voedselveiligheid (HACCP) is een belemmering voor het gebruik van lokale producten van bij de boer en voedselverspilling. Eieren van eigen kippen mogen niet gegeten worden, wat net een deel uitmaakt van de charme.

De **werkdruk** in de zorgsector is enorm hoog. Het is niet eenvoudig om in deze omstandigheden ruimte te maken voor nieuwe uitdagingen. Medewerkers en directie stellen vast dat er steeds meer administratieve regels gelden in de sector die de werkdruk extra verhogen en die kleine spontane initiatieven beperken.

Deze belemmeringen bemoeilijken het proces en de ambitie om verduurzaming en vergroening te integreren in de werking.



# Deel II



## 1. Zelf aan de slag

### 1.1 Stappenplan

#### Stap 1: Voorbereiding

##### Doel

- In kaart brengen van het beleid rond duurzaamheid en klimaat: is er een duurzaamheidsluit in de missie of visie, in werkafspraken of beleidsdocumenten?
- Ambitie vastleggen en afstemmen op de kerntaken van de organisatie
- Concrete doelstellingen afbakenen

##### Aanpak

- Stel een **kernteam** samen met o.a. directielid, stafid, verantwoordelijke logistiek, personeelsverantwoordelijke...
- Zorg voor overleg en **participatie**
- Bekrachtig **formeel** de steun en goedkeuring van je bestuursorgaan voor deze duurzaamheidsaanpak.
- Spreek je **engagement** uit m.b.t. tijdsbesteding en taakverdeling.

## Stap 2: Diagnose

### Doel

- Overzicht creëren van wat reeds goed loopt. Wat zijn de huidige maatregelen of initiatieven op vlak van energie, mobiliteit, voeding, aankoopbeleid en groenbeleving.
- Verbeterpotentieel in kaart brengen.

### Aanpak

- **Lijst op welke structurele en adhoc maatregelen** jullie als woonzorgcentrum reeds uitvoeren (b.v. aankoop groene stroom, maximale fietsvergoeding, het aanwezige groen ...)
- **Bundel de maatregelen** en maak een helder overzicht in schemavorm.
- **Laat je begeleiden** als dit een steun is: Natuurpunt CVN heeft hier expertise rond opgebouwd en Ecolife heeft een **duurzaamheids**scan die in beeld brengt wat reeds gebeurt én wat het verbeterpotentieel is.

## Stap 3 : In kaart brengen van verbeteropties

### Doel

- Concrete acties afbakenen, voortbouwend op de bestaande maatregelen.
- Enthousiasme creëren bij je medewerkers of teamleden.

### Aanpak

- **Ga uit van de screening, bouw verder op de diagnose** die je afnam. Lijst de positieve maatregelen op.
- **Organiseer een brainstorm** met (een aantal) bewoners, personeelsleden, stafleden, directie, logistiek verantwoordelijke. Betrek zo veel mogelijk alle actoren.
- Cluster alle (actie)voorstellen in **één actieplan**: zowel structurele maatregelen als sensibiliserende maatregelen waar betrokkenheid van bewoners en medewerkers centraal staat.

## Stap 4. Kick Off en Charter

### Doel

- Formaliseren van het traject rond verduurzaming.
- Communicatie naar alle betrokkenen (medewerkers, bewoners, stakeholders, directie en bestuur) vanuit motto 'iedereen mee in de boot'.
- Sensibiliseer met affiches, sociale media...

## Aanpak

- Onderteken een **charter** met visie, engagement en concrete maatregelen.
- Organiseer een wervend **lanceringsmoment** voor bewoners en medewerkers.

## Stap 5: Draagvlak creëren (directieteam, personeel, bewoners)

### Doel

- Neuzen van de directie (en bestuurders) in één richting.
- Medewerkers betrekken en engageren.
- Een gedragen plan door de bewoners

### Aanpak

- **Integreer** dit traject in de agenda en werking van directie en bestuur.
- Organiseer **workshop(s)** voor personeel en **activiteiten** voor bewoners of cliënten.
- Inspireer, maar ga uit van **hun ideeën**, bevindingen en meningen
- Volg de **acties op**.
- **Inspiratiefiches** van Natuurpunt CVN en een traject op maat kunnen helpen

## Stap 6: resultaten en evaluatie

### Doel

- Uitrol van een positief en wervend traject.
- Leren uit de ervaringen.
- Bijsturen in de loop van het traject.

### Aanpak

- **Communiceer** over je acties : in de huiskrant, de info voor familie en vrienden van de bewoners...
- **Vier** successen: elke stap vooruit is een gewonnen stap. Toon dat je fier en trots bent op je aanpak en de stappen die je zet als organisatie.
- **Lessons learned**: inventariseer wat je leert en ervaart.

## 1.2 Acties per thema

### A. Energie

Energieverbruik in de zorgsector zit vooral in het verwarmen (en ventileren) van de gebouwen en de units, verlichting, gebruik van elektrische toestellen (keuken, wasplaats, ...), elektronica (computer, TV enz). De gouden regel is eenvoudig:

- ✓ voorkom onnodig energiegebruik (bv verspilling, stand-by...)
- ✓ gebruik duurzame energiebronnen (hernieuwbare bronnen zoals zon en wind)
- ✓ verhoog de efficiëntie van het gebruik van fossiele energiebronnen (zuinige ketels)

Significante energiewinst bekom je met structurele maatregelen in gebouwschil, isolatie, zuinige en efficiënte toestellen en apparatuur), maar een eerste stap is het bewust worden van de grote energieverbruiken.

#### Begin met

- Monitor je energieverbruik. Hiervoor heb je een handig online platform, [www.energieid.be](http://www.energieid.be).
- Voorkom verspilling o.a. door lichten op tijd te doven of te werken met lichtsensoren.
- Kies voor LED verlichting.
- Zoek naar de optimale temperatuur in de kamers en de gemeenschappelijke ruimtes en onderzoek of de temperatuur een graadje lager kan.
- Voorkom stand-by verbruik. Er zijn handige aan/uit stekkerdozen.
- Kies voor zuinige elektrische toestellen.

#### Met het oog op de toekomst

Zet in op het doorvoeren van structurele maatregelen: de energiefactuur vermindert en het comfort neemt toe. Onderzoek welke technische verbeteropties mogelijk zijn (relighting, hoog-rendementsketels, (glas)isolatie, ...)

- Vraag technische ondersteuning of een gratis energie-audit bij het [Provinciaal Steunpunt Duurzaam Bouwen](#).
- Vraag een gratis energiescan aan bij het VEB, het [Vlaams EnergieBedrijf](#): zij gaan na welke maatregelen en ingrepen zinvol zijn om energie te besparen in de zorgsector.

#### Groene stroom

Schakel over op een [groene stroomleverancier](#) die inzet op 100% duurzame energie. Wees kritisch t.a.v. samenaankopen; zij kiezen niet per definitie voor één van de duurzaamste. Overweeg om zelf zonnepanelen te plaatsen.



## B. Mobiliteit

Duurzame verplaatsingen beginnen met het toepassen van het zogenaamde S.T.O.P. principe:

- ✓ Stappen
- ✓ Trappen
- ✓ Openbaar vervoer
- ✓ Privaat vervoer

Kiezen voor duurzame mobiliteit is soms een grote uitdaging. Zeker als de zorginstelling niet goed ontsloten is met het openbaar vervoer, als je niet meer vlot ter been bent enz. Maar het loont de moeite om uit te zoeken of (elektrische) fiets of openbaar vervoer misschien wel haalbaar is. Voor de medewerkers, de bezoekers, externe stakeholders. Met de fiets naar het werk levert alvast een fris hoofd en 'zen'tijd op.

### Begin met

- Communiceer van de toegankelijkheid van de zorginstelling met openbaar vervoer (buslijnen, treinstation, combinatie trein/fiets met blue bike).
- Zet fietsende medewerkers in de kijker (bv. in de infokrant, in het personeelsblad, enz).
- Zorg voor een fietsenstalling dicht bij de ingang.
- Onderzoek op welke manier je het goede voorbeeld kan geven als leidinggevende.

### Integraal en slim

Overweeg een mobiscan, begeleid door een extern bureau. Of neem gratis deel aan de [Fietstest](#) van de provincie Vlaams-Brabant. Op voorwaarde dat 15 medewerkers meedoen met het experiment, ontvang je een gratis Mobiscan en 15 elektrische testfietsen voor 3 weken. Of doe beroep op het pendelfonds waar je een project kan indienen en je subsidies kan bekomen bij goedkeuring.

### Gezonde medewerkers

Stimuleer je personeel om (gedeeltelijk) voor de (elektrische) fiets te kiezen door een aantrekkelijk vergoedingssysteem, overdekte en veilige fietsenstalling en volgehouden communicatie.

### Blijve bewoners

Kies voor een aantal duofietsen zodat ook je bewoners kunnen genieten van het buiten zijn en bewegen. Start met 2 testfietsen; immers niet alle varianten zijn even robuust.

## C. Voeding

Gezonde voeding is een vanzelfsprekend en belangrijk aandachtspunt in de zorg. Je bent wat je eet, luidt het spreekwoord. De keuze voor gezonde voeding met aandacht voor een gezonde leefomgeving én eerlijke prijs voor de (lokale) producent is het streefdoel.

### Begin met

- Neem maatregelen die verspilling maximaal tegengaan. Sommige zorginstellingen werken met keuzemenu's of een buffetvorm, zodat bewoners zelf hun portie kunnen kiezen.
- Experimenteer af en toe met smaakvolle gerechten boordevol groenten en plantaardige eiwitbronnen.
- Koop zoveel mogelijk in grootverpakking om individuele verpakkingen te vermijden.

### Leven op het ritme van de seizoenen

Kies maximaal voor seizoenproducten (van lokale afkomst waar mogelijk). Verser kan niet. Overleg met de kok en keukenploeg en bekijk hoeveel marge er is om meer in te zetten op [seizoensmaaltijden](#). Werk in try-outs of experimenten zodat je leerervaringen inbouwt en bijsturing mogelijk maakt.

### Hip en trendy

Overleg met keukenpersoneel en medewerkers hoe het voedselverlies tot miniale hoeveelheden kan herleid worden. Teken de [engagementsverklaring](#) en laat je [ondersteunen](#) bij het uitvoeren van de nulmeting en het opmaken van de acties die verspilling tegengaan.

### Lekker en voedzaam

Onderzoek met de kok(s) of gerants op welke manier [vegetarische](#) producten geïntegreerd kunnen worden in het menu. Op die manier vermindert de hoeveelheid vlees wat een positieve weerslag heeft op de CO2 uitstoot. Vraag ondersteuning bij organisaties zoals [EVA vzw](#) of [Rikolto](#), ervaren met het integreren van duurzame en vegetarische maaltijden in grootkeukens.

## D. Duurzaam aankopen

Bij de aankoopfase wordt vaak bepaald hoeveel afval er op het einde van het gebruik ontstaat. Initiatieven die uitgaan van gesloten kringlopen en het verlengen van de levensduur verdienen onze voorkeur. Meer en meer ontwikkelingen en bedrijven houden rekening met deze principes tijdens de productiefase. Ook als zorginstelling kan je je kritisch opstellen en bij elke aankoop de overweging maken: Hebben we het product/de materialen nodig? Bestaat het product in een duurzame(re) (tweedehands) versie? Kunnen we het na gebruik nog inzetten voor hergebruik of recycling? Een handige website met [labelinfo](#) helpt je om door het bos de bomen te zien.

### Begin met

- Informeer je over het [concept duurzaam aankopen](#) en hou rekening met [klimaat en circulaire criteria](#).

### Draagvlak, een sleutel tot succes

Betrek personeelsverantwoordelijke(n) voor aankoopbeleid bij de ambitie om duurzaamheidscriteria een plaats te geven naast de gekende criteria zoals prijs, kwaliteit of levertijd.

### Concrete actie

Bekijk de concrete suggesties per [thema](#) (Nederland) of laat je inspireren door de [gids duurzame overheidsaankopen](#) (Vlaanderen).

## E. Groene buitenomgeving

Een groene en gezonde buitenomgeving is vooral een buitenomgeving die gebruikt wordt. Verder kies je best planten en elementen voor de tuin die passen in de omgeving. Tuinen verbinden op die manier lokale natuur en vormen stapstenen voor de biodiversiteit. [Robuustheid en verscheidenheid](#) vergroot draagkracht van de natuur en van de ecosystemen.

### Begin met

- Ga dus in de eerst plaats dus aan de slag met de verschillende gebruikers/actoren.
- Vergroot hun kennis en stem hun wensen af op de mogelijkheden.

### Ecologie en biodiversiteit

- kies voor [biodiversiteit](#): inheemse planten, bomen, [gemengde hagen en struiken](#).
- hou rekening met fauna: bijenhotel, nestkastjes...
- creëer eigen mini-ecosysteem, gebonden aan de typische (stedelijke) omstandigheden
- waterhuishouding: infiltratie in de bodem (wadi's), meer vegetatie en minder verharding, [groendaken](#) (naast water vertraagd afvoeren tevens verkoelend effect, reductie schadelijke stoffen (positief effect luchtkwaliteit en gezondheid van de bewoners) en energiebesparend vermogen, ...)

### Functioneel en belevingsgericht

- groen als kader voor beleving en ervaring (ontspanning, stimuleert sociaal contact, ...)
- Elementen toevoegen die aanleiding geven tot gesprek: bijvoorbeeld voederplan, vogelbadje, boerderijdieren, [moestuin](#) ...
- 4-seizoensbeleving: kruiden, fauna-vriendelijke inrichting (vogelzang, insecten, ...), herfstverkleuring, geur (aromatische bloemen), windgong, proeven (fruit), ruimte voor ontmoeting,
  - ruimte voor herinnering, herdenking, bezinning, [zintuigen](#)

### Veiligheid en toegankelijkheid

- veiligheid, aangepast aan doelgroep: geen giftige planten
- overzichtelijkheid (dementie: verwarring, angsten, vluchtgedrag ...)
- aangepaste paden: effen bestrating, voldoende breed, geschikt voor rolstoelpatiënten, rollator, ...
- verhoogde plantbakken, begeleidende handrails, ...
- zo weinig mogelijk obstakels
- beschutting tegen weersomstandigheden: felle middagzon, regen en wind, ...
  - geluidsabsorptie: fysische processen maken dat vegetatie geluid dempt wat goed is voor de nachtrust van de bewoners

## 2. Instrumentarium

Bijlage 1: voorblad duurzaamheidsscan



### Scan voor duurzaamheidsmeting zorginstellingen

Ecolife vzw, December 2018

#### Inhoud:

<b>PROFIEL- BESCHRIJVING</b>	Algemeen
	Infrastructuur
	Algemene werking

<b>THEMA 1 BELEID</b>	1.1 Visie
	1.2 Ambitie
	1.3 Beleidsverklaring
	1.4 Actieplan
	1.5 Rapportering
	1.6 Milieucoördinator
	1.7 Monitoring
	1.8 Milieujaarverslag
	1.9 CO <sub>2</sub> reductieplan
	1.10 Openbare aanbesteding
	1.11 Communicatiekanalen
	1.12 Interne communicatie
	1.13 Externe communicatie
	1.14 Inspraak

<b>THEMA 2 ENERGIE</b>	2.1 Beleid
	2.2 Beheer
	2.3 Sensibilisatie
	2.4 Leverancier
	2.5 Groene stroom
	2.6 Isolatie
	2.7 Verwarming
	2.8 Warm water
	2.9 Koeling
	2.10 Binnenverlichting
	2.11 Buitenverlichting
	2.12 Elektrische apparatuur
	2.13 Energielabel
	2.14 Kookstysteem

<b>THEMA 3 VOEDING (zelf-caterend)</b>	3.1 Bereidingsproces
	3.2 Vleesconsumptie
	3.3 Biologisch
	3.4 Lokaal
	3.5 Seizoensgebonden
	3.6 Vers
	3.7 Eerlijke handel
	3.8 Weinig bewerkt
	3.9 Kooktechnieken
	3.10 Impactmeting

<b>THEMA 3 VOEDING (niet zelfcaterend)</b>	3.1 Selectiecriteria
	3.2 Type contract

<b>THEMA 4 AFVAL</b>	4.1 Beleid
	4.2 Sorteren
	4.3 Wegwerpartikelen
	4.4 Verpakkingsafval
	4.5 Papierafval
	4.6 Barrières
	4.7 Voedingsafval
	4.8 Milieu-impact

<b>THEMA 5 MOBILITEIT</b>	5.1 Woon-werkverkeer
	5.2 Bevorderen duurzaam woon-werkverkeer
	5.3 Dienstverplaatsingen
	5.4 Bezoekers
	5.5 Bereikbaarheid
	5.6 Communicatie
	5.7 Milieu impact

<b>THEMA 6 WATER</b>	6.1 Beleid
	6.2 Sensibilisatie
	6.3 Onderhoudsschema
	6.4 Waterbesparende technieken
	6.5 Regenwater
	6.6 Drinkwater
	6.7 Afvalwater
	6.8 Waterzuivering



Bijlage 2: poster Malpertuus

### LEZING

### LUCHTFOTO



### NOBEL



### MALPERTUUS



### TERREIN BEZOEK TUIN

Veel DROMEN, ideeën en enthousiasme  
Realiteitszin: tuin is geen kernactiviteit, niet iedereen is vertrouwd met het begrip biodiversiteit:  
Inrichting als hulpmiddel, niet als extra karwei  
Tuinvisie ontwikkelen (duurzaam) + tuinplan, aangepast aan specifieke problematiek  
Voordelen van groen:  
Gezondheid  
Klimaat  
Biodiversiteit  
Nood aan aangepaste infrastructuur:  
(veilig leren) fietsen  
Uitdagende, aantrekkelijke buitenruimte



### DOELSTELLING

Onderhoudsvriendelijke, klimaat robuuste natuurtuin:  
Infiltratie regenwater, plant van hier, takkanwal (nestgelegenheid), faunaforens  
Natuurlijk evenwicht: onderhoudsvriendelijk  
Plant van hier  
Ruimte voor fauna (voedsel, veiligheid, voortplanting)  
Belevingstuin voor jongeren, adolescenten en begeleiders:  
Zintuiglijke beleving, aanwezige soorten, wild van natuur  
Natuurlijke bouwmaterialen  
Natuurexploratie (fauna en flora, contact met de aarde)  
Spelen en op adem komen  
Plukken en eten  
Natuur en gezondheid:  
Voordelen fysieke en mentale welzijn: je ademt beter, betere bloedsomloop, minder kans op blessures, je slaapt beter, ...  
Persoonlijke ontwikkeling: sociale vaardigheden, motorisch vermogen  
Verlichting stressgevoel en verbetering denkvermogen en creativiteit



### STAPPENPLAN

Workshop Malpertuus en ontmoetingsmoment Nobel  
Dromen en ideeën om te komen tot gedragen ontwerp  
Terugkoppeling en aanpassingen  
Communiceren en extra middelen zoeken:  
Peter- of meterschap, subsidies  
Uitvoeren



### WORKSHOP MALPERTUUS

Organiseren van speelmoment in de tuin  
Hoe ziet jouw droomtuin er uit?  
Observeren; hoe gebruiken ze de ruimte, waar spelen ze graag mee, ...  
Kinderen evalueren aan de hand van foto's:  
Kinderen kunnen stemmen door groene bolletjes te kleven op flap met diverse speelvormen:  
kampen bouwen  
klimmen  
koken  
schatten zoeken  
natuurexploratie  
...



Met deze ingrediënten kan Natuurpunt CVN verder aan de slag

### ONTMOETINGSMOMENT NOBEL

Tijdens een filmavond, vooraf of nadien, een (korte) brainstorm

- Dialoog 'tuinwensen'
- Hoe wordt de tuin gebruikt?
- Hoe willen jullie de tuin gebruiken?



### ZIN OM MEE TE WERKEN:

### ZIN OM MEE TE WERKEN:



## GEZONDE BUITENRUIMTE OP HET RITME VAN DE NATUUR



Waterspel en -infiltratie



Nectarkroeg : bloemen

Natuurlijk beheer



Ontspannen



Moodboard



Moodboard



Bewegen

Ontdekken

Leren (fietsen)

Spelen



Voederplek, schuilplek, bessen



Groene vergaderplek





## Blijе vogels

### Wil je van je tuin een vogelparadijs maken?

Zorg dat ze het hele jaar voedsel vinden, dat er voldoende schuilplekjes zijn en dat ze een nest kunnen bouwen. De combinatie van een nestplaats, de aanwezigheid van voedsel en het veilig kunnen schuilen, maakt dat vogels graag in je buurt zijn.





## **Daar komt de winter: vergeet de vogels niet**

Zelfs in de kleinste tuin kan je de perfecte gastheer of gastvrouw worden.

### **Checklist vogelvriendelijke tuin**

Tuinvogels zoeken je tuin op voor voedsel, veiligheid en een plek om te broeden. Ook in een kleine tuin kan je vogels verwelkomen. Bekijk onze checklist en ontdek de werkpunten van jouw tuin.

- Is er natuurlijk voedsel (insecten en fruit) aanwezig in je tuin?
- Vul je de voedertafel met een seizoensgebonden vogelvoeraanbod?
- Bied jij je tuingasten proper drinkwater aan?
- Zijn er struiken, bomen en hagen die als schuilplaats kunnen dienen?
- Ligt er materiaal in je tuin waarmee vogels nesten kunnen bouwen?
- Bied je een goede nestkast aan? En hangt ze op een goede plek?

### **Vijf tips om vogels in je tuin aan te trekken**

1. Laat dood hout en bladafval liggen. Dit komt vogels goed van pas om hun nesten mee te bouwen. Ook stukjes wol, katten- en hondenhaar worden wel eens verwerkt in vogelnesten.

2. Plant struiken, bomen en hagen. Vogels gebruiken ze als schuilplaats en bouwen er hun nest in. Sommige struiken dragen bessen, een lekkernij voor vogels. Planten zijn een bron van leven. Ze trekken insecten aan die op het menu van tuinvogels staan.

3. Zorg voor drinkwater. Bij vorst komen vogels vaak water tekort. Een ondiepe schaal water volstaat meestal als drinkplaats. Voeg wat suiker toe zodat het water niet bevriest. In de zomer kan je een grotere schaal zetten, zodat mussen of merels kunnen baden.

4. Hang nestkasten. Nestkasten vind je in alle kleuren en maten. Kies of maak een nestkast op maat van de vogels in je tuin. Hang ze op een goede plek. Na de winter verwijder je oud nestmateriaal en maak je de nestkast proper met heet water en een borstel.

5. Maak geleidelijke overgangen van gazon naar planten, struiken en bomen. Door de natuur zo goed mogelijk na te bootsen creëer je meer kansen om vogels naar je tuin te lokken.





# Help de wilde bijen en bouw mee

**Wist je dat er naast honingbijen meer dan 350 wilde bijensoorten in Vlaanderen zijn?**

Zij zijn nodig om gewassen te bestuiven. Door het gebruik van pesticiden en ziektes en door het verdwijnen van natuur, gaat het niet goed met de wilde bijen. Een bijenhotel en nectarplanten bieden een hulp. Bouw je mee?



## **Bijenhotel en natuur in je tuin en het park**

Natuur toelaten op zeer kleine (micro) schaal verzacht het harde karakter van steen en bebouwing. Een groene stapsteen, een vogel die fluit, een vlinder die rond je hoofd fladdert, het zijn kleine dingen die je dag net iets meer kleur geven.

Klimaatverandering heeft een grote invloed op soorten en populaties van planten en dieren. Het inschatten van hoe de gevolgen van klimaatwijziging zich in de nabije toekomst verder zullen ontwikkelen, is een moeilijke opgave. Met de aanwezige milieudruk, zoals versnippering en vermesting, staan we voor grote uitdagingen wanneer we het verlies aan natuurwaarden willen milderen.

Bijen en hommels zijn belangrijke bestuivers. Door het veelvuldig gebruik van bestrijdingsmiddelen, het verdwijnen van bloemen en het voorkomen van ziektes, hebben ze het moeilijk. Onderzoek toont aan dat klimaatverandering daarbovenop nog een extra bedreiging vormt.

Voor heel wat soorten schuift hun verspreidingsgebied langzaam maar zeker op in noordelijke richting. Daar is het koeler, en kunnen ze opnieuw geschikt leefgebied vinden. Deze soorten noemen we ook wel 'klimaatvluchtelingen'. Verschillende hommelssoorten blijken echter niet uit te wijken naar het noorden, maar verliezen tegelijkertijd wel delen van hun zuidelijke verspreidingsgebied door extreme hitte, droogte,... Ze slagen er niet in om gebieden die voorheen te koud waren, te koloniseren nu ze geschikter worden. Hun leefgebied wordt zo steeds kleiner, wat de achteruitgang van deze soortgroep in de hand werkt.



# Wild van dieren

## Maak een doorgang door je tuin

Veel dieren kunnen niet vliegen of klimmen en verplaatsen zich enkel over de grond. Ommuurde tuinen zijn dan ook zo goed als onbereikbaar. Maak een doorgang voor egels, kikkers of padden of kies voor een levende omheining. Bij een bestaande omheining maak je een opening of graaf je zonder veel moeite een egeltunnel van 20x20x20 cm. Zorg voor rommelige hoekjes in de tuin, zo kunnen kleine dieren hun winterslaap houden.





## Groene netwerken en tuinen met ruimte voor kleine dieren

De natuur in Vlaanderen behoort tot de meest versnipperde van heel Europa. Behoud van natuur is nochtans één van de belangrijkste wapens in de strijd tegen de opwarming van de aarde. Ze beschermt de mens tegen de negatieve effecten van klimaatverandering. Natuur is een spons. Ecologisch ingerichte valleigebieden kunnen overstromingen vermijden door veel water op te vangen in tijden van extreme neerslag of storm, en weer af te staan in periodes van grote droogte.

Groenblauwe netwerken maken onze ruimte duurzaam, veerkrachtig en klimaatbestendig. Ze hebben een verzachtende werking op de effecten van klimaatverandering. Door het verbinden van verschillende groene ruimtes in de stad en in de open ruimte kan een functioneel, samenhangend geheel ontstaan als antwoord op diverse maatschappelijke uitdagingen. Groenblauwe netwerken zijn multifunctioneel. Ze beschermen ons niet alleen tegen watersnood, maar vormen ook een rustplaats voor veel dieren. En daarbovenop is het er nog eens aangenaam fietsen of wandelen.

Verbindingen van geschikte typen en diversiteit van extensief groen kunnen bijdragen bij het voorkomen van biodiversiteitsverlies. Meer aaneengesloten groene ruimte en een goede inrichting en beheer zijn van groot belang.

Er wordt steeds meer onderzoek gedaan naar de rol van private tuinen in het hitte-eiland effect in steden. Tuinen spelen een strategische rol in het ondersteunen van de leefkwaliteit. Ze kunnen bijdragen aan de levering van ecosysteemdiensten aan zijn gebruikers en de maatschappij.

Meer groen zorgt bijvoorbeeld voor:

- buffering van water
- opvangen van fijn stof
- verkoeling tijdens hete zomerse dagen
- groene plekken om op adem te komen en te ontspannen (stressreductie)
- voedsel voor mens en dier

Wanneer we 'natuurlijke bestrijders' aantrekken, werken ze met ons samen aan betere natuur. Vogels en egels jagen op schadeverwekkers zoals emelten, engerlingen, slakken en aardrupsen.

Lieveheersbeestjes zijn op hun beurt gek op bladluizen.





# Fleur de boel op

**Plant of zaai zoveel bloemen als je kan.**

Bloemen in de perken onderweg, in bakken en potten. Vroege bolgewassen zorgen voor nectar wanneer de eerste insecten ontwaken. Voor de bijen zijn bloemen levensnoodzakelijk wanneer ze uit hun winterslaap komen.

Kies zoveel mogelijk soorten die in het wild voorkomen. Neem bij voorkeur geen gecultiveerde variëteiten want die missen vaak belangrijke stuifmeeldraden en nectar die net de voedselbron vormen voor tal van insecten. In de zomer komen kleurrijke vlinders je tuin dan opvrolijken.

## Positieve effecten van natuur op ons welzijn

Meer en betere natuur is niet alleen goed voor de (bedreigde) fauna en flora, maar ook voor onze gezondheid. Zeker in het volgebouwde Vlaanderen dat kreunt onder tal van milieuproblemen zoals fijnstof. Alleen met technische oplossingen maken we de wereld niet gezonder. Meer groen is vaak ook een belangrijk deel van de oplossing tot een meer gezonde levensstijl én leefomgeving.

Meer natuur in je buurt verlaagt tal van ziekteklachten en verhoogt het welzijnsgevoel. Een Nederlandse studie berekende dat 10% meer groen in je buurt tot een zorgkostendaling van 400 miljoen euro per jaar leidt. De natuur werkt zowel preventief als curatief, maar daar wordt binnen het gezondheidsbeleid nog maar weinig op ingespeeld.

## Zoveel mogelijk vierkante meter grond klimaatruust maken

België bestaat uit bijna 10% privétuinen. Een oppervlakte die niet te onderschatten is. Wat kan je zelf doen?

- als je gras omvormt en extensief beheert, krijg je een **bloemrijk grasland**. Een bloemrijk grasland bevat naast grassen ook veel meerjarige bloemen. Het grasland wordt jaarlijks één tot twee keer gemaaid. Je hebt minder groenafval en meer bloemen. Wanneer bewoners het niet netjes vinden, kan je langs de paden een strook maaien, zodat het totaalbeeld er toch verzorgd uitziet.
- **gefaseerd maaien**: bij gefaseerd maaien laat je steeds een deel van de vegetatie staan en maai je een deel af. Je kan kleinschalig allerlei patronen uitmaaien, leuk om naar te kijken. Door een deel te laten staan, blijft er nectar en stuifmeel beschikbaar voor bijen en vlinders. De variatie geeft meer biodiversiteit.
- **bloembollen** zorgen voor voorjaarsbloei. Het is eenvoudig, goedkoop en makkelijk. Kies liefst biologische verwilderingsbloembollen. Deze lente- of herfst-bloeiende soorten kan je gewoon in de grond laten zitten. Ze komen elk jaar terug en vermeerderen zelf.
- **bloembakken** voor op kleine oppervlaktes en terrassen. Let wel: die moet je regelmatig water geven. Kies zoveel mogelijk planten die van droogte houden. Je bloembak kan je vullen met een mengsel van rivierzand en potgrond (50%). Af en toe water geven blijft noodzakelijk, maar hoeft niet zo frequent.





## Opgelet voor de letterzetter

**De letterzetter, een soort boomkever is aan een opmars bezig in onze regio.**

Deze kever tast vooral verzwakte sparren en coniferen aan. De bomen sterven af vanaf het moment dat de larven de bast van de bomen hebben gerond. Zodra de larven uitkomen, kunnen ze andere bomen aantasten. Om de opmars van de letterzetter te beheersen, is het daarom belangrijk dat aangetaste bomen zo snel mogelijk worden verwijderd.

Elk stukje bos is belangrijk voor natuur, landschap, klimaat en de mensen zelf. Het Regionaal Landschap Dijleland zal een bomenplan opmaken en het heraanplanten van het bos dat dit najaar gekapt wordt, begeleiden.



## **Fijnspar in zijn hemd gezet**

Van nature komt de fijnspar voor in de middelgebergtes van Noord- en Centraal-Europa. In ons land, en dan vooral in Wallonië, zijn fijnsparren massaal aangeplant. Links en rechts sieren ze ook de tuinen van particulieren.

Voor de fijnspar zien de overlevingskansen er in ons land niet goed uit. De boom houdt niet van warmte en droogte. Bovendien kan hij, indien verzwakt, snel ten ondergaan aan ziektes en plagen. Dat was bijvoorbeeld het geval in 2018. De lange zomerdroogte zorgde ervoor dat fijnsparren minder weerstand hadden, waarna schorskevers zich massaal te goed deden aan de bomen. De letterzetter is zo'n schorskever die leeft onder de schors van de fijnspar. De boom wordt aangetast, naalden en takken verkleuren bruin. Tegen eind 2018 bleken vele honderden bomen in ons land te zijn afgestorven.

Bron: Wim Veraghtert (Natuurpunt Studie)  
[www.cvn.natuurpunt.be](http://www.cvn.natuurpunt.be)

## **Herinrichting bufferzone bos**

Het Regionaal Landschap Dijleland zal verdere stappen zetten voor het opmaken van een bomenplan.

Ze bekijkt hierin samen met diverse partners hoe ze na de heraanplant ook meerwaarden qua beleving kan creëren.





# Energie

## Op naar een klimaatneutraal woonzorgcentrum.

Met het klimaatakkoord van Parijs (2015) hebben alle Europese landen zich geëngageerd om hun CO<sub>2</sub>-uitstoot te verminderen, met 30% tot zelfs 40% tegen 2030. Ook woonzorgcentra kunnen een duit in het zakje doen door te kiezen voor duurzame energie, slim en zuinig energieverbruik én goede voorbeelden uit te wisselen.



## **Deze initiatieven kan elk woonzorgcentrum zelf in de steigers zetten:**

- Breng de grote energievreters in beeld door slimme monitoring. Meten is weten!
- Pak de verlichting aan door daglicht optimaal te benutten, lichte kleuren verf voor de muren te gebruiken, een relighting met LED lampen of slimme systemen zoals bewegingsdetectie of timers.
- Kies 100% groene stroom van leveranciers die voluit voor hernieuwbare energie gaan.
- Integreer duurzame criteria in renovatie- en nieuwbouwprojecten.
- Betrek personeel en bewoners bij slim energieverbruik.

## **Slim energie verbruiken**

Een energiezuinig woonzorgcentrum met lage exploitatiekosten en een comfortabele leefomgeving verblijven is een gezond streefdoel. Om dit te bereiken biedt de Trias Energetica een handige leidraad:

- Beperk de energievraag: wees zuinig met energie
- Gebruik energie uit hernieuwbare bronnen
- Is gebruik van eindige (fossiele) energiebronnen onvermijdelijk? Gebruik deze zeer efficiënt en compenseer de CO<sub>2</sub>-uitstoot.

Ook personeel en (serviceflat)bewoners kunnen een steentje bijdragen. Enkele tips:

- Zet je ijskast op de (richt)temperatuur van 5°C en sluit de deur goed.
- Zet de verwarming een graadje lager en trek lekker een wintertrui aan.
- Sluit de gordijnen 's avonds.
- Leg een dekentje over je benen als je TV kijkt.
- Doe het licht uit als je de kamer verlaat.
- Hang de was te drogen aan de wasdraad buiten.
- Sluit de deuren in de winter.
- Zet computer uit als je hem niet gebruikt.
- Haal de lader uit het stopcontact als je computer of gsm zijn opgeladen.



# Mobiliteit

## Iedereen op de fiets.

Meer medewerkers op de fiets naar het werk. Bewoners genieten van het buitenzijn met duo-fietsen en rolstoelfietsen.

Maak het met je woonzorgcentrum makkelijk voor je personeel en bewoners om te kiezen voor gezonde verplaatsingen. Een greep uit de mogelijkheden:

- Organiseer een try-out met elektrische fietsen, speed pedelecs en bakfietsen.
- Zorg voor een aanbod aan duo-fietsen en rolstoelfietsen
- Voorzie een overdekte en veilige fietsenstalling.
- Kies voor een optimale fietsvergoeding.
- Onderzoek de mogelijkheden van carpoolen
- Overleg met De Lijn voor een goede busverbinding tot aan het woonzorgcentrum.
- Laat een mobi-plan opmaken met steun van experts.



## Beweeg mee!

Speed pedelecs, elektrische fietsen, bakfietsen, steps, auto-delen, met de plooi-fiets op de trein, ... de mogelijkheden om zonder auto op je bestemming te geraken, nemen alsmaar toe. Zo ook de groep mensen die zich op deze manier van en naar hun werk verplaatsen.

Fietsen heeft een positieve invloed op de gezondheid en het welbevinden. Studies bevestigen dat fietsende werknemers minder snel ziek zijn. Bovendien is het ook financieel voordeliger.

Wat bespaart het woonzorgcentrum? Of jijzelf?

Reken je winst uit via deze handige fietscalculator:

<https://www.fietsenwerk.be/nl/fietscalculator-70.htm>

Als 200 personeelsleden 2 x per week met de fiets komen en gemiddeld een afstand van 15 km afleggen van thuis naar de werkplek, wordt 130.000 kg CO<sub>2</sub> bespaard en 63.000 euro op brandstofkosten.

Tips voor het personeel:

- Zoek uit hoe je zonder wagen op je werk geraakt.
- Test het alternatief voor de auto een keertje uit.
- Doe mee met een try-out en maak er samen met de collega's iets leuks van.
- Beloon jezelf en elkaar.
- Schaf goed materiaal aan: een regenjas en -broek, een fietstas.. Overtrekschoenen besparen je natte voeten.





# Voeding

## Duurzame voeding op maat.

Gezonde en duurzame voeding staat hoog op de agenda van woonzorgcentra. De keukenploeg kiest voor aangepaste porties, en gevarieerde menu's. Het centrum zorgt voor een gezellige inkleding van de eetruimte waar de bewoners eten. Als WZC kan je de maaltijden verder verduurzamen door vegetarische en verrassende gerechten die gezond zijn voor de bewoners én goed voor het milieu. Een win-win situatie voor iedereen. Ook de keuze voor duurzame vis, fruit en groenten van het seizoen en waar mogelijk van lokale oorsprong passen in dit plaatje.



## **Streekgebonden, van? het seizoen en heerlijk vers!**

Gezonde voeding met een beperkte impact op het milieu aan een betaalbare prijs, dat is een boeiende uitdaging.. Maaltijden samenstellen met seizoensgroenten, streekproducten en waar mogelijk biologisch geteeld, aangevuld met fairtrade producten uit het zuiden en af en toe duurzame vis en vlees van bij ons ... het is lekker en haalbaar. Steeds meer bekende koks gebruiken dit soort producten. De variaties zijn immers eindeloos.

Tips voor duurzame producten en gerechten:

- Kies voor een gezond tussendoortje: sappige appels en peren in de zomer en de herfst, een stevige fairtrade banaan, een bio-sinaasappel tijdens de kerstperiode...
- Drink heerlijk kraantjeswater, gezond én altijd beschikbaar en bovendien quasi gratis..
- Kies voor fairtrade versnaperingen, zo steun je boerenfamilies die het broodnodig hebben.
- Laat je inspireren door vegetarische recepten voor maaltijden en broodbeleg en help zo de opwarming van het klimaat te verminderen.
- Kies bioproducten zodat duurzame landbouw kansen krijgt om te groeien.
- Zoek in je eigen streek producenten van: melk, aardappelen, groenten, vlees, honing, fruit enz. Bv. via hoeveverkoop en verkoop van streekproducten.

### 3. Colofon en contact

#### Natuurpunt CVN

Bij [Natuurpunt CVN](https://www.natuurpunt.be/cvn) kan je terecht voor vorming en opleidingen over natuur, klimaat en milieu, duurzame ontwikkeling en stilte over heel Vlaanderen. Met onze werking vergroten we het draagvlak voor natuur en milieu in Vlaanderen en Brussel. Samen met de vrijwillige inzet van geëngageerde burgers gaan we voor een duurzame en sociale samenleving.

Coxiestraat 11  
2800 Mechelen  
015 29 72 20

<https://www.natuurpunt.be/cvn>  
[contact](#)

**Interesse in een begeleiding op maat, vergroening en in de projectwerking van Natuurpunt CVN? Neem contact op met Joke Flour: [joke.flour@natuurpunt.be](mailto:joke.flour@natuurpunt.be)**

#### Ecolife vzw

[Ecolife](#) is een kenniscentrum voor footprinting en ecologische gedragsverandering. Ecolife ondersteunt overheden, organisaties en bedrijven om hun ecologische doelstellingen te realiseren.

Valkerijgang 26  
3000 Leuven  
016 22 21 03

[www.ecolife.be](http://www.ecolife.be)  
[info@ecolife.be](mailto:info@ecolife.be)

**Interesse in een begeleiding op maat bij het implementeren van duurzame maatregelen? Neem contact op met Bruno Verbeeck: [bruno.verbeeck@ecolife.be](mailto:bruno.verbeeck@ecolife.be)**