

Een groenere praktijk is altijd mogelijk

Steeds meer huisartsen willen 'iets' doen met verduurzaming. Maar wat zijn de mogelijkheden en welk prijskaartje hangt daaraan? Het antwoord op die vraag verschilt per situatie, vertellen Sebastiaan Prause, coördinator van LHV Bouwadvies en architect Marjolein van Dijl. 'In iedere praktijk kun je wel iets verduurzamen.'

TEKST: BERBER BIJMA
FOTO: MIRJAM VAN DER LINDEN

Weinig huisartsen zullen het belang van verduurzaming ontkennen. Maar waarom je in je eigen praktijk wilt verduurzamen, kan verschillen. 'Moet je of wil je, of allebei? Die vraag stel ik vaak als eerste als huisartsen mij bellen voor advies over verduurzaming', vertelt Sebastiaan Prause, coördinator van LHV Bouwadvies. 'Het antwoord op die vraag kan namelijk verschil maken voor de maatregelen die je het beste kunt nemen. Soms móet je verduurzamen, bijvoorbeeld als je bij de bank een hypotheek wilt afsluiten voor een ander praktijkpand. Het energielabel is dan medebepalend voor de financiële haalbaarheid.' 'In 2023 moet elk kantoorgebouw energielabel C of hoger hebben. Verwacht wordt dat dat op termijn ook gaat gelden voor zorggebouwen', vult Marjolein van Dijl aan. Zij is een van de architecten uit het expertisenetwerk van LHV Bouwadvies (zie kader 'LHV Bouwadvies helpt u op weg'). 'Banken kunnen daarop vooruitlopen door niet zomaar een lening te verstrekken voor een praktijkpand met label G, zonder verduurzamingsplannen.' Veel vaker zien Prause en Van Dijl echter dat huisartsen willen verduurzamen. Prause: 'Het leeft meer en meer. Er is vrijwel geen huisarts die er niet over nadenkt. Begin oktober hadden we op de LHV Huisartsendag nog een sessie over verduurzaming voor een volle zaal met huisartsen die energiebesparende maatregelen willen nemen.' Van Dijl: 'Daar kunnen heel verschillende redenen voor zijn. De een wil kosten besparen, de ander doet het voor het milieu of voor toekomstige generaties. Een gezonde leefomgeving en een gezonde toekomst voor onze kinderen is een thema dat heel goed past bij het werk van huisartsen.' Het is goed om tijdig na te denken over verduurzaming, zegt Van Dijl, want in sommige gebouwen vergt dat ingrijpende maatregelen. 'Als je wilt verduurzamen door bijvoorbeeld de gevel aan de binnenzijde te isoleren, dan moet je meestal tijdelijk uit je pand. Dat houdt nogal wat in. Daar wil je je echt niet door laten verrassen.'

■ VERBOUW OF NIEUWBOUW

De keuze tussen verbouw of nieuwbouw is in theorie een interessante, maar in de praktijk doet die keus zich nauwelijks voor, zegt Prause. 'Huisartsen zijn in deze tijd al blij als ze een geschikt pand hebben. De luxe om te kiezen tussen nieuwbouw of verduurzaming van het bestaande pand, is er bijna nooit. Een energieneutraal nieuw pand met een ideale indeling neerzetten is natuurlijk fantastisch, maar het belangrijkste is dat de zorg in de wijk blijft.'

Als er al keuze is, is verbouw eigenlijk altijd duurzamer, stelt Van Dijl. 'Alles wat je kunt behouden, is een duurzamer keuze, al is het maar de schil van het huidige gebouw. Voor nieuwbouw moeten materialen worden gemaakt en aangevoerd, vaak vanuit de hele wereld. Dat komt qua CO₂-voetafdruk eigenlijk altijd hoger uit.'

Voor nieuwbouw in de gezondheidszorg is energieneutraal nog niet de wettelijke norm. 'BENG, Bijna Energie-Neutrale Gebouwen, zijn op dit moment de norm', legt Van Dijl uit. 'Natuurlijk kun je verder gaan en écht energieneutraal bouwen. Dat kost in de voorbereiding extra tijd, maar niet meer zóveel als een aantal jaren geleden, omdat er steeds meer duurzame keuzes voorhanden zijn. Een andere superduurzame keuze is bouwen met tweedehands bouwmaterialen, maar dat kost heel veel zoektijd. Voor renovatie van bestaande gebouwen is dat doorgaans geen optie, simpelweg omdat de bestaande maten van het gebouw en het tweedehands materiaal niet bij elkaar passen.'

Alles is mogelijk, stelt Van Dijl, ook een monumentaal pand energieneutraal maken. 'Energie neutraal bouwen of verbouwen kán, maar de kosten zijn vaak niet in verhouding. De vierkantemeterprijs gaat te veel uit de pas lopen met de opbrengst van de praktijk. Dáár loopt het op stuk – niet op de ambitie.'

Een project als in de Amsterdamse Dufayschool is juist daarom zo mooi, vindt ze (zie kader 'We krijgen een prachtig pand met een gezonde uitstraling'). 'De gemeente neemt hier de kosten voor een ingrijpende duurzame renovatie

Niet (ver)bouwen? Zo wordt u toch duurzamer

Kunt u of wilt u het praktijkpand niet verduurzamen, maar tóch een bijdrage leveren aan het milieu? Dat kan zeker. U kunt bijvoorbeeld overstappen op groene stroom, het aan- en uitslaan van de verwarmingsinstallatie optimaal inregelen of een zogeheten doorstroombegrenzing op kranen zetten. Dat laatste vraagt een investering van nog geen 7 euro per kraan en levert een waterbesparing op van zo'n 30 tot 50 procent, naast een energiebesparing van 25 procent. Daarnaast kunt u afval (beter) scheiden, overstappen op led-verlichting en milieuvriendelijke schoonmaakmiddelen of een (bijna) papiervrije organisatie worden. En misschien kunt u met uw apotheker overleggen over het verminderen van papier en verpakkingsmateriaal.

Ook als u geen eigen praktijk heeft, kunt u duurzame stappen zetten. Uw medicatiebeleid biedt bijvoorbeeld mogelijkheden om te vergroenen. Wist u dat poederinhalatie voor astma- en COPD-patiënten de meest duurzame keuze is? Daarnaast kan uw vervoer wellicht duurzamer, met een elektrische auto of – nog beter – fiets. Een 'gewone' fiets is uiteraard het meest duurzaam, maar bij harde wind of haast kan de verleiding groot zijn om dan toch de auto te nemen. Een elektrische fiets kan een mooi compromis zijn.

PRAKTISCHE TIPS EN STAPPENPLAN

In het e-boek De groene huisartsenpraktijk, dat de LHV onlangs heeft uitgebracht met NHG en Stimular, vindt u nog meer tips en adviezen over hoe u uw praktijkpand, de praktijkinrichting, uw praktijkvoering en uw consulten kunt vergroenen. Het e-boek biedt ook een stappenplan om heel concreet met die verduurzaming aan de slag te gaan en verwijst naar diverse hulpmiddelen die daarvoor op de markt zijn. Een daarvan is de 'Milieubarometer', waarmee u kunt meten hoe uw CO₂-voetafdruk zich ontwikkelt. Het e-boek geeft zowel informatie over (hele) kleine maatregelen die u kunt nemen, als over grondige ingrepen om te verduurzamen. U vindt het e-boek door de titel in te typen in de zoekbalk op lhv.nl.

‘Het is mooi als we zoveel mogelijk van elkaars ervaringen kunnen profiteren’

voor haar rekening, inclusief eventuele tegenvallers. Voor de huisartsen zelf zou dat niet te doen zijn.’

■ WAAR TE BEGINNEN?

Er zijn legio verduurzamingsmogelijkheden met elk een eigen kostenplaatje en ieder bestaand gebouw heeft zijn beperkingen – waar begin je eigenlijk met energiebesparende maatregelen? Prause: ‘Als je de waarom-vraag hebt beantwoord, kun je verschillende mogelijkheden verkennen.’ Als coördinator van LHV Bouwadvies adviseert hij daarover regelmatig huisartsen. ‘Dat kan variëren van een algemeen advies tot een steeds praktischer advies over verschillende mogelijkheden voor verduurzaming of een haalbaarheidsonderzoek voor duurzame renovatie. Voor dat laatste breng ik de huisarts in verbinding met een van de acht adviseurs van Bouwadvies. Dat zijn mensen die ervaring hebben met

bouwen en verbouwen voor de eerste lijns zorg en van wie de LHV weet: daar kun je van op aan. Ik hoop dat huisartsen mij altijd bellen met vragen over of ervaringen met verduurzaming, zodat we een plek hebben waar veel informatie samenkomt. We werken aan een plek op HAweb die ook voor die uitwisseling over verduurzaming gebruikt kan worden. Het is natuurlijk mooi als we zoveel mogelijk van elkaars ervaringen kunnen profiteren. Die behoefte zag ik op de LHV Huisartsendag ook heel duidelijk: “Hoe heb jij dat aangepakt?”

De LHV heeft onlangs samen met het NHG en Stimular het e-boek De groene huisartsenpraktijk uitgebracht (zie kader). Daarin staat onder meer een stappenplan voor verduurzaming. Prause: ‘Belangrijk is dat iemand in de praktijk de trekker is van de verduurzaming, om de motivatie vast te houden. Verduurzaming is eigenlijk altijd een meerjaren-

plan. Je kunt beginnen met de Milieubarometer in de te vullen, waarnaar we in het e-boek verwijzen. Dat geeft een beeld van de CO₂-voetafdruk op dit moment. Daarna kun je het – met het oog op de motivatie – als een soort sport zien om die afdruk met steeds meer maatregelen steeds kleiner te maken.’ Wat mogelijk is, verschilt per gebouw. Prause: ‘Soms zijn zonnepanelen een quick win, maar niet ieder dak leent zich ervoor én niet overal kan het energienet het aan.’ Ook de isolatiemogelijkheden verschillen per pand. Wie niets aan het pand kan of wil veranderen, kan ook zonder nieuwbouw of verbouw verduurzamen, bijvoorbeeld door over te stappen op een groene energieleverancier (zie kader). ‘Ook in het dagelijks werk kun je duurzame keuzes maken, of je nu praktijkhouder bent of niet. In iedere praktijk kun je wel iets verduurzamen’, concludeert Prause.

■ KEUZE EN COMFORT

Van Dijl pleit ervoor om keuzes te maken die bij je passen. ‘Voor de duurzaamheid is het bijvoorbeeld heel goed om zonneschermen aan de buitenkant van de ramen te hebben die meteen dichtgaan als de zon gaat schijnen. Daarmee houdt je de warmte buiten. Maar in het voorjaar vinden mensen het vaak juist heerlijk als de zon weer door de ramen schijnt. Voor het welbevinden van medewerkers is het over het algemeen beter als ze zélf kunnen kiezen wanneer die schermen naar beneden gaan. Zo is het thuis ook met verduurzaming: de een vindt het een heerlijke sport om kort te douchen, de ander wordt daar chagrijnig van en heeft liever een waterbesparende douchekop. Het is fijn om die keuze te hebben en niet te hoeven inleveren op comfort. Vroeger zeiden we: “Trek maar een extra trui aan”. Dat is geen vooruitgang, op die manier moeten we niet willen verduurzamen.’

Een praktijk die met oog voor welbevinden en comfort verduurzaamt, heeft een inspirerende uitstraling, merken zowel Prause als Van Dijl. Prause: ‘Voor de huisarts en het ondersteunend team geeft het een goed gevoel om duurzaam bezig te zijn. Als medewerkers zien wat er in de praktijk gebeurt, gaan ze vaak ook thuis praten over wat er mogelijk is qua verduurzaming. En als je de duurzaamheid echt uitstraalt, bijvoorbeeld met een balie die van pallethout is gemaakt of een gerecyclede eyecatcher, kan dat voor patiënten ook inspirerend zijn, zonder dat je iets opdringt.’ Ook Van Dijl merkt dat verduurzaming van de praktijk vaak een ‘sneeuwbal effect’ heeft op het bewustzijn van medewerkers en hen ertoe aanzet thuis dingen anders te doen. ‘Veel meer mensen zijn duurzaamheid de afgelopen jaren normaal gaan vinden. En gelukkig maar; verduurzaming hoort ook niet iets bijzonders te zijn.’ ■



‘We krijgen een prachtig pand met een gezonde uitstraling’

Patty Grannetia is een van de Amsterdamse huisartsen die medio volgend jaar hun intrek hopen te nemen in het DufayHuis aan de Dufaystraat in Amsterdam-Zuid. Tot een paar jaar geleden huisvestte het monumentale pand een basisschool. Omdat het gebouw niet meer aan de eisen voldeed, verhuisde de school en kwam het gebouw leeg te staan. Het stadsdorp Vondeldorp, een buurtinitiatief voor meer saamhorigheid en activiteiten, wilde het gebouw graag een nieuwe betekenis voor de buurt geven.

Patty Grannetia heeft haar huisartsenpraktijk in dezelfde omgeving en wist van de ambitie van het stadsdorp. In de tijd dat daar volop over werd gepraat, zegde de particuliere verhuurder van haar praktijkpand onverwacht de huur op. Een maand later overkwam collega’s even verderop hetzelfde. ‘Vijf huisartsen met samen vier praktijken en achtduizend patiënten

dreigden op straat te komen staan.’ Een intensieve zoektocht met gemeente, verzekeraar, buurtregisseur en makelaar leverde geen nieuwe huisvesting op. ‘Toen ben ik met het stadsdorp gaan praten’, vertelt Grannetia. Iedereen was enthousiast en de plannen kregen in no time vorm: de vier huisartsenpraktijken zouden samen met onder meer fysiotherapeuten, apotheek en consultatiebureau in het DufayHuis trekken. Het pand krijgt bovendien een echte buurtfunctie met ontmoetingscafé, een buitenterras, een leestafel, een buurtkamer en een moestuin. ‘We hadden het gebouw zo vol.’

Groot geluk voor de huisartsen was dat de gemeente er oren naar had en de kosten voor de verbouwing op zich wilde nemen. Grannetia: ‘De gemeente wil ruimte voor de eerste lijn waarborgen in een totaal uit de hand lopende vastgoedmarkt. Daarin neemt Amsterdam een bijzonder stand-

punt in.’ De plannen zijn uitgewerkt samen met een architect uit het netwerk van LHV Bouwadvies. ‘Het moest écht duurzaam, vond de gemeente, met het oog op de toekomst. De bedoeling is natuurlijk dat hier voor heel veel jaren huisartsenzorg wordt gevestigd.’

Een monument verbouwen houdt nogal wat in, merkt Grannetia nu de verbouwing gaande is. ‘De vloer bleek bijvoorbeeld lang niet sterk genoeg. Tijdens een verbouwing in de jaren zeventig is er iets misgegaan, waardoor er nu betonrot in zit. De terrazzovloer gaat eruit én opnieuw erin, want dat moet van Monumentenzorg. Er komen isolerende voorzetramen die 22 kilo per vierkante meter wegen en daarom extra sterke scharnieren nodig hebben. Het hele pand wordt gasloos en krijgt lage-temperatuurverwarming. De precieze technische details weet ik niet, maar het is zonder meer een huzarenstuk wat hier wordt geleverd.’

De huurprijs die de huisartsen straks aan de gemeente betalen is ‘net te doen’, zegt Grannetia. De gemeente verwacht de kosten van de verbouwing in zo’n twintig

jaar terug te verdienen door de verhuur. ‘De gemeente kán de huurprijs natuurlijk niet te laag maken, want dat zou verkapt subsidie zijn en niet eerlijk tegenover collega’s. We moeten de vaste meubelrichting zelf nog aanschaffen, dus het is financieel toch best een aderlating. Daar staat het grote voordeel tegenover dat we nu een betrouwbare verhuurder hebben én een fantastisch pand voor de hele buurt met een prettige sfeer en een gezonde uitstraling.’

Bij de vaste inrichting worden straks zeker ook duurzame keuzes gemaakt. ‘Duurzaamheid is belangrijk, simpelweg voor het milieu. Daar moeten we allemaal onze bijdrage aan leveren. Ik doe mijn visites al 32 jaar op de fiets, we proberen zo weinig mogelijk te verspillen. De LEAN-cursus die we onlangs hebben gedaan, helpt daarbij. Maar we gaan ook gerust een uurtje zitten om te zorgen dat we zoveel mogelijk verpakkingsmateriaal van de GGD-kits voor kweken kunnen hergebruiken. En reken maar dat je bij ons openingsfeest geen ballonnen zult zien.’



LHV Bouwadvies helpt u op weg

Zonnepanelen of een warmtepomp? Kan ik mijn monumentale pand verduurzamen? Is energie-neutrale nieuwbouw voor mij haalbaar? Met deze en al uw andere vragen over verduurzaming kan LHV Bouwadvies u verder helpen. Coördinator Sebastiaan Prause brengt u in contact met een netwerk van deskundige adviseurs met uiteenlopende expertises. Zij hebben allemaal hun sporen verdiend in het (ver) bouwen voor de eerstelijnszorg. LHV Bouwadvies kan u helpen met onder meer een gratis eerste adviesgesprek (telefonisch) en vervolgens desgewenst met een haalbaarheidsonderzoek, het opstellen van een programma van eisen, een adviesplattegrond, een technische keuring en hulp bij uw huurcontract of intentieverklaring. Uiteraard hoort daarbij ook advies over verduurzamingsmaatregelen die voor uw situatie optimaal zijn. Een overzicht van alle diensten vindt u op lhv.nl, zoek op /Bouwadvies diensten.