

The logo for Cosis, featuring the word "cosis" in a lowercase, sans-serif font. The letter "o" is stylized as a circle with a smaller circle inside it, resembling a target or a lens. The background of the entire page is a stylized illustration of a globe with green continents and blue oceans. Various people are shown interacting with the globe: one person is watering a plant, another is sweeping, one is on a ladder cleaning, and another is holding a bottle. There are also large green leaves and a sun in the top left corner.

cosis

hulp bij een verstandelijke  
of psychische beperking

Een duurzaam Cosis  
Samen bouwen we verder

# Inhoudsopgave

---

<b>Inhoudsopgave</b>	<b>2</b>
<b>Kwartaalrapportages 2023</b>	<b>4</b>
<b>VERSLAG OVER 2023</b>	
<b>Verslag over 2023</b>	<b>5</b>
Samen bouwen we verder	<b>6</b>
<b>1. Energie en CO2-reductie</b>	<b>12</b>
Energiezuinige en CO2-neutrale zorg	<b>13</b>
Dit zijn onze doelen voor 2025	<b>13</b>
Aan het woord	<b>15</b>
Onze acties in 2023	<b>16</b>
Vervoer en wagenpark	<b>19</b>
<b>2. Circulaire bedrijfsvoering</b>	<b>23</b>
Cosis wil grondstofgebruik verminderen	<b>24</b>
Dit zijn onze doelen voor 2025	<b>24</b>
Aan het woord	<b>25</b>
Onze acties in 2023	<b>25</b>
Inspirerend	<b>26</b>
Visie op duurzame voeding	<b>28</b>
Restjesdag op het menu bij de Panfluit	<b>29</b>
<b>3. Reductie medicijnresten</b>	<b>31</b>
De impact zo klein mogelijk maken	<b>32</b>
Dit zijn onze doelen voor 2025	<b>32</b>
Aan het woord	<b>33</b>
Onze acties in 2023	<b>33</b>

---

---

<b>4. Leefomgeving en Milieu</b>	<b>35</b>
Een gezonde, prettige leef- en werkomgeving	36
Dit zijn onze doelen voor 2025	36
Aan het woord	38
Duurzame inzetbaarheid	39
Visie op gezond, lekker en duurzaam eten en drinken	40
Schoonmaakproject	41
Inspirerend	42
Visie Ondersteuning Gezonde Leefstijl	43
Cosis Rookvrij	46
<b>5. Vergroten kennis en bewustwording</b>	<b>48</b>
Vergroten kennis en bewustwording	49
Onze acties in 2023	52
<b>Colofon en contact</b>	<b>55</b>

---

# Kwartaalrapportages 2023

---

MVO kwartaalrapportage Q3

pdf • 1,2 MB [Download](#)

---

MVO kwartaalrapportage Q4

pdf • 1,4 MB [Download](#)

---

Lees hieronder ons verslag over 2023.



# Verslag over 2023

## Een woord vooraf





## Samen bouwen we verder

### Een duurzame toekomst voor mens, milieu én maatschappij

Via dit jaarverslag houden we je op de hoogte van de MVO-prestaties van Cosis. In dit verslag lees je wat onze doelen én resultaten zijn op het gebied van maatschappelijk verantwoord ondernemen en duurzaamheid. Dit verslag krijgt elk jaar een update, zodat het een terugblik biedt op de meest recente ontwikkelingen.

” Het is onze plicht om zorgvuldig met onze wereld om te gaan.



### Duurzaam, gezond en circulair

‘Cosis staat midden in de samenleving. Daarom zien we het als onze plicht om zorgvuldig om te gaan met onze wereld: voor onszelf en toekomstige generaties. Met ruim achtduizend cliënten en vierduizend medewerkers kunnen wij daarin flinke impact maken. Die verantwoordelijkheid nemen wij graag en dragen we ook uit. Bijvoorbeeld door bewust onze activiteiten en de effecten daarvan vast te leggen. Om anderen uit te nodigen om ons feedback te geven zodat wij daarvan kunnen leren. Maar ook om anderen te inspireren om bij te dragen aan een duurzamere wereld.’

*Bert Hogeboom, voorzitter RvB van Cosis*

Dit is onze duurzame droom:

***‘Een gezonde toekomst voor milieu, mens en maatschappij’***

### Waarom wij dit doen

Ons klimaat verandert, grondstoffen en energie worden schaarser. Dit betekent dat wij zuinig moeten zijn op wat we hebben: op onze wereld én onszelf. De zorgsector kan hierin grote stappen zetten. Want, 7% van onze nationale CO<sup>2</sup>-voetafdruk én 13% van het grondstoffengebruik is toe te schrijven aan de zorg. Cosis neemt daarom het voortouw om te verduurzamen.

## MVO-Meerjarenplan

Om dit te verwezenlijken hebben we het MVO-Meerjarenplan 2021 – 2025 in het leven geroepen. Een plan waarmee wij **samen** aan de slag gaan. Met alle clusters, locaties en afdelingen; met medewerkers en cliënten. En natuurlijk met verwanten, leveranciers en samenwerkingspartners.

### Greendeal 3.0

Eind 2022 ondertekende Cosis de Greendeal 3.0 voor duurzamere zorg. Deze Greendeal 3.0 bevat scherpere doelstellingen en meer verplichtingen. Daarnaast brengt deze Greendeal een nieuw thema mee: vergroten van kennis en bewustwording van cliënten en medewerkers. In 2023 ontvingen wij het officiële Green Deal 3.0-certificaat.



*Arno Veldboom, programmanager duurzaamheid, bij de ondertekening van de Greendeal*

### Nieuw: kwartaalrapportages

**De Europese Corporate Sustainability Reporting Directive (CSRD) is Europese wetgeving die organisaties verplichtingen oplegt rondom het rapporteren over duurzaamheid. Wat dit exact betekent voor zorgaanbieders is nog niet bekend.**

Wel is duidelijk dat ook grotere zorgorganisaties in de toekomst aan deze richtlijn moeten voldoen. Hoewel de CSRD voor ons nog niet verplicht is, bereidt Cosis zich toch voor op deze richtlijn. Daarom zijn wij in 2023 gestart met het opstellen van kwartaalrapportages. Wij doen dit om duidelijk te maken wie onze belangrijke partners zijn en welke doelen we willen bereiken. Zo kunnen we onze inspanningen voor duurzaamheid goed meten en laten zien. Bovendien bouwen we een stevige basis voor onze gegevens op.



## 'Met kleine stappen maken we steeds meer impact'

'Bij Cosis willen we de aarde graag beter achterlaten dan hoe we haar vonden. Daarom maken we onze organisatie elk jaar weer een stukje groener, gezonder en circulaireder.

Het is een missie waarin wij – ook in 2023 – mooie stappen hebben gezet. Zeker als het gaat om de quick-wins en de meer technische oplossingen van verduurzaming, zijn wij goed op weg. Maar, er liggen ook uitdagingen. Want, verduurzamen is meer dan techniek en organisatieprocessen: verduurzaming begint bij mensen.

Je creëert alleen een duurzame organisatie wanneer medewerkers en cliënten hiermee bewust aan de slag gaan. Niet omdat het moét, maar omdat ze het zelf belangrijk vinden.

Daarom ben ik niet alleen trots op de gebouwen, het wagenpark of onze processen die wij verduurzamen. Maar ook op de initiatieven die cliënten en medewerkers zelf nemen. Samen fietsen naar het werk, de inrichting van een moestuin, samen zorgen voor een rookvrije locatie: ze onderstrepen dat duurzaamheid steeds meer leeft binnen Cosis."

*Arno Veldboom, programmamanager duurzaamheid*



## Wat staat er in het MVO-Meerjarenplan 2021 – 2025?

### 1. Verminderen onze CO<sup>2</sup>-uitstoot

Dit betekent dat Cosis zuinig omgaat met energie, zoveel mogelijk energie zelf opwekt en bij al haar activiteiten voor zo weinig mogelijk CO<sup>2</sup>-uitstoot gaat.







## Samenwerken

Om duurzame ambities waar te maken heb je elkaar nodig. Om van elkaar te leren en elkaar te inspireren. Daarom is Cosis aangesloten bij de volgende samenwerkingsverbanden.

### **Brancheorganisaties VGN en Valente**

De Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland (VGN) en Valente (brancheorganisatie voor Beschermd wonen en dak- en thuislozen) hebben duurzaamheid opgenomen in hun beleidsagenda's. VGN volgt de doelen van de Green Deal; 55% minder directe CO2-uitstoot ten opzichte van 2018 en klimaatneutraal in 2050

### **Milieu Platform Zorg (MPZ)**

Het MPZ is de branchevereniging van intramurale zorginstellingen. Dankzij dit lidmaatschap heeft Cosis contact met collega-organisaties om kennis te delen over duurzame bedrijfsvoering.

### **Het Groninger Zorgakkoord**

In het aardbevingsgebied Groningen hebben zorgpartijen, lokale bestuurders, het zorgkantoor, gebouweigenaren en VWS een akkoord gesloten voor toekomstbestendige zorg. Dit akkoord gaat onder meer over het duurzaam herstellen van vastgoed en circulaire nieuwbouw. Ook thema's zoals circulaire bedrijfsvoering, duurzame en gezonde voedselketens, gezamenlijke inkoop en duurzame inzetbaarheid staan op de agenda. Cosis neemt deel aan kennistafels en proeftuinen waar innovaties worden uitgewerkt en getoetst.

### **Innovatiewerkplaats Active Ageing**

Binnen deze innovatiewerkplaats werkt de Hanzehogeschool (Centre of Expertise Healthy Ageing) samen met zorg- en welzijnsinstellingen en bedrijven. Samen ontwikkelen we nieuwe diensten en producten om mensen met een verstandelijke beperking te helpen om zo lang mogelijk gezond en actief te blijven.

### **Groninger Provinciaal Bewegakkoord**

Cosis is partner van het Groninger Provinciaal Bewegakkoord. De doelen van dit akkoord zijn sport en bewegen toegankelijk maken voor alle inwoners van de provincie. Daarnaast is Cosis aangesloten bij een aantal lokale beweeg- en sportakkoorden in Groningen en Drenthe.



*Het Inspiratieteam duurzaamheid richt zich op het realiseren van een duurzaam Cosis. Op de foto: Bas, Arno, Tina, Silly, Harriet, Mabel*



# 1. Energie en CO2-reductie



## Energiezuinige en CO2-neutrale zorg

Wij willen een energiezuinige zorginstelling zijn. Daarom zetten we alles in het werk om ons energieverbruik te minimaliseren. Dit doen wij door ons vastgoed te verduurzamen en ons wagenpark te vergroenen. Verder willen wij de energie die we verbruiken, zoveel mogelijk uit hernieuwbare bronnen halen. Ook investeert Cosis in het energiebewustzijn van medewerkers en cliënten. Want slimmer met energie omgaan, begint bij onszelf.

## Dit zijn onze doelen voor 2025



*3% verlaging CO2-uitstoot en energiereductie*

*55% minder directe CO2-uitstoot in 2030 en klimaatneutraal in 2050*

*CO-2 reductie wagenpark door overgang naar elektrisch rijden én vermindering autogebruik*

*De installaties in ons vastgoed stap voor stap duurzaam vervangen*

*Bij nieuwbouw/renovatie benutten we - binnen het beschikbare budget - de maximale mogelijkheden voor het hergebruik van materialen*

*Jaarlijks minimaal 5 panden volledig verduurzamen*

*Twaalf locaties voorzien van zonnepanelen, 10 locaties voorzien van led-verlichting*



Klik op rode stippen bij de illustratie en ontdek wat onze 6 doelen zijn!

- 3% verlaging CO2-uitstoot en energiereductie.
- 55% minder directe CO2-uitstoot in 2030 en klimaatneutraal in 2050.
- Jaarlijks minimaal 5 panden volledig verduurzamen.
- De installaties in ons vastgoed stap voor stap duurzaam vervangen.
- Twaalf locaties voorzien van zonnepanelen, 10 locaties voorzien van led-verlichting.
- Bij nieuwbouw/renovatie - binnen het beschikbare budget - de maximale mogelijkheden benutten voor hergebruik van materialen.
- CO-2 reductie wagenpark door overgang naar elektrisch rijden én vermindering autogebruik.

## Aan het woord

## 🎙️ 'Stap voor stap ons vastgoed verduurzamen'

*Daniël Stuurman, projectleider verduurzaming vastgoed*

Met Daniël Stuurman hebben we sinds eind 2023 een projectleider die zich richt op de verduurzaming van ons vastgoed. Aan Daniël om verduurzamingsplannen en- initiatieven de komende jaren verder te brengen.

**Daniël:** "Met meer dan tweehonderd panden, waarvan wij er ruim vijftig zelf in eigendom hebben, ligt er een flinke verduurzamingsopgave. Het is ondoenlijk om al die locaties in één keer te verduurzamen. Dit wil je zo slim, verantwoord en toekomstgericht doen.

Daarin hebben we in 2023 al enkele succesjes geboekt. Denk aan de invoering van ledverlichting en de implementatie van energiebesparende maatregelen (EML) op tientallen locaties. Ook de oplevering van twee bijna energieneutrale nieuwbouwlocaties draagt bij aan een duurzamere vastgoedportefeuille.

Een punt van aandacht is de monitoring van het energieverbruik op locaties. Beter inzicht in ons verbruik is wel het startpunt om gericht te verduurzamen. Daarmee gaan we in 2024 zeker verder."



## Onze acties in 2023

### **Green Deal 3.0: nog ambitieuzere vastgoeddoelen**

In 2023 ondertekende Cosis de Green Deal 3.0: 'Samen werken aan Duurzame Zorg'. Hiermee committeren wij ons aan ambitieuze doelen voor de verduurzaming van ons vastgoed en onze nieuwbouwplannen. Zo gaan wij voor 55% CO<sup>2</sup>-reductie in 2030 en volledig klimaatneutraal in 2050!

### **Het energieteam**

Het energieteam van Cosis coördineert de energiebesparende maatregelen in onze gebouwen, monitort de voortgang ervan en evalueert de stappen die zijn gezet. Het team kwam in 2023 vijf keer samen. Het energieteam bestaat uit: Daniël Stuurman, Henk Vugteveen, Johan ten Cate en een externe adviseur.



Energieteam

## Energiemonitoring

In 2023 zijn we gestart met monitoren van het elektriciteits- en gasverbruik van onze locaties. Deze inzichten zijn nodig om een beeld te krijgen van ons energieverbruik en de gerealiseerde besparingen.

In 2023 hebben wij zo'n 50 % van ons totale energieverbruik gemonitord via MeterInsights. Dit willen wij in 2024 uitbreiden naar 80%. Pas daarna kunnen we écht objectief meten wat de resultaten zijn van onze verduurzamingsinspanningen. Omdat de grote verduurzamingsprojecten pas in 2024 gerealiseerd zijn, verwachten wij de grootste besparingen in 2025 in de cijfers terugzien.

### Verbruikscijfers in 2023

In 2023 verbruikte Cosis 2,8% minder elektriciteit dan het jaar daarvoor: van 8,13 GWh naar 7,89 miljoen GWh. Voor het gasverbruik is het beeld dubbel. Als we kijken naar het verbruik dat in rekening is gebracht, zien we een daling van 2,31 miljoen m<sup>3</sup> naar 2,17 m<sup>3</sup>. De monitoringcijfers laten juist een stijging van het verbruik zien. Dit verschil heeft te maken met panden die zijn afgestoten en het feit dat er meer verbruikers in monitoring zijn gegaan. In 2024 gaan we inzetten op betere monitoring zodat we ons verbruik kunnen vertalen naar vierkante meters.



Eén van de dashboards van de routekaart.

### Routekaart Cosis

Cosis maakt gebruik van de CO<sub>2</sub>-Routekaart. Hierin staat als ons vastgoed, huur én eigendom, geregistreerd. De Routekaart bevat informatie over beoogde maatregelen, investeringen, besparingen en opwekking van energie. Op basis van de maatregelen die we al hebben genomen én nog in de planning hebben, kunnen wij de CO<sub>2</sub>-uitstoot voor 2030 en 2050 voorspellen. De prognose is dat wij – zeker voor het vastgoed dat wij zelf beheren – nagenoeg op koers liggen om de doelstellingen uit de Green Deal 3.0 te halen.



## Erkende Maatregelenlijst

Cosis wil effectief investeren in haar vastgoed. De grootste impact kunnen wij maken door locaties die meer dan 50,000 kWh verbruiken te verduurzamen. Op deze locaties hebben wij in de afgelopen jaren de maatregelen uit de Erkende Maatregelenlijst getroffen. Dit zijn verplichte energiebesparende maatregelen met een terugverdientijd van vijf jaar of minder. De Omgevingsdienst heeft in 2023 een aantal van deze panden geïnspecteerd. De uitkomst was positief. Hiermee voldoen wij aan onze energiebesparingsplicht als alle geplande werkzaamheden zijn uitgevoerd.

## Maatwerktrajecten verduurzaming panden

De komende jaren willen wij meerdere panden die we in eigendom hebben flink verduurzamen. Dit doen wij via een 'energierenovatie': een maatwerkplan per locatie. In 2023 onderzochten we welke panden hiervoor in aanmerking komen én wat we bij deze locaties onder een 'energierenovatie' verstaan.

Dit leidde tot een selectie van vijf locaties. Grote uitdaging was om per pand de verduurzamingsopgave in beeld te krijgen én te kijken hoe wij deze panden in de toekomst gaan gebruiken. Past een 'energierenovatie' daarbij? Of volstaat de implementatie van Erkende Maatregelen of andere initiatieven zoals de aanleg van zonnepanelen? Gooiland Stadskanaal is één van deze locaties.



### Gooiland Stadskanaal

Inmiddels hebben we één locatie Gooiland 7 in Stadskanaal in voorbereiding voor een ingrijpende energierenovatie. Deze staat gepland voor 2024. Eind 2023 hebben we vijf nieuwe locaties geselecteerd die voor een maatwerkplan in aanmerking komen. De businesscases hiervoor zijn goedgekeurd door de Raad van Bestuur. In 2024 starten we met de voorbereidingen.



## Zonnepanelen-traject

Het was onze ambitie om in 2023 12 locaties te voorzien van zonnepanelen. Door het faillissement van de uitvoerende partij is deze doelstelling helaas niet gehaald. Dit betekent niet dat al het voorwerk voor niets was. Voor de eerste serie van 12 panden konden wij het aanbestedingstraject snel opnieuw opstarten. In 2024 gaan wij verder met de tweede serie van tien panden die in aanmerking komen voor zonnepanelen. We verwachten dat we eind 2024 alle panden uit serie 1 en 2 van zonnepanelen hebben voorzien.



## Ledverlichting

We hebben in 2023 19 panden volledig voorzien van Ledverlichting. Hiermee is onze doelstelling voor dit jaar behaald. Eind 2023 zijn we gestart met de voorbereidingen om in 2024 tien andere locaties van Ledverlichting te voorzien.

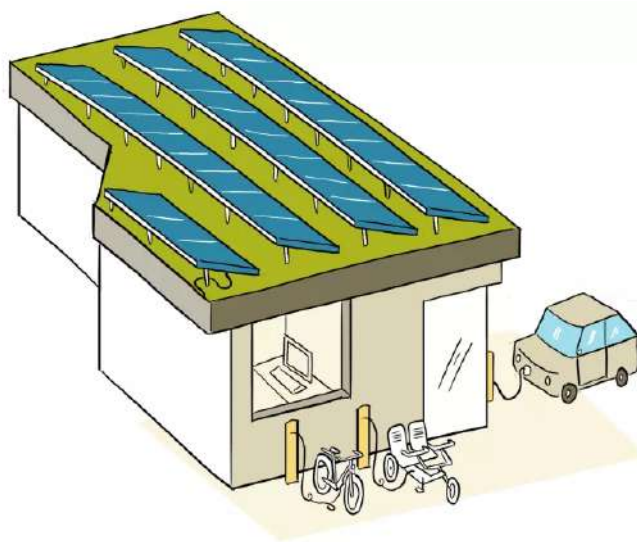


### Duurzame nieuwbouw

Cosis heeft meerdere nieuwbouwplannen in voorbereiding. Bij elk plan leggen we de duurzaamheidslat hoog. Zo wordt er gasloos gebouwd. Ook dagen wij aannemers uit om met innovatieve oplossingen te komen die bijdragen aan onze duurzaamheidsambities: denk aan circulair bouwen. In 2023 hebben we twee nieuwbouwlocaties opgeleverd (Villa Lootuinen en Zuideinde) die bijna energieneutraal zijn.

### Zorg voor Energie

Samen met nog 175 andere zorgorganisaties startte Cosis op 12 oktober met *Zorg voor Energie*. Deze campagne is een initiatief van het Milieuplatform Zorgsector (MPZ). *Zorg voor Energie* moet – door bewustwording bij zorgmedewerkers - bijdragen aan het terugbrengen van het energieverbruik in de Nederlandse gezondheidszorg. Zo kregen collega's tips om te verduurzamen: denk aan het hergebruik van kopjes en het uitdoen van lichten wanneer er niemand in de kamer is.



### Vervoer en wagenpark

**Van poolauto's tot personenbusjes: Cosis heeft zo'n 125 dienstauto's in gebruik. Hiermee reden we in 2023 zo'n 1,2 miljoen kilometer. Voor de komende jaren willen wij niet alleen ons wagenpark vergroenen, maar ook onderzoeken hoe we minder autokilometers kunnen maken.**

#### De drie V's

De CO<sup>2</sup>-reductie van ons wagenpark zetten we in gang via de drie 'V's'.

- **Verminderen** - kunnen wij medewerkers verleiden om minder te reizen?
- **Veranderen** - kunnen wij medewerkers verleiden om met andere, duurzamere vervoermiddelen te reizen?
- **Verschonen** - als er dan toch gereisd wordt, hoe doen wij dat dan op een zo schoon mogelijke manier?

### Dienstauto's op HVO100

Cosis heeft ruim 40 dienstauto's in gebruik die op diesel rijden. Omdat HVO100 een duurzaam alternatief voor diesel is, willen wij collega's bewust maken van de voor- en nadelen van HVO100. Want, HVO100 is weliswaar milieuvriendelijker. Maar je moet vaak wel omrijden voor een tankstation dat HVO100 aanbiedt. We stimuleren daarom bewust gebruik van HVO100.

### Onderzoek naar deelauto's

Kunnen we door de slimme inzet van auto's kilometers en CO<sup>2</sup>-uitstoot besparen én ons wagenpark verkleinen? Dit is één van de uitdagingen waarmee wij aan de slag gaan. Daarmee hebben we in 2023 een start gemaakt. Zo willen wij meer inzicht krijgen in de kilometers die wij maken voor het cliëntenvervoer én hoe we hierin kunnen verduurzamen.



### Nieuwe elektrische auto's

We vergroenen ons wagenpark stap voor stap. Bijvoorbeeld door auto's - wanneer die aan vervanging toe zijn - in te ruilen voor een elektrische auto. In 2023 hebben we 4 elektrische VW UPS aangeschaft. In totaal hebben we nu 7 elektrische auto's in ons wagenpark.



#### Cliëntenvervoer

Het Cliëntenvervoer hebben we uitbesteed aan Willemsen-De Koning. De nieuwe en minder milieubelastende voertuigen in de vloot van dit vervoersbedrijf zorgden in 2023 voor een flinke verlaging van de CO<sup>2</sup>-uitstoot. In 2022 was de uitstoot van het cliëntenvervoer nog 183 gram CO<sup>2</sup> per kilometer. In 2023 was de uitstoot verminderd naar 165 gram CO<sup>2</sup> per kilometer.

De uitstoot van alle Cosis-auto's in 2023 was 203,95 ton CO<sup>2</sup>. In 2022 was dit nog 198,45 ton. De toename hangt samen met het feit dat er sinds 2023 geen cliënten meer vervoerd mogen worden in de privéauto's van medewerkers. Hierdoor wordt er meer gebruik gemaakt van Cosis-auto's.



### **Data verzamelen zakelijk- en woon- werkverkeer.**

Vanaf 1 januari 2024 zijn wij verplicht om gegevens rondom zakelijk- en woon- werkverkeer te registreren. Om data goed te registreren moeten wij onderscheid maken tussen type vervoermiddel en type brandstof. We gaan deze gegevens verzamelen door enquêtes onder werknemers en een rittenregistratiesysteem. We hebben de invoering hiervan in 2023 voorbereid.

### **Cosis reist duurzaam**

Wist je dat Cosis-medewerkers gemiddeld 2 miljoen kilometer per maand afleggen voor hun woon-werkverkeer én ruim 270.000 kilometer voor dienstreizen? We ondernamen in 2023 verschillende acties om deze kilometers te vergroenen én te verkleinen.

#### **Hogere fietsvergoeding**

Om het fietsgebruik te stimuleren verhoogde Cosis in 2022 de fietsvergoeding van €749,- naar €1400,-. Dit biedt medewerkers meer financiële ruimte voor de aanschaf van een (elektrische-) fiets. In 2023 gaven we 289 fietsplannen af voor medewerkers.



### **Hybride werken**

Cosis introduceerde in 2023 nieuw beleid voor hybride werken. Eén van de uitgangspunten is dat medewerkers daar werken, waar het werk gedaan kan worden. Bijvoorbeeld thuis of op een locatie die dichtbij de woonplaats ligt. Dit vergroot niet alleen voor een betere balans tussen werk en privé, maar zorgt ook voor een reductie van het woon-werkverkeer.



#### **Elektrische fietsen**

Op meerdere locaties elektrische stellen we deelfietsen beschikbaar voor het zakelijk verkeer. In Emmen, Hoogeveen en Assen zijn er al ambulante teams die de e-bike gebruiken voor cliëntbezoeken. De locatie Huygensstraat in Assen nam zelfs definitief afscheid van de auto. Hier kwamen twee elektrische fietsen voor in de plaats. Ook op het Servicekantoor in Assen en verschillende regiokantoren zijn e-bikes én gewone fietsen beschikbaar voor dienstreizen.



## 'Fiets naar je Werk-dag'

De maanden april, mei en juni stonden bij Cosis in het teken van CO<sup>2</sup>-vrij reizen. Zo hebben we veel aandacht besteed aan de 'Fiets naar je Werk-dag'. Jaap de Jong – coach voor cliëntenraden – is één van onze collega's die vouwfiets en trein gebruikt om cliëntenraden te bezoeken.

**Jaap:** "Bij langere afstanden is de combinatie van OV en vouwfiets een verrassende optie. Overdag en 's avonds is het lekker rustig in de trein. Dan kun je nog wat uitwerken en berichten lezen. En daarna heb je vaak nog een mooi fietstochtje op de koop toe."



### Jarmo en Alicia kiezen voor de fiets

Ook onze cliënten kiezen steeds vaker voor duurzaam vervoer. Jarmo en Alicia bijvoorbeeld. Ze wonen op locatie 'Tellinghof' en werken op dagbesteding 'De Huneborg' in Borger. In het voorjaar besloten Jarmo en Alicia om niet meer met het groepsvervoer naar hun werk te gaan, maar op de fiets: een tocht van 10 kilometer.

**Alicia:** "Het fietsen geeft mij meer vrijheid. Je kunt weggaan wanneer je wilt en onderweg nog even naar de

supermarkt: heerlijk toch?"

**Jarmo:** "In het begin had ik moeite met de afstand. Maar inmiddels ben ik veel minder moe van het fietsen. Ik kan op mijn smartwatch zien dat mijn gemiddelde hartslag een stuk lager is: mijn conditie is echt vooruit gegaan."



## 2. Circulaire bedrijfsvoering



## Cosis wil grondstofgebruik verminderen

Bij Cosis willen we het grondstofgebruik verminderen. Dit betekent dat we de grondstoffen en materialen die wij gebruiken zoveel mogelijk op een hoogwaardige manier recycleren. Daarom gebruiken we bijvoorbeeld zoveel mogelijk refurbished meubelen, organiseren we Repair Cafe's en beheren we kringloopwinkels. Daarnaast doen wij ons best om zo weinig mogelijk afval te produceren. Bijvoorbeeld door voedselverspilling te voorkomen en zoveel mogelijk circulair in te kopen.

## Dit zijn onze doelen voor 2025



*Verouderde IT-apparatuur wordt zoveel mogelijk in- of extern hergebruikt.*

*We kopen producten in met zo min mogelijk 'omverpakkingen.' Ook kiezen we voor producten met biologisch afbreekbare verpakkingsmaterialen.*

*Niet bruikbare IT-apparatuur wordt gerecycled door de Resaikelfabriek van Cosis.*

*We zetten nog meer in op afvalscheiding: in 2025 willen we 75% van ons afval gescheiden inzamelen.*

*Bij de aanschaf van nieuw meubilair en stoffering kiezen we voor producten die ten minste voor 70% recyclebaar zijn.*

*We zijn zuinig op ons voedsel en kopen voedsel zo dichtbij mogelijk in.*

Klik op rode stippen bij de illustratie en ontdek onze doelen!

- Verouderde IT-apparatuur wordt zoveel mogelijk in- of extern hergebruikt.
- Niet bruikbare IT-apparatuur wordt gerecycled door de Resaikelfabriek van Cosis
- We kopen producten in met zo min mogelijk 'omverpakkingen.' Ook kiezen we voor producten met biologisch afbreekbare verpakkingsmaterialen
- We zetten nog meer in op afvalscheiding: in 2025 willen we 75% van ons afval gescheiden inzamelen
- Bij de aanschaf van nieuw meubilair en stoffering kiezen we voor producten die ten minste voor 70% recyclebaar zijn.
- We zijn zuinig op ons voedsel en kopen voedsel zo dichtbij mogelijk in.

## Aan het woord



### 'Samen bouwen we aan een duurzame en circulaire organisatie'

*Helma Brouwer - Teamleider Facilitair Service Centrum*

'Van voeding tot medische hulpmiddelen; van onderhoudsdienst tot vervoer. Als zorgorganisatie kopen we elk jaar veel facilitaire producten en diensten in. Via de inkoop kunnen we mooie stappen zetten in de verduurzaming van onze dienstverlening.

In 2023 hebben we dit weer een stukje concreter. Met een visie op duurzame voeding én de aanzet tot een nieuwe Hygiëne Standaard leggen we een stevige basis voor een duurzame en circulaire organisatie. Ook als het gaat om de inkoop van witgoed en projectinrichting is duurzaamheid nu één van de eisen.

Op het gebied van afval hebben we stappen gezet. En we merken dat onze organisatie hier steeds bewuster in wordt. Dit stimuleert om nog meer duurzame keuzes te maken.'



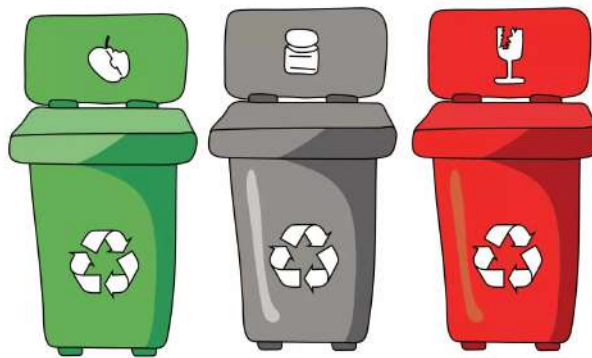
## Onze acties in 2023



## Aan de slag met afval

Het restafval dat wij produceren bevat waardevolle grondstoffen. Hoe beter wij afval scheiden, des te beter afvalstromen hergebruikt kunnen worden. Door minder restafval te produceren, verkleinen wij onze milieu-impact. Onze afval-partner Renewi helpt ons daarbij. In 2023 hebben we verschillende stappen gezet om onze afvalscheiding structureel te verbeteren en het restafval te verminderen.

- Op 80 locaties zijn we plastics en drankenkartonnen (PD) en restafval gaan scheiden.
- Op alle Cosis-locaties waar Renewi voor de afvalinzameling zorgt, wordt een container voor PD-afval geplaatst.
- Ook zijn deze locaties aangemeld voor 'Afval goed geregeld': hiermee komen ze in aanmerking voor het gratis afhalen van plastic afval.
- Verder kijken we of locaties een container voor het inzamelen van incontinentiemateriaal nodig hebben.
- Op 31 december namen we afscheid van de kartonnen bekertjes voor de koffie en de Cup-A-Soup.



## Digitaal ondertekenen arbeidsovereenkomsten

In september 2023 zijn we gestart met het digitaal laten ondertekenen van onze arbeidsovereenkomsten. Een project dat de nodige voorbereiding vroeg: qua IT én qua werkprocessen. Maar inmiddels worden alle overeenkomsten 100% digitaal verwerkt. Dit levert een mooie besparing op. In één kwartaal bespaarden we al 9 pakken papier én 254 euro aan postzegels. Daarnaast levert deze aanpak een tijdsbesparing van 8 uur op voor de personeelsadministratie.

## Circulair meubilair

Sinds 2022 biedt !Pet - onze leverancier van meubilair - een circulair alternatief aan bij inrichtingsvraagstukken. Iets nieuws aanschaffen is vaak de regel wanneer er een nieuwe inrichting van ruimtes of kantoren nodig is. Maar soms is tweedehands net zo goed én een stuk goedkoper.

Het is even wennen, maar toch kreeg meubilair – op meerdere locaties – in 2023 een tweede leven bij Cosis. De spullen en meubels worden aangeboden via een speciale portal. Daarnaast kunnen wij meubilair dat nog geen directe (her)bestemming heeft, laten opslaan in de magazijnen van !Pet. Dit meubilair kan binnen twee weken worden ingezet als er op van onze locaties vraag naar ontstaat.





## In de Resaikelfabriek geven wij grondstoffen een tweede leven

**Binnen Cosis zijn we niet alleen zuinig op grondstoffen. We willen ook bijdragen aan een circulaire samenleving. De Resaikelfabriek in Groningen brengt beide ambities samen.**

Apparaten die het niet meer doen? Bij de Resaikelfabriek weten ze er raad mee. Hier demonteren cliënten oude of defecte huishoudelijke apparaten. Denk aan computers, dvd-spelers, stofzuigers en telefoons. De onderdelen worden gesorteerd en kunststoffen worden verwerkt en kunnen als grondstof dienen voor een nieuw product.

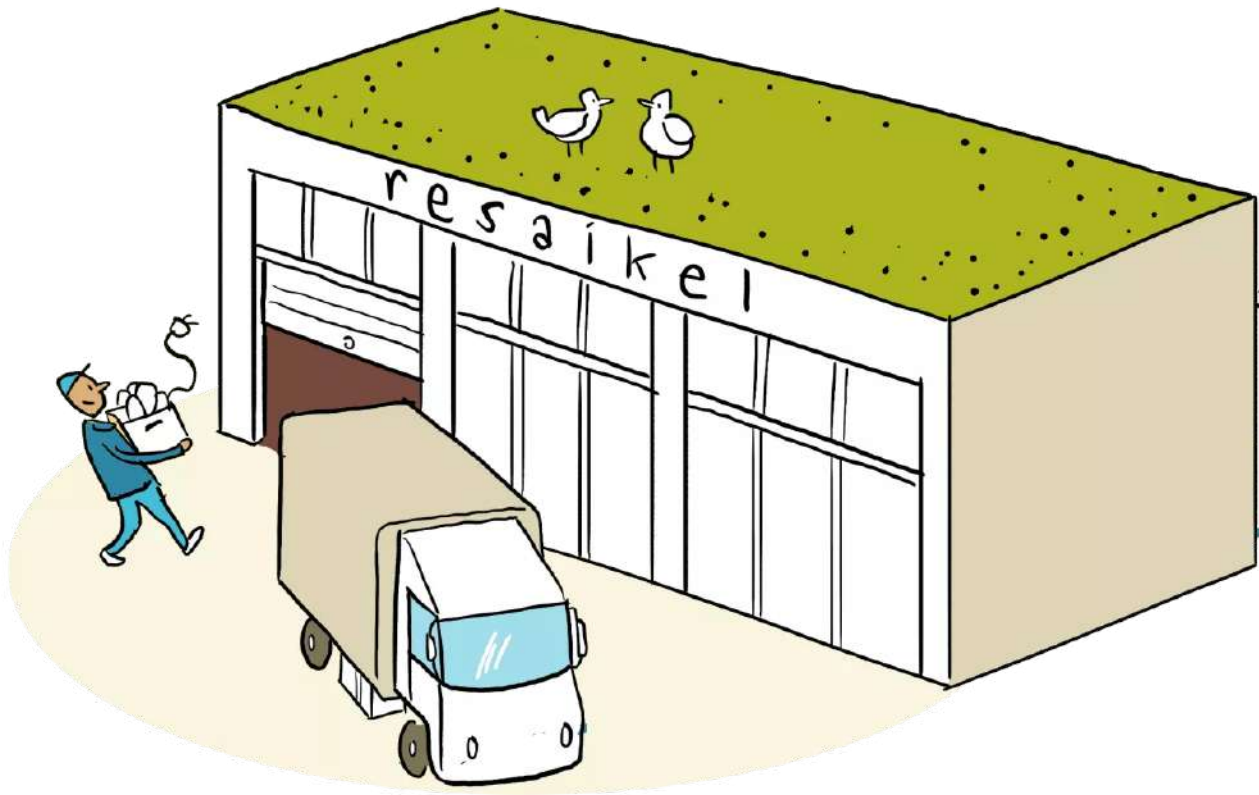
### Kwaliteitseisen

De Resaikelfabriek voldoet inmiddels aan alle certificeringen en strenge kwaliteitseisen, vertelt begeleider Paul Meijerink. Zo beschikt de Resaikelfabriek over het Weeelabex-certificaat. "Dat krijg je alleen als alle onderdelen verantwoord worden verwerkt. En dat doen wij. Apparaten worden handmatig gedemonteerd. De onderdelen worden gesorteerd en afgevoerd naar erkende verwerkers zoals Renewi."

Paul: "Wij zijn inmiddels in Groningen voor tientallen bedrijven en particulieren een vast adres om klein- en grote huishoudelijke apparaten te verwerken. Zo leveren wij niet alleen een mooie bijdrage aan de circulaire economie, wij geven ook cliënten een zinvolle dagbesteding. Zo gaan duurzaamheid en zorg hand in hand samen."

In 2023 verwerkte de Resaikelfabriek ruim 28.000 kilo aan afgedankte, elektrische en elektronische apparatuur (AEEA). Daarvan was 3% afkomstig van Cosis. Bijna 97% van alle materialen wordt gerecycled!

[Meer over De Resaikelfabriek](#)



## Visie op duurzame voeding

Gezond eten is de basis voor een gezond leven. Daarom zetten wij in op duurzame voeding van hoogwaardige kwaliteit met zo weinig mogelijk verspilling. In 2021 startten we met het experiment Duurzame voeding. In 2023 leidde dit tot een visie op gezonde, duurzame en lekkere voeding voor heel Cosis. Meer hierover lees je in hoofdstuk 4.

## Voorkomen voedselverspilling

We gooien elk jaar veel voeding weg. En dat is zonde. Daarom hebben we ook in 2023 meerdere acties geïnitieerd om dit te voorkomen.

### Waste-scan

Om inzicht te krijgen in voedselverspilling hebben wij op één van onze locaties een pilot gedaan met de Waste-scan. Dit is een tool (ontwikkeld door The FoodProfessor) waarmee je per locatie registreert hoeveel voeding je inkoopt, hoeveel wordt opgegeten en wat de kosten zijn. De Waste-scan bood ook belangrijke input voor onze Visie op lekker, gezond en duurzaam eten en drinken.

Ria Duinker vertelde op een bijeenkomst van de Werkgroep Voedsel van het Groninger Zorgakkoord over de ervaringen met de scan. "In het begin was er wat weerstand. Maar binnen drie dagen was iedereen om. Dat kwam mede omdat je de gegevens eenvoudig kunt invullen en meteen ziet hoeveel er eigenlijk wordt gekocht, bereid en weggegooid. Wat vooral hielp is dat al na één week monitoren de verspilling van voedsel daalde. Dat motiveerde om door te gaan."

## How works de Food & Waste Scan?

## NOG WERKT DE FOOD & WASTE SCHEM!

Gedistribueerd	Productiesval	Restant	Totale waste
75	5	10	15
10	2	1	3
25	5	5	10
0	0	0	0
110	12	16	28

## vastleggen derving per afdeling

### De verspillingsvrije week

Meerdere locaties deden dit jaar weer mee aan de Verspillingsvrije week: een initiatief van de stichting Samen tegen Voedselverspilling. Van 11 tot 17 september gingen collega's én cliënten de uitdaging aan om zo min mogelijk voedsel te verspillen.

### Restjesdag op het menu bij de Panfluit



Bij woonvoorziening De Panfluit in Emmen houden ze er niet van om eten weg te gooien. Daarom staat er elke maand een 'Restjesdag' op het menu.

**Begeleider René:** "We koken elke dag voor 20 tot 30 personen. Als er eten overblijft vriezen we dit in. Op de bakjes – eenpersoonsporties – doen we een sticker met daarop de datum en de inhoud van het bakje. De bakjes komen tevoorschijn op 'Restjesdag'. Bewoners kiezen een dag van te voren een maaltijd uit de diepvries en eten die de volgende dag op. De bewoners vinden het hartstikke leuk en kiezen vaak hun favoriete maaltijd. Door elke

maand de diepvries 'leeg te eten' voorkomen wij dat voedsel te lang in de vriezer blijft. Zo voldoen we aan de HACCP-regels. En het belangrijkste: we gooien nauwelijks eten meer weg."



## De biodiverse eettuin van BW de Haar

De Haar, een locatie voor begeleid wonen, in Emmen beschikt sinds dit jaar over een eigen biodiverse tuin. Op dertig vierkante meter richtten twee collega's een tuin in boordevol groenten, fruit en eetbare planten.

**Han van der Hoek:** "Je vindt in onze tuin van alles: sla, tomaat, appels, peren en frambozen. Maar ook allerlei kruiden en planten zoals de stokroos en de hortensia. Dankzij al die verschillende soorten zorg je ervoor dat de tuin aantrekkelijk is voor allerlei insecten en dieren. We hebben ook een eigen compostbak. Die vullen wij met het groenafval van onze locatie. Zo houden we de tuin vruchtbaar."

### Voor 200 euro

Zo'n tuin hoeft niet veel te kosten, vertelt Han. "Veel planten en gewassen hebben we bij elkaar gesprokkeld dankzij collega's die nog een stekje over hadden. Van de 200 euro budget voor de inrichting van de tuin hebben we een insectenhotel gekocht. Voor weinig geld heb je echt iets waardevols. Niet alleen voor de natuur, ook voor bewoners. Mensen voelen zich rustiger, gezonder en stabiel in een groene omgeving. Win-win: voor iedereen!"





### 3. Reductie medicijnresten



## De impact zo klein mogelijk maken

Medicijnresten vormen een enorme belasting voor ons milieu. Die impact willen we bij Cosis zo klein mogelijk maken. Bijvoorbeeld door niet-gebruikte medicijnen retour te sturen, door meer gebruik te maken van milieuvriendelijke verpakkings-materialen en door cliënten alleen medicatie te geven als dat écht nodig is.

## Dit zijn onze doelen voor 2025



*Minimaal 80% van overtollige medicatie gaat terug naar de apotheek.*

*Afspraken met apothekers over het retourneren van overtollige medicatie.*

*Maatregelen in medicatiebeleid opnemen.*

*Voor 90% van de WLZ-locaties inzichtelijk krijgen of en waar winst is te boeken voor het bewuster omgaan met medicatie en het afbouwen van medicatie.*



## Klik op rode stippen bij de illustratie en ontdek onze doelen

- Minimaal 80% van overtollige medicatie gaat terug naar de apotheek.
- Afspraken met apothekers over het retourneren overtollige medicatie.
- Maatregelen in medicatiebeleid opnemen.
- Voor 90% van de WLZ- locaties is inzichtelijk of en waar winst is te boeken voor het bewuster omgaan met medicatie en de afbouw van medicatie.

## Aan het woord



### 'Aandacht blijven houden voor afvoer van medicatie-afval'

*Angelique Smid is adviseur bij afdeling Kennis, Kwaliteit & Onderzoek en één van de aanspreekpunten voor de werkwijzen rondom medicatie.*

'In de zorg aan onze cliënten worden jaarlijks veel medicijnen voorgeschreven en gebruikt. Veel medewerkers op onze locaties gaan al bewust om met medicatie(resten). Zo komen wij, schatten we in, al in de buurt van onze doelstelling om 80% van de overtollige medicatie terug te laten gaan naar de apotheek. Toch zijn er signalen, bijvoorbeeld uit onze audit, waaruit blijkt dat we hier wel aandacht voor moeten blijven houden. Daarom hebben we in 2023 samen met de collega's van Inkoop nagedacht over onze werkwijze rondom de afvoer van medicatieafval. In 2024 komen we met een voorstel hiervoor.'

## Onze acties in 2023



### Herijking farmaceutische zorg

In 2021 zijn we gestart met het project 'Herijking Farmaceutische Zorg'. Eén van de doelstellingen is om één apotheker, als eindregisseur en contactpersoon, te hebben voor een groot deel van onze woonlocaties. Wij kiezen voor een model waarin kleinschaligheid - in de vorm van lokale afspraken tussen apothekers, huisartsen en locaties - kan blijven bestaan. Maar waarin we via één 'eindregisseur' Cosis-breed wel afspraken kunnen maken over het retourneren van medicijnen of het verduurzamen van verpakkingsmateriaal.

### Bouwen aan bewust medicijngebruik

Als Cosis nemen wij actief deel aan diverse zorgnetwerken. We zien hierdoor dat het thema reductie van medicijnresten ook bij andere zorgaanbieders speelt. Zo kijken we mee met collega-organisaties die hierin stappen willen zetten. Hieruit blijkt dat onze situatie niet vergelijkbaar is met die van een ziekenhuis of een grote

zorglocatie. Bij deze grootverbruikers is de zuivering van rioolwater dat verontreinigd is met medicijnresten een veel gekozen oplossingsrichting. In onze organisatie – met vooral veel kleinere locaties – speelt dit minder. Dit biedt wel het inzicht dat, als het gaat om de reductie van medicijnresten, de winst vooral in het voortraject te behalen is.

Bewuster voorschrijven en eventueel afbouw van medicatie begint daarom met het gesprek. Want, wat bedoelen wij met bewust medicijngebruik? Hoe geven wij daar nu al vorm aan, hoe kun je elkaar daarin beter vinden en hoe vertaal je dit naar een proces? Dit is de zoektocht die wij met z'n allen maken. In 2023 hebben we vooral gekeken naar onze werkwijzen binnen Cosis. In 2024 gaan we verder met gesprekken met de diverse (externe) partijen. Met de input en inzichten die wij ophalen, bouwen wij de komende jaren samen verder.

## 4. Leefomgeving en Milieu



## Een gezonde, prettige leef- en werkomgeving

Cosis wil werknemers en cliënten een gezonde, prettige leef- en werkomgeving bieden. Daarom hebben wij aandacht voor leefstijl, veerkracht en zelfregie. We stimuleren medewerkers en cliënten om gezonde(re) keuzes te maken, zichzelf te ontwikkelen en zuinig op zichzelf én elkaar te zijn. Zo creëren we samen een sterke basis voor goede zorg.

## Dit zijn onze doelen voor 2025





*Onze cliënten en medewerkers kiezen vaker voor gezonde, lekkere en duurzame voeding.*

*We zetten coaching en educatie in om kennis en vaardigheden bij collega's en cliënten te vergroten.*

*We helpen locaties om de Cosis-visie op gezonde leefstijl in praktijk te brengen.*

*Duurzame inkoopvoorwaarden voor voedsel worden opgevolgd en dragen bij aan de doelstellingen van de Green Deal 3.0.*

*Interventies faciliteren en uitvoeren voor reductie van verzuim.*

*Cosis rookvrij in 2025*

*We willen een gezonde leefstijl binnen Cosis normaliseren.*

Klik op rode stippen bij de illustratie en ontdek onze doelen!

- Onze cliënten en medewerkers kiezen vaker voor gezonde, duurzame en veilige voeding
- We zetten coaching en educatie in om kennis en vaardigheden bij collega's en cliënten te vergroten
- We ontwikkelen een Cosis-visie op gezonde leefstijl én werken deze uit naar een Cosis-aanpak
- Nieuwe afspraken over duurzame inkoopvoorwaarden voor voedsel
- Een actueel projectplan Duurzame Inzetbaarheid
- De ontwikkeling van een visie op hybride werken
- Interventies faciliteren en uitvoeren voor reductie van verzuim Cosis rookvrij in 2025
- Duurzame schoonmaak
- We gaan samenwerkingen aan om sociale steun te vergroten en de omgeving aan te passen

## Aan het woord



### Aan de slag met duurzame inzetbaarheid

*Deniz van der Velde, HR Concern-manager*

'Bij Cosis willen we goed zorgen voor onze werknemers. Dit betekent dat wij investeren in een goed werkklimaat, voldoende ontwikkelmogelijkheden én passende arbeidsvoorwaarden. Ook ondersteunen we collega's bij een gezonde leefstijl en de zorg voor een goede werk- privébalans. Zo bouwen we aan een werkplek waar je gezond, veilig én met energie je werk kunt doen. En waar we met elkaar verzuim zoveel mogelijk voorkomen.'





## Duurzame inzetbaarheid

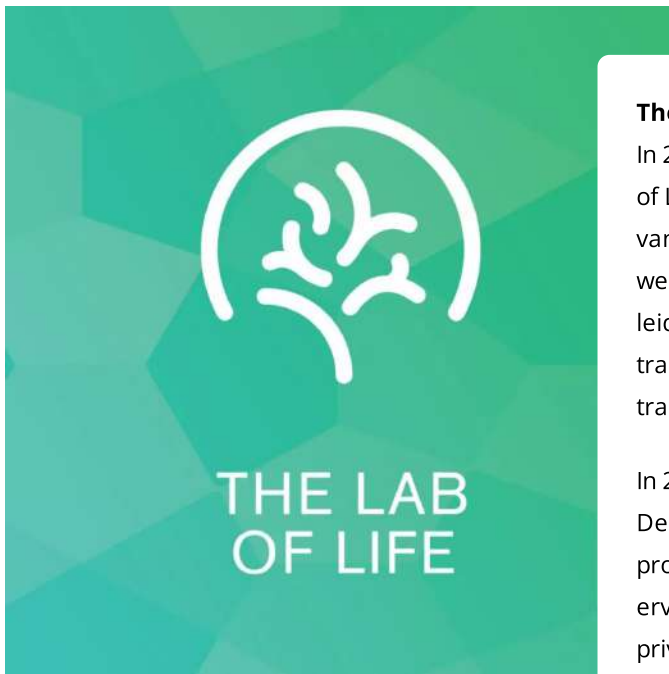
### Leefstijlprogramma's

Sinds 2022 bieden we de leefstijlprogramma's van Omniium aan. In 2023 kozen enkele tientallen collega's voor deze interventie. Deelnemers krijgen begeleiding bij het vormgeven aan een gezondere en duurzamere leefstijl. De Omniium-programma's hebben onder meer aandacht voor voeding, beweging en voldoende rust & balans.



### GoodHabitZ

Bij Cosis investeren wij in de persoonlijke ontwikkeling van mensen. GoodHabitZ past daarbij. Dit online platform biedt meer dan 500 cursussen en trainingen: van een training Microsoft365, een e-learning over slaap tot een cursus over werkplezier. Via CosisNet kunnen medewerkers sinds 2023 eenvoudig gebruik maken van de trainingen. Op de momenten dat het hen past.



### The Lab of Life

In 2023 gingen 35 collega's aan de slag met The Lab of Life. Dit programma helpt mensen bij het bevorderen van hun vitaliteit, energiemangement en (mentaal) welzijn. De deelnemers volgden dit programma onder leiding van Cosis-collega's die zijn opgeleid tot Lab of Life trainers. Het programma bestaat uit workshops, (online) trainingen en individuele coaching.

In 2023 deden we voor- en nametingen bij Lab of Live. Deelnemers gaven aan dat hun energiepeil dankzij dit programma gemiddeld met 79% verbeterde. Ook ervaren deelnemers een sterk verbeterde werk-privébalans (72%).



### Cosis Loopbaancentrum

Het Cosis Loopbaancentrum is hét knooppunt voor mobiliteit, ontwikkeling en duurzame inzetbaarheid. Wij bieden korte loopbaan- en coachingstrajecten voor medewerkers die zelf willen veranderen of moeten veranderen. We ondersteunen collega's - maar ook herintreders én zij-instromers - met beroepskeuzetesten, sollicitatietrainingen en coaching. Mede dankzij het Loopbaancentrum vonden 77 zij-instromers en herintreders een functie bij Cosis.

In 2023 zijn we gestart met de voorbereidingen voor een project om statushouders een werkervaringsplek te bieden. Zo willen we via een vereenvoudigde sollicitatieprocedure de drempel voor statushouders verkleinen.



### **De CosisAcademie**

In 2021 zijn we gestart met de CosisAcademie. Deze leeromgeving biedt (online) trainingen voor medewerkers, cliënten én vrijwilligers. Hiermee willen wij de kennis en vaardigheden van alle doelgroepen vergroten. De opleidingen zijn meestal gekoppeld aan praktijk(situaties) - we weten inmiddels uit ervaring dat leren in de praktijk het beste beklijft. De CosisAcademie is hiermee hét startpunt voor professionele en persoonlijke ontwikkeling. In 2023 maakten veel medewerkers, cliënten en vrijwilligers gebruik van het aanbod van de CosisAcademie.

## **Visie op gezond, lekker en duurzaam eten en drinken**

**Gezond eten is de basis voor een gezond leven. Daarom kiest Cosis voor voeding van verantwoorde en duurzame afkomst. In 2023 hebben wij onze visie op gezond, lekker en duurzaam eten en drinken opgesteld.**



Bijzonder is dat deze visie met cliënten en collega's is opgesteld, vertelt projectleider Ria Duinker: "We hebben in 2023 ruim veertig locaties bezocht. We hebben geluisterd, gekeken en meegeholpen. Zodat we écht weten wat de ideeën van medewerkers en cliënten zijn en wat ze nodig hebben om duurzaam, lekker en gezond te eten. Deze ervaringen hebben we verwerkt in de visie."



Bijzonder is dat deze visie met cliënten en collega's is opgesteld, vertelt projectleider Ria Duinker: "We hebben in 2023 ruim veertig locaties bezocht. We hebben geluisterd, gekeken en meegeholpen. Zodat we écht weten wat de ideeën van medewerkers en cliënten zijn en wat ze nodig hebben om duurzaam, lekker en gezond te eten. Deze ervaringen hebben we verwerkt in de visie."

Ria Duinker

### Een feestje voor iedereen

Ria: "Eten moet een feestje zijn voor iedereen. Met elkaar aan tafel, maar net zo goed voor cliënten die graag de rust opzoeken tijdens het eten. We bieden locaties, begeleiders en onze ambulante cliënten daarom handvatten die ze in hun situatie kunnen toepassen. Daarnaast willen we met workshops en e-learnings hun kennis rondom gezonde voeding vergroten."

### Nieuwe leverancier

De visie is ook de basis om terug te gaan in het aantal leveranciers. Ria: "Om kwaliteit en service te vergroten hebben we één leverancier gecontracteerd. Deze denkt en groeit met ons mee op het gebied van duurzaam en lekker eten. Wel krijgen locaties de ruimte om bepaalde producten plaatselijk te kopen."

- In 2024 gaan de eerste locaties aan de slag met de visie. Er hebben zich 28 locaties opgegeven.
- De nieuwe leverancier gaat ons – medewerkers en cliënten – helpen met gezond en lekker eten, menu's, minder weggooien en makkelijker inkopen.

## Schoonmaakproject

**Cosis gebruikt jaarlijks veel schoonmaakmiddelen en producten. Door een Cosis Hygiëne Standaard te ontwikkelen willen wij hierin verduurzamen. De nieuwe standaard helpt locaties om verantwoordere keuzes te maken met betrekking tot de inkoop van schoonmaakmiddelen. In 2023 hebben we enkele belangrijke stappen gezet om tot een nieuw Hygiëne Standaard te komen.**



### Nulmeting

In de periode juli-september deden wij een nulmeting om inzicht te krijgen in welke producten we gebruiken en hoe we hierin kunnen verduurzamen. Hieruit bleek dat er per locatie een grote diversiteit aan schoonmaakmiddelen

wordt gebruikt. En dat locaties nauwelijks nog duurzame schoonmaakmiddelen gebruiken. Kortom, er valt nog veel te winnen.



### Scholing

In 2023 kregen studenten van de brancheopleiding 'assistent facilitair medewerker' een verfrissende schoonmaakles. Schoonmaakbedrijf ARGO leerde hen over de kunst van het schoonmaken én over het gebruik van duurzame schoonmaakmiddelen en -materialen. Ook leden van het projectteam Cosis Hygiëne Standaard en onze facilitair consulenten volgden een workshop die in het teken stond van duurzame schoonmaak.



### Cliënten aan de schoonmaak

Eén van onze ambities is dat cliënten gaan schoonmaken. Hierbij gaat het om persona 'Koen'. Koen representeert de groep cliënten met een verstandelijke beperking die redelijk zelfstandig in één van onze woonvoorzieningen woont. Op locatie De Valkenhof maakt de eerste 'Koen'-cliënt inmiddels schoon: tegen betaling én met duurzame middelen.

## Inspirerend

### De blenderbike – Een fiets-smoothie op Koningsdag

In 2022 schafte Cosis twee blenderfietsen aan. Dit zijn omgebouwde spinningfietsen met daarop een blender. Je fietst hiermee zelf je smoothie bij elkaar. Op Koningsdag 2023 mochten leerlingen van het Expertise Centrum Groningen en de W.A. van Lieflandschool de Blenderbikes voor het eerst gebruiken. Een prachtig voorbeeld van hoe gezonde voeding én beweging samengaan.



*André Kuipers op de blenderbike tijdens het duurzaamheidsfestival in 2023*

## Visie Ondersteuning Gezonde Leefstijl

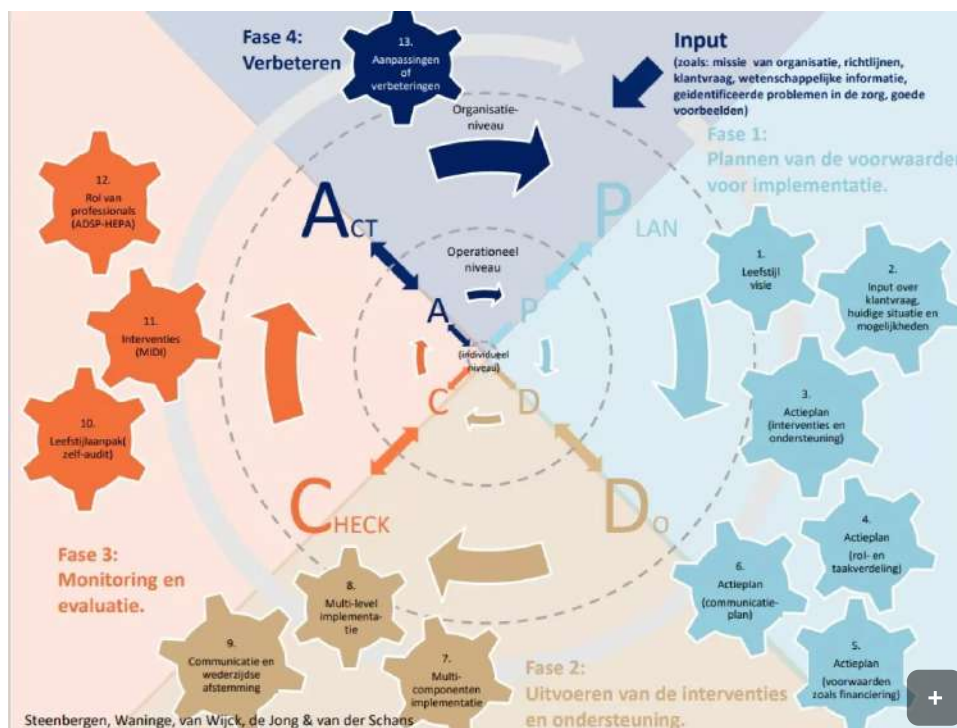
**In 2022 stelde Cosis de visie op een Gezonde Leefstijl vast. Deze visie biedt ons handvatten om een gezonde leefstijl te bevorderen én te normaliseren.**

In deze visie zijn alle bouwstenen benoemd die van belang zijn bij het maken van gezonde keuzes. Deze bouwstenen hebben wij nodig om een gezonde leefstijl – vanzelfsprekend, leuker en gemakkelijker te maken. De input voor de visie hebben we onder meer opgehaald uit eerder leefstijlonderzoek en de praktijk.

### **Vervolg 2023**

Vanuit deze visie hebben we de eerste stappen gezet. Allereerst door aansluiting te vinden bij de projecten 'Cosis Rookvrij' en 'Gezonde, duurzame en veilige voeding'. Verder zijn we op 5 locaties gestart met de Plan-fase van de Plan-Do-Check-Act cyclus die is opgesteld voor een gezondere leefstijl.





Voor twee woonlocaties ontwikkelden we voor de bewoners een gepersonaliseerde receptenmap. Hierin staan gezonde en duurzame keuzes.

[Bekijk hier de receptenmap](#)

### Leev! Onderzoeksprogramma gezonde leefstijl

Via het landelijke onderzoeksprogramma LEEV! ontwikkelen wij, samen met kennis- en onderwijsinstellingen en andere zorgorganisaties, interventies om cliënten te ondersteunen bij een gezonde(re) leefstijl. Binnen Cosis zijn een LEEV!-projectteam en -onderzoeksteam actief.

Leefstijl is voor cliënten van groot belang om gezonder oud te worden. Zeker omdat er binnen deze doelgroep steeds meer sprake is van inactiviteit, ongezonde voedingsgewoonten en gezondheidsproblemen. Deze groep loopt daarom een groter risico op leeftijd- en leefstijlgerelateerde aandoeningen.



### Ondersteuning op maat

Vanwege verschillende beperkingen hebben cliënten ondersteuning op maat nodig bij het maken van gezonde keuzes. Daar komt steeds meer aandacht voor, maar tegelijkertijd is er nog weinig effectieve en structurele leefstijlondersteuning beschikbaar.

LEEV! wil dit veranderen. Zo wordt er binnen LEEV! gewerkt aan gecombineerde leefstijlondersteuning. Dan hebben we het over kennis en tools om cliënten en zorgprofessionals effectief te ondersteunen bij een gezondere leefstijl.

Cosis is één van de partners binnen LEEV! Binnen dit programma werken wij samen met de Hanzehogeschool, gemeentes, zorgkantoren en collega-organisaties. Ook hebben we vanuit Cosis een promovendus (onderzoeker) beschikbaar gesteld voor dit programma.

## Eerste locaties gestart met voorwaardenonderzoek

Een belangrijke stap binnen LEEV! is om in kaart te brengen hoe de situatie nu is op locaties en waar behoeftes liggen. In 2023 deden vier Cosis-locaties daarom mee aan een voorwaardenonderzoek.

**Rianne Steenbergen:** "De omgevingscan is een onderdeel in dit onderzoek. Hiermee brengen cliënten, zorgprofessionals en naasten in kaart waar zij behoefte aan hebben als het gaat om voeding en bewegen. Het is een van de eerste stappen om tot een maatwerk aanpak te komen. Tegelijkertijd dragen ze hiermee bij aan het landelijke onderzoek waarbinnen we de gecombineerde leefstijlondersteuning ontwikkelen. Het onderzoek leidt meteen al tot concrete acties op het gebied van gezonder eten en meer bewegen. Denk aan de receptenmap waar nu al veel vraag naar is!"



*Rianne Steenbergen*

Eén van de inzichten uit het voorwaardenonderzoek is dat de leidinggevenden, leefstijlambassadeurs en paramedici zoals diëtisten en fysiotherapeuten op locaties een belangrijke rol hebben in het stimuleren van een gezonde leefstijl. Bij het stimuleren van meer bewegen denken we vaak aan oplossingen in de vorm van sportmaterialen of een beweegtuin. Maar een duurzame basis begint juist bij kennis over een gezonde leefstijl en hoe je dit stimuleert. In 2024 gaan nog eens 14 Cosis-locaties meedoen aan het voorwaardenonderzoek.

## Onderzoek naar 17 kansrijke interventies

In 2023 deed LEEV! literatuuronderzoek naar leefstijlinterventies voor mensen met een beperking. Hiervoor zijn wetenschappelijke onderzoeken uit binnen- en buitenland bestudeerd. Dit leidde tot een selectie van 17 interventies die mogelijk ingezet kunnen worden bij leefstijlverbetering. Het komende jaar wordt – ook binnen Cosis – de haalbaarheid van deze interventies onderzocht.

## Andere LEEV-resultaten

- Tijdens de landelijke LEEV! Dag op 1 december 2023 deelde Cosis best practices, kennis en ervaringen in een druk bezochte workshop
- Binnen LEEV! is een dashboard ontwikkeld waarmee zorgprofessionals de doelen en activiteiten op het gebied van gezonde leefstijl kunnen monitoren. Op drie locaties van Cosis wordt dit dashboard getest.
- Op basis van het voorwaardenonderzoek zijn er receptenmappen 'Gezonde Voeding' ontwikkeld die al worden toegepast op twee locaties.

Ruim driehonderd cliënten deden in oktober mee aan de 4mijl4you. Dit is de traditionele opwarmer voor de 4Mijl van Groningen. Wandelend, rollend of fietsend: het leuke aan de 4mijl4You is dat iedereen op zijn manier kan meedoen. Dit jaar besteedden de lokale media volop aandacht aan onze deelname. Meerdere bewoners van locatie 'De Deel' schoven aan bij RTV Noord om te vertellen over hun deelname aan 4mijl4You.

[Bekijk hier de uitzending](#)



## Cosis Rookvrij

**Cosis is hard op weg om rookvrij te worden. Ons doel? Een gezonde woon-, werk- en leefomgeving waaraan iedereen kandeelnemen zonder in aanraking te komen met sigarettenrook.**

In 2023 heeft de werkgroep Cosis Rookvrij een vervolg gekregen. Deze werkgroep bestaat uit cliënten en medewerkers. Daarnaast is de groep aangevuld met een gedragswetenschapper. De werkgroep heeft een visie opgesteld over wat Cosis verstaat onder rookvrije zorg. En wat wij nodig hebben om dit mogelijk te maken.



### **Nulmeting**

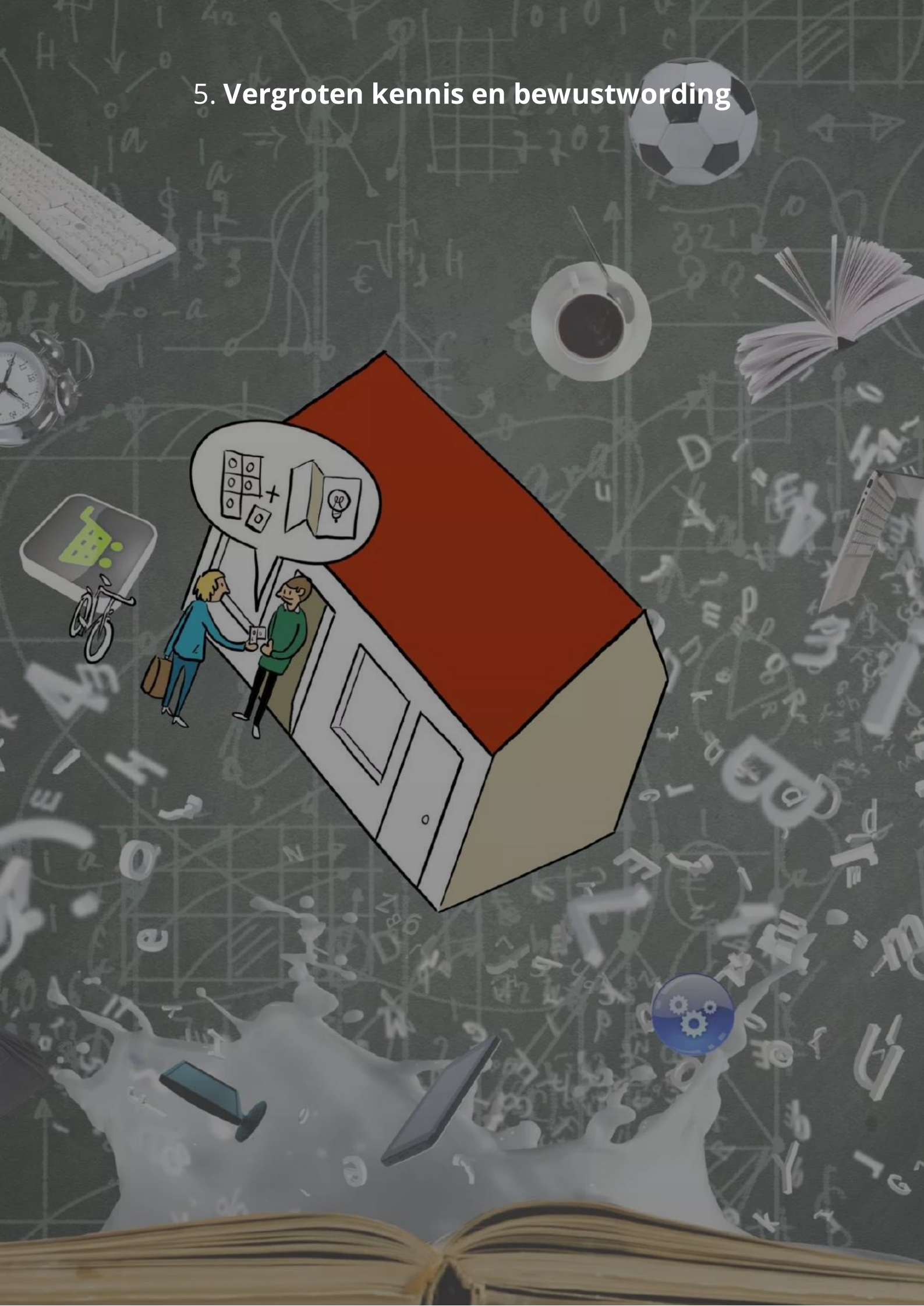
Roken is een gevoelig onderwerp dat om zorgvuldigheid en tact vraagt. Toch hebben wij op veel plekken in onze organisatie mooie stappen gezet. Zo blijkt uit de nulmeting dat er bij Kind, Jeugd & Gezin en bij WDL al veel in gang is gezet. Zo zijn de meeste locaties bij KJG zijn al Rookvrij! Ook bij de clusters Wonen en Ambulant zijn acties gestart om rookvrij te worden.

### **Toolbox**

Samen met studenten ontwikkelden we een toolbox boordevol tips en tools om invulling te geven aan Cosis Rookvrij. De box is bedoeld voor medewerkers en cliënten. Op drie locaties hebben wij een succesvolle pilot gehouden met de box. We vullen de box nog wel aan met een spel voor cliënten. Vanuit VGN is er een prijs gewonnen voor de toolbox.



## 5. Vergroten kennis en bewustwording





## Vergroten kennis en bewustwording

Verduurzaming begint bij mensen. Daarom willen wij de kennis van medewerkers en cliënten over maatschappelijk verantwoord ondernemen en verduurzaming vergroten. Dat doet wij via energiecampagnes, voorlichtingsbijeenkomsten en het verspreiden van duurzame tips. Maar vooral door actief met medewerkers, cliënten en verwanten in gesprek te gaan.



*We informeren al onze professionals over de relatie tussen menselijk handelen, klimaatverandering, vervuiling en gezondheid.*

*We organiseren elk jaar bijeenkomsten voor medewerkers en cliënten*

*Elk kwartaal besteden we organisatiebreed aandacht aan een duurzaamheidsthema*

*We organiseren samen met Op Naar Nul (ONN) minimaal 20 workshops en energiescans op locatie*

*We bezoeken minimaal 10 locaties met onze Ecosibus*

*Elke dinsdag publiceren we in de hele organisatie een duurzame tip.*

## Dit zijn onze doelen voor 2025

- We informeren al onze professionals over de relatie tussen menselijk handelen, klimaatverandering, vervuiling en gezondheid.
- We organiseren elk jaar bijeenkomsten voor medewerkers en cliënten
- Elk kwartaal besteden we organisatiebreed aandacht aan een duurzaamheidsthema
- We organiseren samen met Op Naar Nul (ONN) minimaal 20 workshops en energiescans op locatie
- We bezoeken minimaal 10 locaties met onze Ecosisbus
- Elke dinsdag publiceren we in de hele organisatie een duurzame tip.



## 'Verduurzamen zit 'm vaak in verrassend kleine dingen'

Het inspiratieteam Duurzaamheid van Cosis maakt collega's en cliënten enthousiast om samen te verduurzamen. Onder meer door inspirerende initiatieven te organiseren. Mabel Stevens en Silly Poelstra: 'Je merkt dat duurzaamheid op steeds meer locaties leeft.'

### Waarom heeft Cosis een Inspiratieteam?

**Mabel:** 'Cosis zet vol in op verduurzaming. En daar hebben wij iedereen bij nodig. Want, verduurzamen gaat niet alleen over energie, gebouwen en inkoop. Het gaat ook over ons gedrag. Over de keuzes die jij en ik maken. Als we allemaal duurzamer denken én doen, kunnen we samen grote stappen zetten.'

### Hoe dragen jullie daaraan bij?

**Silly:** 'Met kleine en grote acties willen wij collega's en cliënten bewustmaken van het belang van verduurzaming. Over hoe je zelf zuiniger met energie, voedsel of kleding kunt omgaan. En we willen hen inspireren om mee te verduurzamen: je kunt immers op veel manieren een verschil maken.'



*Silly en Mabel*

### Wat hebben jullie in 2023 zoal gedaan?

**Mabel:** 'Het duurzaamheidsfestival dat wij mochten organiseren was onze hoofdactiviteit. Maar we zijn ook met onze Ecosisbus op pad geweest. Verder hebben we met adviesbureau Op Naar Nul voorlichting gegeven over duurzaamheid. Ook hebben we via intranet een hele serie Duurzame dinsdag-tips gedeeld.'

### Zien jullie het duurzaamheidsbewustzijn groeien?

**Silly:** 'Absoluut. Op steeds meer locaties ontstaan leuke acties en ideeën. Denk aan locaties die hun afval beter willen scheiden of minder voedsel willen weggooien. Wij hopen de komende jaren nog veel meer collega's enthousiast te maken voor verduurzaming.'

*Het Inspiratieteam duurzaamheid kwam in 2023 meerdere keren bijeen. Het team richt zich op het realiseren van een duurzaam Cosis. De groep wordt gevormd door enthousiaste collega's van verschillende afdelingen, aangevuld met een ervaringsdeskundige.*





(afvalverwerking), Argo (schoonmaak) en !Pet (projectinrichting) lieten zien hoe zij de wereld een beetje duurzamer maken.

### **André Kuipers**

Inspirerend was de lezing van astronaut André Kuipers. Hij onderstreepte niet alleen het belang van verduurzaming – de aarde is kwetsbaar. Hij liet bijvoorbeeld ook zien hoe moderne satellieten helpen om vervuiling op te sporen, soms tot de millimeter nauwkeurig.



### **Cosis en duurzaamheid**

Naast de boeiende lezingen, stonden verschillende afdelingen van Cosis klaar met infostands. Hierin lieten ze bezoekers zien wat er binnen Cosis allemaal gebeurt op het gebied van duurzaamheid. De lezingen en workshops werden druk bezocht en het festivalterrein bruisde dan ook van de duurzame energie!

### **Groot succes**

Dit eerste duurzaamheidsfestival was een succes. Daar geven wij in 2024 een vervolg aan. Wel in een iets andere vorm. In plaats van één centraal festival gaan wij meerdere kleinere festivals op verschillende locaties organiseren. Zo willen wij nog meer collega's en cliënten bereiken.





*Een impressie van het Duurzaamheidsfestival? Check de Aftermovie*

## Locaties aan de slag met workshops en energiescans ONN

**Op Naar Nul (ONN) maakt al 10 jaar lang een avontuurlijke reis naar een leefbaardere wereld voor morgen. Dit doet ONN door organisaties te begeleiden op weg naar duurzame gebouwen en bewuste gebruikers. Het afgelopen jaar bezocht ONN 24 Cosis-locaties.**

Hoe kun je op jouw locatie verduurzamen? En hoe kun je met elkaar slim energie besparen? Het zijn vragen die aan bod komen tijdens de workshops en energiescans die ONN verzorgt voor medewerkers en cliënten. Niet alleen inspirerend, de scans resulteren ook in handige tips om meteen energie te besparen.

### **'Leuk, leerzaam en praktisch'**

In december was ONN te gast op locaties Molenerf en Klinkhamer in Uithuizen. Teamcoördinator Jacqueline Daalmeijer: "De workshop en de energiescan waren leuk, leerzaam én praktisch. Zo kregen we een overzicht van tips hoe we met elkaar duurzamer kunnen werken en leven. Een aanrader voor elke locatie."

## Themabijeenkomst Centrale Cliëntenraad

In het najaar hielden wij een themabijeenkomst met de Centrale Cliëntenraad. De focus lag op gezonde leefstijl. Deze sessie resulteerde in meer inzicht in de belangen en wensen bij cliënten. Dit leverde waardevolle tips op om samen te bouwen aan een gezondere en duurzamere leefomgeving.

# Colofon en contact

Teksten: [Bert Kobus](#)

Afbeeldingen bij doelen: Silke Pilon, InspireMedia. InspireMedia is een werkproject van Cosis.

Overige afbeeldingen: Cosis, Ronald van der Heide, Canva.nl

Contact: Vragen of tips? Mail naar: [duurzaam@cosis.nu](mailto:duurzaam@cosis.nu)

[www.cosis.nu](http://www.cosis.nu)

Lauwers 179405 BL Assen

Telefoon 088 839 3000

Meer [publicaties](#) van Cosis

Assen, 1 juli 2024