

Starterskit voor je vakgroep

Een handreiking van De Klimaat Dokter

Wat kunnen wij als vakgroep doen met duurzaamheid?

Als je hier terecht bent gekomen zit je waarschijnlijk met deze vraag. Het antwoord is minder eenduidig is dan je misschien zou verwachten. Het verschilt namelijk per vakgroep en per organisatie wat er al gedaan is, waar de kansen liggen, wat het laaghangend fruit is en waar eerst nog draagvlak voor gecreëerd moet worden voordat het kans van slagen heeft.

Het is wel een hele leuke vraag om te beantwoorden. Want met een beetje kennis en een flinke dosis gezond verstand, kun je deze zelf beantwoorden als vakgroep. Je moet hiervoor alleen je groene bril opzetten. En als je het eenmaal doorhebt, dan ga je steeds meer zien. Oefening baart kunst, zullen we maar zeggen.

Hier voor je ligt een handreiking: Hoe gebruik je een artsenoverleg om samen deze vraag te beantwoorden? Er staan verschillende werkvormen in beschreven. Laat 1 of 2 collega's het voortouw nemen en deze bijeenkomst voorbereiden en ga samen aan de slag. Het advies is om 1,5 uur in te ruimen voor dit overleg, maar in een uur tijd kun je ook al met een korte versie aan de slag.

Aan het eind van deze bijeenkomst:

- Kent de vakgroep de basis van de relatie tussen klimaat, gezondheid en de zorgsector.
- Heb je een startpunt voor de vakgroep om hiermee op de werkvloer mee aan de slag te gaan.
- Zijn de collega's geïnspireerd om dit onderwerp gezamenlijk op te pakken.

Een goed begin is het halve werk

Interactie aan het begin van de bijeenkomst, vergroot de interactie over de gehele bijeenkomst. Een mooie manier om mee af te trappen dus. Hieronder 2 verschillende manieren om te beginnen. Afhankelijk van de tijd die beschikbaar is kun je 1 kiezen, of beide doen.

Quiz

Een quiz via bijvoorbeeld kahoot brengt de energie er altijd wel lekker in. Hieronder een aantal feitjes die je kunt gebruiken om een quiz op te stellen:

De ouderenzorg produceert jaarlijks 15 kton aan CO₂.

Bij care instellingen wordt ongeveer 1/3 van de uitstoot veroorzaakt door elektriciteitsgebruik.

Voeding is verantwoordelijk voor 15-20% van de uitstoot. De grootste veroorzaker van uitstoot binnen voeding is zuivel (51%), vlees staat op 2 (12%).

Huisvesting (bouw, renovatie, onderhoud etc) geeft 10-15% van de uitstoot.

Woon-werk verkeer is verantwoordelijk voor 10-15%.

Bron: Eindrapportage klimaatimpact care – Stimular - 2019

Incontinentie materiaal geeft jaarlijks 85 miljoen kilo aan afval. Dit omvat 28% van het afval uit de zorg en 49% van het afval van de ouderenzorg. Naast de ouderenzorg dragen ook de GGZ en de gehandicaptenzorg bij aan deze afvalberg.

(Bron: Gupta strategist – De inhaalrace naar duurzame zorg. <https://gupta-strategists.nl/studies/de-inhaalrace-naar-duurzame-zorg>)

In Nederland wordt naar schatting jaarlijks voor 100 miljoen euro aan ongebruikte geneesmiddelen vernietigd. Dit omvat alleen de medicatie die ingeleverd is bij de apotheker en ligt in werkelijkheid waarschijnlijk veel hoger doordat 50-70% van de medicatie door mensen thuis wordt weggegooid. 190 ton medicijnresten komen jaarlijks na gebruik en na zuivering in ons oppervlaktewater terecht. (exclusief 30 ton aan contrastvloeistof)

Bron: Verspil geen pil gids - [Inspiratiegids Verspil geen Pil april-2022.pdf \(partnersforinnovation.com\)](#)

De zorg levert 7% van de Nederlandse CO2 uitstoot. Dit is vergelijkbaar met de luchtvaart. (bron: <https://www.rivm.nl/duurzamezorg/onderzoek/milieuvoetafdrukrapportage>)

De club van Rome bracht in 1972 hun rapport: Grenzen aan de groei uit. Het IPCC staat voor: The Intergovernmental Panel on Climate Change. In 1990 kwam het eerste IPCC rapport uit. In 2015 kwam de eerste editie van: The Lancet Planetary Health.

Rondvraag

Ga de groep rond en laat iedereen in maximaal 1 minuut een vraag over duurzaamheid en zichzelf beantwoorden. Bijvoorbeeld:

- Wat is jouw klimaatpagaat? (= waarvan je weet dat het heel onduurzaam is, het wel doet, maar het wringt wel een beetje. Denk bijvoorbeeld aan vliegschaamte)
- Waarom vind jij duurzaamheid in de kern belangrijk, waarop raakt dit onderwerp jou?

De hoofdmoot

Presentatie

In een presentatie vertel je jouw collega's iets over de achtergrond van het probleem. Op de site zijn sheets te downloaden die je kunt gebruiken hiervoor.

In de basis wil je de volgende 2 zaken behandelen:

De klimaatcrisis schaadt de gezondheid. Hierbij 2 overzichtelijke bronnen hiervoor.

<https://www.rivm.nl/klimaat-en-gezondheid>

<https://www.ntvg.nl/artikelen/de-impact-van-klimaatverandering-op-gezondheid-nederland>

De zorg is een grote vervuiler.

<https://www.rivm.nl/documenten/factsheet-effect-van-zorgsector-op-milieu>

<https://gupta-strategists.nl/studies/de-inhaalrace-naar-duurzame-zorg>

Het mooiste is echter om ook te starten met waarom JIJ het belangrijk vindt. Wat maakt dat dit onderwerp jou aan het hart gaat. Denk bijvoorbeeld terug aan het moment of de periode dat voor jou het kwartje viel: de tijd van achteroverleunen is voorbij, we moeten nu echt aan de bak. Welk deel van het probleem raakt jou in de kern? Waarover maak jij je de meeste zorgen?

Om het toe te spitsen op de organisatie kun je vooraf nagaan wat er binnen de organisatie al gedaan wordt op het gebied van duurzaamheid. Is er een green team? Is er een duurzaamheidsbeleid? Werkt de organisatie met de milieuthermometer zorg? Iedere organisatie heeft een milieucoördinator, dit is een goed aanspreekpunt die hiervan op de hoogte is.

De basis en jouw “why” kun je uitbreiden met andere elementen. In de podcast aflevering: Alle begin is moeilijk? Vertel ik over meerdere elementen en visies die op weg kunnen helpen bij het starten met groener werken. Zoals de voetafdruk en handafdruk en het social tipping point. Luister de podcast aflevering en kijk welke elementen jou aanspreken en je nog wil toevoegen aan je presentatie.

Aan de slag

In dit onderdeel van de bijeenkomst ga je met je collega’s aan de slag om die vraag te beantwoorden: Wat gaan wij als vakgroep doen met duurzaamheid?

Er zijn meerdere manieren om dit interactief te doen. Hieronder 2 uitgewerkte ideeën. Voor de versie van een uur, kun je de 1^e opdracht gebruiken t/m de eerste nabespreking.

| |
|--|
| Interactieve opdracht 1: klein beginnen |
| Doel: het groene denken “aanzetten”, yes we can mentaliteit aanwakkeren, quick wins inventariseren, bij het vervolg tot concrete startplannen komen, het leuk maken. Product: 4-5 posters vol kleine ideeën. Bij de vervolgoopdracht concrete startplannen. |
| Brainstorm (15-20 minuten) |
| Hang 4-5 grote vellen in de ruimte. Schrijf op ieder vel een thema. Thema’s om uit te kiezen: Medicatie (terugdringen verspilling en onnodig gebruik). Voeding (terugdringen verspilling, vergroten percentage plantaardig) Groene en gezonde leef en werkomgeving Vervoer Afval Energiegebruik gebouwen Bewustwording Verdeel de vakgroep in kleine groepjes van 3-5 personen. Geef ieder groepje een eigen kleur post-its of stift. Laat de groepjes brainstormen over de vraag: Wat kunnen wij doen om te verduurzamen op dit thema? Laat de groepjes de ideeën op de betreffende poster schrijven, ofwel direct ofwel op een post it. Moedig aan om zoveel mogelijk ideeën te bedenken en in dit stadium nog niet teveel beren op de weg te zien. Het mag heel klein zijn. Je kunt ze “vrij” laten bewegen tussen de posters, houdt dan 10-15 minuten totaal aan. Of in rondes en een belletje/alarm af laten gaan als ze moeten wisselen van thema. Doe 3-4 rondes en gebruik 3-5 minuten per ronde/thema. |
| Nabespreken (5-7 min) |
| Vraag de deelnemers bij de poster van het thema te gaan staan waar ze het meest enthousiast van worden. Vraag bij iedere poster aan iemand om 2-3 ideeën van de poster te benoemen, die ze het beste vinden. Dit kan zijn omdat deze het leukst zijn, het meest haalbaar of juist origineel. |
| Eventueel vervolg (10 min) |
| De deelnemers staan nu bij het thema waar ze het meest enthousiast van worden. Op de poster staan hopelijk een heleboel ideeën voor verduurzaming. Laat de groep 1-2 ideeën van de poster kiezen om verder uit te werken aan de hand van deze vragen. Gebruik hiervoor 10 minuten: |

- Wie zijn er voor nodig om dit idee tot uitvoer te brengen? Hoe krijg je deze personen/partijen mee?
- Is het meetbaar te maken? Zo ja hoe en wat is de verwachte impact op de voetafdruk?
- Is het zichtbaar te maken en wat is het effect op de handafdruk?
- Wat is een goede eerste stap om deze verandering teweeg te brengen?

Nabespreken (10 min)

Laat iedere groep hun plan toelichten.

Sluit af met: hoe was het om dit te doen? Zit er iets tussen wat de groep aanspreekt om daadwerkelijk op te pakken?

Interactieve opdracht 2: plannen maken

Waar de eerste opdracht in het teken stond van klein beginnen, gaat deze opdracht gaat iets meer de diepte in. Zit de motivatie er al flink in, dan is dit een goede.

Doel: De bedoeling is oplossingen te gaan zien en waar die binnen de organisatie/keten zitten, een overzicht hebben van de betrokken partijen in de organisatie. Bij het vervolg een concreet idee wat de vakgroep en de individuele zorgverlener kan doen om bij te dragen

Product: Mindmap van stakeholders. Bij de vervolgoopdracht concrete startplannen.

Brainstorm stakeholders (10 min)

Verdeel de vakgroep in groepjes van ongeveer 4 personen. Laat de groepen een thema kiezen:

Medicatie (terugdringen verspilling en onnodig gebruik).

Voeding (terugdringen verspilling, vergroten percentage plantaardig)

Groene en gezonde leef en werkomgeving

Vervoer

Afval

Energiegebruik gebouwen

Bewustwording

Geef iedere groep een groot vel van een flapover en pennen/stiften. Start de brainstorm met de vraag: welke partijen binnen de organisatie zijn relevant voor dit thema. Brainstorm vervolgens ideeën wat deze partijen zouden kunnen doen om bij te dragen aan verduurzaming op dit thema. Focus bij dit onderdeel op de personen en partijen die buiten de vakgroep liggen.

Brainstorm vakgroep (10 min)

Vervolg de brainstorm met wat de vakgroep, of de individuele artsen zouden kunnen doen op dit thema. Zowel op de voetafdruk: wat kunnen jullie concreet zelf doen om vervuiling terug te dringen? Als op de handafdruk: hoe kan de vakgroep of de individuele arts invloed uitoefenen op de stakeholders uit de vorige stap om de bedachte verduurzamende stappen te zetten.

Nabespreken (5-10 min, afhankelijk van de grootte van de groep)

Laat per groep 1 persoon hun poster kort toelichten. Afhankelijk van de grootte van de groep kun je hier een tijdslijm aan geven van 1-2-3 minuten.

Vervolg (5 min)

Welke stappen zijn uit de brainstorm gekomen die direct te zetten zijn waar alleen de vakgroep of de individuele dokter voor nodig is.

Noteer deze op de flapover voor de groep.

Nabespreken (5 min)

Wat willen jullie met de zojuist opgestelde lijst van ideeën? Ieder voor zich bepalen wat er mee te doen of gezamenlijk afspraken over maken?

Zijn er los van de zojuist opgestelde lijst ideeën naar voren gekomen waar jullie als vakgroep mee aan de slag zouden willen?

Verder concretiseren/samenvatten (5 min)

Vat het eventueel samen op papier adhv de volgende vragen:

Wat wordt er al gedaan?

Waar liggen de kansen in grote lijnen?

Wat is het laaghangend fruit?

Waarvoor gaan we eerst aan de slag met het creëren van draagvlak?

Take home message

(10-15 minuten)

Wat nemen de vakgroep leden mee als inzicht uit deze bijeenkomst? Je kunt hiervoor de groep rondgaan en ieder kort een punt laten benoemen wat nog niet eerder benoemt is. Of de groep de ruimte geven hier even over na te denken en vragen of er enkelen hun inzicht willen delen.

Sta stil bij hoe je dit als vakgroep wil borgen. Hoe voorkom je dat het bij deze bijeenkomst blijft, maar zorg je ervoor dat het een blijvende reis naar duurzamer werken wordt? Spreek met elkaar af hoe je dit in een PDCA-cyclus gaat oppakken. Maak het concreet.

Plan je het onderwerp periodiek in op het artsenuverleg ter evaluatie?

Worden kleine of grote groene stappen gedeeld in een vast successenrondje?

Worden er kartrekkers aangewezen?

Is er al een concreet idee die aangewezen collega's nu gaan oppakken en hoe wordt de voortgang hiervan terug gekoppeld?

Help de aarde vergroenen

Alle materialen worden met liefde kosteloos beschikbaar gesteld. Het zou mij ontzettend mooi lijken als voor iedere collega die er gebruik van maakt een boom wordt geplant. Zo draagt deze handreiking dubbel bij aan een groenere, mooie en gezondere aarde. Doneert jouw vakgroep ook een boom per collega?

<https://treesforall.nl/plant-een-boom/>

Liever een ander goed doel om te vergroenen? Van deze word ik zelf ook wel enthousiast:

<https://justdigg.it.org/nl/doneer/>