

TIPS!

# Duurzame Praktijkinrichting

De inrichting van de huisartsenpraktijk biedt veel kansen voor verduurzaming. Bij het inrichten van een nieuwe praktijk kan bij de aanschaf van meubilair en apparatuur al direct voor een duurzame optie gekozen worden. Maar ook voor een bestaande inrichting bestaan er veel slimme mogelijkheden om te verduurzamen.



## Apparatuur

- Kies voor energiezuinige (tweedehands) apparatuur met een zo hoog mogelijk energielabel. Vervang bijvoorbeeld oude koelkasten voor een energiezuinig model. Voor aanschaf van bepaalde apparatuur bestaat een [EIA-regeling](#) >. Gemiddeld bespaar je per labelstap 10-20% elektriciteit. Let op! Energielabels zijn sinds maart 2021 veranderd in klasse A t/m G. Apparatuur met nu energielabel A was voorheen A+++.
- Vervang gloeilampen, halogeenlampen en tl-verlichting door ledlampen. De terugverdientijd is 1-7 jaar. [Lees ook onze eerdere tips hierover!](#) >
- Schaf één [centrale energiezuinige printer/kopieermachine](#) > aan die ook geschikt is voor gerecycled papier.
- Installeer een elektrische geiser in kamers waar veel warm water wordt verbruikt. Als warm tapwater uit een combiketel of boiler komt die ver weg is van het tappunt, verlies je veel warmte, vooral bij kleine afnames. Een warmwaterpunt per spreekkamer kan 10% energie besparen. De terugverdientijd is vijf jaar. [Meer informatie](#) >.
- Is er een duurzaam warmwatertoestel in de praktijk aanwezig dat het water verwarmd? Bijvoorbeeld een warmtenet, waterpomp of zonnecollectoren? Gebruik dan een (interne of externe) [hotfill](#) > voor de (vaat) wasmachine om het water te verwarmen. Een hotfill kan tot 80% van het elektriciteitsgebruik besparen.



## Medische apparatuur

- Lease of schaf zo veel mogelijk energiezuinige tweedehands of gereviseerde apparatuur aan. Er is een aparte markt voor tweedehands medische apparatuur. Bijvoorbeeld [Mediproma](#) > en [Grenke](#) > of te vinden via de internationale organisatie [IAMERS](#) >.
- Voorkom gebruik van batterijen door apparaten op het lichtnet aan te sluiten. Als dat niet mogelijk is maak dan gebruik van oplaadbare, recyclebare batterijen. Na 6 keer opladen heb je de meerprijs van de oplaadbare batterij + oplader al terugverdiend.

### Gebruik- tips

voor goed gebruik  
van batterijen en  
accu's.



### Tip:

Hoe duurzaam is jouw praktijk? Doe de [Quickscan](#) > en zet op een eenvoudige en snelle manier duurzame stappen in de huisartsenpraktijk.





## Meubilair/inrichting

- Schaf tweedehands meubels aan of knap oud meubilair op (bijvoorbeeld stofferen).
- Kies voor meubels die te repareren zijn en stoffering die te vervangen is.
- Schaf meubels aan vervaardigd met een hoog percentage restmateriaal, bijvoorbeeld sloophout of gemaakt van FSC hout. Meubels met een Cradle-2- Cradle keurmerk zijn gemaakt van grondstoffen die volledig hergebruikt kunnen worden. Shop circulaire of tweedehands kantoorinrichting (online) bij bijvoorbeeld: [Looops >](#) , [Desko >](#) of de [Woonzaken >](#). Hulp nodig? Deze interieurinrichters in de regio zijn gespecialiseerd in een duurzame inrichting: [OptimaVorm >](#) , [Studio Duurzaam Wonen >](#) , [Werkterrein >](#).
- Een groen kantoor is een gezond kantoor. Planten zorgen voor hogere luchtvochtigheid, dragen bij aan een positievere gemoedstoestand, leiden tot meer tevredenheid onder medewerkers over het eigen functioneren en tot minder ziekteverzuim. Planten zijn bovendien een goedkoop alternatief om luchtvochtigheid in werkruimten te verhogen of ruimten te verkoelen in de zomer. ([Bron WUR >](#)).

Goede luchtzuiverende planten voor op kantoor zijn de: sanseviera, graslelie, lepelplant, drakenplant, drakenbloedboom, chrysant, epipremnum aureum, stockpalm, klimop en de gerbera. ([Bron NASA >](#)).

### Tip:

Overzicht van alle kringloopwinkels in Noord-Holland



## Wist u dat?

De CO2 -uitstoot van de productie van een laptop of mobiele (smart) telefoon vele malen hoger is dan de uitstoot bij gebruik?



## Wist u dat?

Medewerkers de temperatuur in een kantoorruimte met planten minder snel als te warm of te koud ervaren?

## Wist u dat?

Ook posters van planten of andere natuurafbeeldingen bijdragen aan stressverlaging en meer tevredenheid bij patiënten en werknemers in de zorg? ([Bron RIVM >](#))



## Hardware

- Gebruik desktops, laptops en beeldschermen met het duurzame [Energy Star Keurmerk >](#).
- Gebruik laptops en smartphones zo lang mogelijk, repareer of koop zo veel mogelijk tweedehands of refurbished.
- Geef de voorkeur aan [server-based computing >](#). Software en data die op een centrale server (server-based computing) worden opgeslagen, besparen circa 16% energie.



## Op zoek naar meer inspiratie?

- Lees het [e-boek van de Groene Huisartsenpraktijk >](#) over een duurzame praktijkinrichting.
- Ervaringsverhaal van [Huisartsenpraktijk Hilversum Oost >](#) met circulair werken.
- Download het rapport van Wageningen Universiteit: [Planten voor een prima binnenklimaat >](#).