

9. Inspiroi

- **Vihreät tiimit:** perusta vihreä tiimi johtamaan kestävän kehityksen aloitteita, jakamaan hyviä käytäntöjä ja kouluttamaan työntekijöitä kestäviin käytäntöihin.
- **Lisää tietoisuutta:** sijoita ympäristöaiheisia julisteita ja oppimateriaaleja ympäri yksikköä. Järjestä lukupisteitä valikoiduilla lukumateriaaleilla henkilöstölle ja potilaille.

10. Ole osa jotakin itseäsi suurempaa

- **Yhteisöprojektit:** osallistu kestävän kehityksen projekteihin ja yhdistä voimasi suuremman vaikutuksen saavuttamiseksi.
- **Verkostoituminen:** edistä kokemusten vaihtoa ja toteuta vihreitä ideoita, esimerkiksi Green Hospital Associations -verkoston kautta.
- **Vihreä sertifiointi:** tavoittele sertifikaatteja, kuten ISO 14001, osoittaaksesi sitoutumisesi kestävyys.
- **Vihreä kokeiluosasto:** testaa pieniä toimia, joilla sairaalan prosesseista voidaan tehdä kestävämpiä, kuten kierrätysmateriaalien käyttö kalusteissa, viherkasvien lisääminen, kasvis- ja lähiruoan tarjoaminen jne.

Ottamalla näitä käytäntöjä osaksi arkea teet tekoja terveemmän planeetan puolesta. Jokainen teko on merkittävä, ja yhdessä voimme luoda kestävämmän tulevaisuuden kaikille. Aloita tänään ja tee muutos! Yhdessä kohti kestävää huomista!

Euroopan unioni on tukenut tämän hankkeen rahoitusta. Tässä julkaisussa esitetyt näkemykset ja mielipiteet ovat kuitenkin vain kirjoittajan tai kirjoittajien omia, eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin tai Euroopan koulutuksen ja kulttuurin toimeenpanoviraston (EACEA) näkemyksiä. Euroopan unioni eikä EACEA ole vastuussa niistä.

Lue lisää täältä:



CHANGE



Co-funded by
the European Union

10 käytäntöä kohti vihreätä terveydenhuoltojärjestelmää

Kuinka ottaa askelia kohti kestäväää terveydenhuoltojärjestelmää?



CHANGE



Co-funded by
the European Union

10 askelta kohti

ympäristöystävällistä terveydenhuoltoa

Terveydenhuollossa kestävyys on enenevässä määrin tärkeää. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla on keskeinen rooli ilmastoystävällisten käytäntöjen edistämässä. Terveellisten elämäntapojen edistäminen auttaa vähentämään ylipainoa, liikalihavuutta sekä niihin liittyviä sairauksia, kuten diabetesta, verenpainetauti, sydän- ja verisuonitauteja ja joitakin syöpiä. Samalla se parantaa lihasvoimaa, hyvinvointia, elämänlaatua ja pitkäikäisyyttä sekä tuo merkittäviä kustannussäästöjä.

Tässä kymmenen käytäntöä, joilla vaikuttaa ilmasto- ja ympäristökuormitukseen päivittäisessä työssäsi:

1. Vähennä jätettä

- **Minimoi kertakäyttötuotteet:** korvaa kertakäyttömuovit uudelleenkäytettävillä tai kierrätettävillä vaihtoehdoilla.
- **Paperiton dokumentointi:** siirry digitaalisiin potilasasiakirjoihin ja viestintään. Käytä sähköisiä lomakkeita ja muistiinpanoja. Jos tulostaminen on tarpeen, tulosta kaksipuolisesti.
- **Tuupaus:** pienet ohjetarrat paperipyyheannostelijoissa, esimerkiksi vinkillä ”Ota vain 2”, voivat auttaa vähentämään paperihukkaa.

2. Kierrätä

- **Asianmukainen jätteiden lajittelu:** järjestä erilliset lajitteluastiat kierrätystä varten jätelajikkeille, kuten kompostoitavalle jätteelle ja tartuntavaarallisille jätteille. Varmista, että henkilöstö tuntee jätteiden lajittelun käytännöt.

3. Valitse ympäristöystävällisiä tuotteita

- **Käytetyt kalusteet:** valitse käytettyjä tai kunnostettuja kalusteita ja laitteita.
- **Sertifioidut tuotteet:** valitse ympäristöystävällisiä tuotteita, joilla on sertifikaatteja, kuten EU-ympäristömerkki (EU Ecolabel), ja toimittajia, jotka asettavat kestävyden etusijalle.

4. Säästä energiaa

- **Tehokas valaistus:** sammuta valot tyhjissä tiloissa ja hyödynnä luonnonvaloa tai liiketunnistimia.
- **Tuupaus:** käytä ohjetarroja, joissa on vinkkejä, kuten ”Polta kaloreita, älä sähköä – käytä portaita!”
- **Optimoi lämmitys ja jäähdytys:** säädä termostaatteja, jotta vältät liiallisen lämmityksen tai jäähdytyksen. Huolla lämmitys-, ilmanvaihto- ja ilmastointijärjestelmät säännöllisesti.

5. Säästä vettä

- **Sulje hana:** älä jätä vettä juoksemaan ja korjauta vuotavat hanat heti.
- **Älykäs siivous:** käytä vettä säästäviä laitteita ja soveltuvin osin kuivapesumenetelmiä. Kiinnitä huomiota veden käyttöön siivousrutiineissa.
- **Käyttövesi:** puhdistettua jäte-/harmaavettä voidaan käyttää pesukoneissa sekä WC:n huuhteluun tai kasteluun.

6. Liiku vähäpäästöisesti ja kierrätä

- **Vihreä liikkuminen:** edistä joukkoliikenteen käyttöä sekä kulje lyhyitä työmatkoja pyörällä tai kävellen. Yhteiskäytössä voi olla pyöräpumpputa, pyörätelineitä ja turvallisia pysäköintipaikkoja.
- **Yhdistä käynnit:** liitä tutkimus- ja vastaanottoajat yhteen, jotta potilaiden matkat vastaanotolle vähenevät.
- **Kompostointi:** ota käyttöön kompostointi orgaaniselle jätteelle, kuten ruoantähteille. Käytä kompostia yksikön puutarhoissa tai lahjoita sitä yhteisöpuutarhoihin.
- **Anestesiakaasujen kierrätys:** kaasujen kierrätys voi vähentää tonneittain hiilidioksidipäästöjä.
- **Eksplantaattien kierrätys:** lääkinnällisten laitteiden kierrätys on keskeistä ekologiselle kestävyydelle.

7. Syö kasvispainotteisesti

- **Suosi paikallista ja luomua:** hanki paikallisesti tuotettua luomuruokaa henkilöstön ja potilaiden aterioilla.
- **Lihattomat ateriat:** tarjoa lihattomia aterioita kerran tai kaksi viikossa ja hyödynnä kasviproteiineja.

8. Henkilökohtainen vastuu

- **Näytä esimerkkiä:** inspiroi potilaita/asiakkaita ja kollegoita toimimalla itse kestävästi ja kannustamalla siihen. Yksinkertaiset tavat, kuten portaiden käyttäminen hissien sijaan voivat olla merkityksellisiä.
- **Jatkuva parantaminen:** arvioi ja kehitä vihreitä käytäntöjäsi säännöllisesti, jotta edistät jatkuvasti työpaikkasi kehittymistä kestävämmäksi.