

wyzwanie: **#BiuroZeroWaste**

poziom: **STARTER**



Rozwiązania zero waste (bez marnowania) w biurze mogą stanowić wyzwanie, ale ułatwimy Wam to. Na początek proponujemy zestaw zadań w ramach wyzwania Biuro Zero Waste.

Jak wziąć udział w wyzwaniu? Wybierzcie poziom, od którego chcecie zacząć: starter, smarter lub super i... do dzieła!

Opisy zadań na poziomie STARTER znajdziecie poniżej.

Aby przystąpić do wyzwania i uzyskać materiały pomocnicze, wystarczy napisać na: [wyzwanie@biurozerowaste.pl](mailto:wyzwanie@biurozerowaste.pl), w temacie wpisując poziom: STARTER

**#BiuroZeroWaste**  
**#Interseroh**

# 1 KUCHNIA



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz ilość odpadów opakowaniowych i zasobów zużytych na produkcję opakowań oraz przetwarzanie odpadów opakowaniowych.

**REUSE** – ponownie wykorzystujesz posiadane pojemniki (np.: słoiki).

**Wyliminujcie jednorazowe i pojedynczo pakowane produkty.** Zamiast torebeczek z cukrem – cukiernica, zamiast mleczka w pojemnikach – mleczniki. Aby pozostać w zgodzie z podejściem zero waste/bez marnowania, najpierw zużyjcie to, co już jest, pamiętając, aby opakowania przekazać do recyklingu. Pomyślcie też twórczo o tym, co naprawdę Wam potrzebne, np.: zamiast kupować nową cukiernicę, możecie wykorzystać słoiczki ;)

# ŁAZIENKA



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz ilość zasobów potrzebnych do wyprodukowania papieru toaletowego i bielenia makulatury.

**Pożegnajcie się z białym papierem toaletowym na rzecz tego z recyklingu.** Może nie będzie równie piękny, za to na pewno mniej szkodliwy dla środowiska. Dlaczego nie bielony? Żeby uniknąć niepotrzebnej chemii wykorzystywanej do wybielenia makulatury.

# STANOWISKO PRACY



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz ilość zużywanego tuszu i papieru, oszczędzasz zasoby potrzebne do ich produkcji, a także środki wydawane na ten cel.

Zmieńcie domyślne ustawienia druku na **druk dwustronny w odcieniach szarości**. Ciekawostka: nieodczuwalna dla oka zmiana nasycenia koloru czarnego ze 100% na 80% zminimalizuje zużycie tuszu.

# 4 SEGREGOWANIE ODPADÓW



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz zużycie folii i papieru, oszczędzasz na wysyłce firmowych przesyłek.

**REUSE** – ponownie wykorzystujesz raz wyprodukowane materiały.

Wyznaczcie w biurze miejsce, w którym będziecie gromadzić:

- Raz użyte, ale wciąż dobre koperty
- Folię i folię bąbelkową z przesyłek przychodzących
- Kartony nadające się do ponownego użytku
- Papier zadrukowany z jednej strony

Możecie je wykorzystać do własnych przesyłek wychodzących, a z zadrukowanego papieru zrobić notesy.

# 5 KONFERENCJE / SPOTKANIA



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REFUSE** – odmawiasz masowym rozwiązaniom, idziesz pod prąd powszechnemu trendowi pakowania wszystkich przekąsek.

**ROT** – zyskujesz materiał do kompostowania. Skórki, ogryzki – tego typu odpady świetnie nadają się do kompostowania.

**Przygotujcie poczęstunek zero waste.** Jeśli w Waszych salach konferencyjnych królują plastikowe butelki z wodą, cukierki pakowane pojedynczo i sklepowe ciasteczka z plastikowych korytek oraz folii, czas to zmienić. Przygotujcie poczęstunek zero waste.

Do picia: woda z kranu z plasterkiem cytryny lub listkami mięty w dużym dzbanku i szklanki.

Do jedzenia: owoce oraz wypieki kupione na wagę (słodkie bułeczki, ciasta). Wasz konferencyjny poczęstunek będzie cieszył nie tylko brzuchy, ale i oczy!

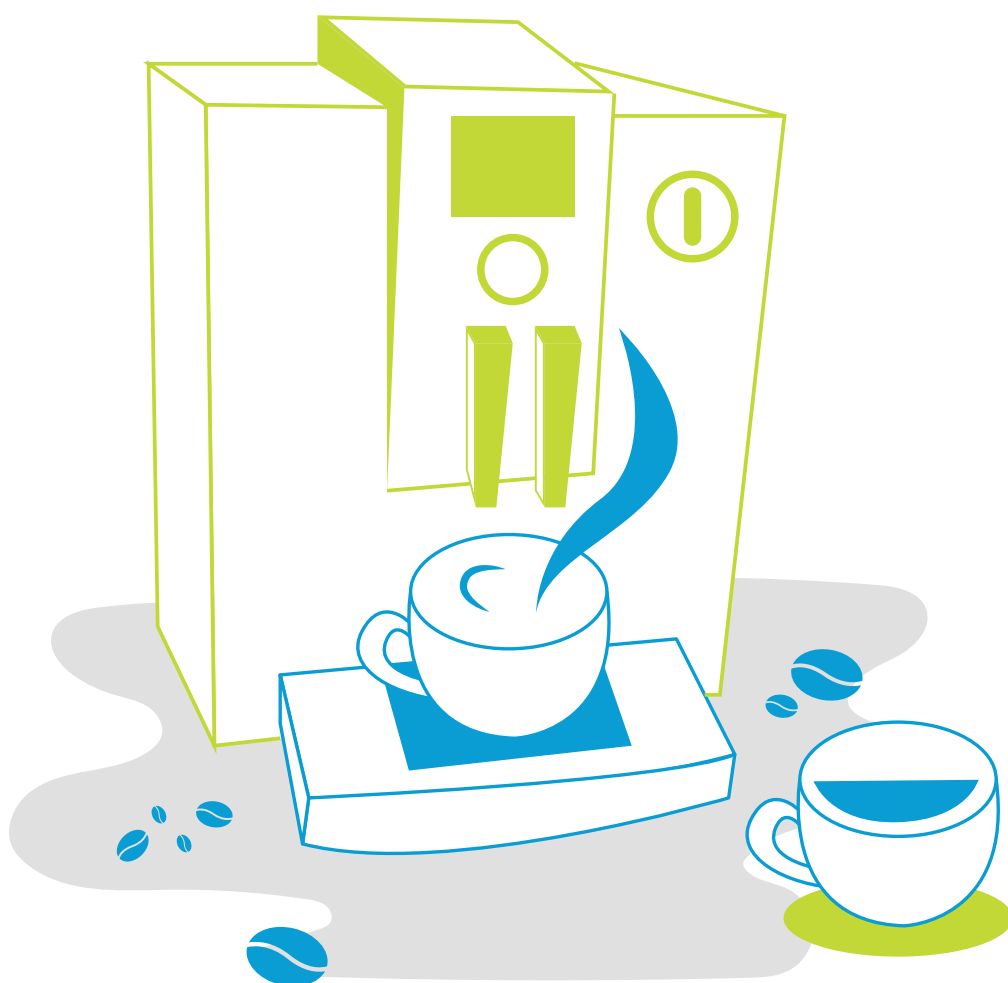
# PRZEMYŚL TO!

W biurach wypija się hektolitry kawy. Jedna drobna zmiana może sprawić, że wraz z kolejnymi kubkami kawy, ilość odpadów nie będzie rosła w zastraszającym tempie. Zamiast kawy w kapsułkach zainstalujcie ekspres mielący kawę na bieżąco. Zyskacie piękny zapach świeżo mielonej kawy, pozbędziecie się odpadów w postaci kapsułek, filtrów itp., a najbardziej zaangażowani mogą nawet kupić ziarna na wagę do własnego pojemnika. Jedyne odpady, jakie pozostanie po Waszej kawie to fusy – nadają się do kompostowania albo przygotowania domowego peelingu do ciała.

### POMOC od Interseroh

Jeśli potrzebujesz wsparcia w realizacji wyzwania #Biuro-ZeroWaste – daj nam znać. Na bazie naszych doświadczeń i wiedzy realizujemy audyty, szkolenia i warsztaty związane z prowadzeniem zrównoważonego biznesu, obowiązkami środowiskowymi przedsiębiorców oraz celami zrównoważonego rozwoju (SDGs).

Napisz na [wyzwanie@biurozerowaste.pl](mailto:wyzwanie@biurozerowaste.pl)



wyzwanie: **#BiuroZeroWaste**

poziom: **SMARTER**



Rozwiązania zero waste (bez marnowania) w biurze mogą stanowić wyzwanie, ale ułatwimy Wam to. Na początek proponujemy zestaw zadań w ramach wyzwania Biuro Zero Waste.

Jak wziąć udział w wyzwaniu? Wybierzcie poziom, od którego chcecie zacząć: starter, smarter lub super i... do dzieła!

Opisy zadań na poziomie SMARTER znajdziecie poniżej.

Aby przystąpić do wyzwania i uzyskać materiały pomocnicze, wystarczy napisać na: [wyzwanie@biurozerowaste.pl](mailto:wyzwanie@biurozerowaste.pl), w temacie wpisując poziom: SMARTER

**#BiuroZeroWaste**  
**#Interseroh**



# 1 KUCHNIA



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

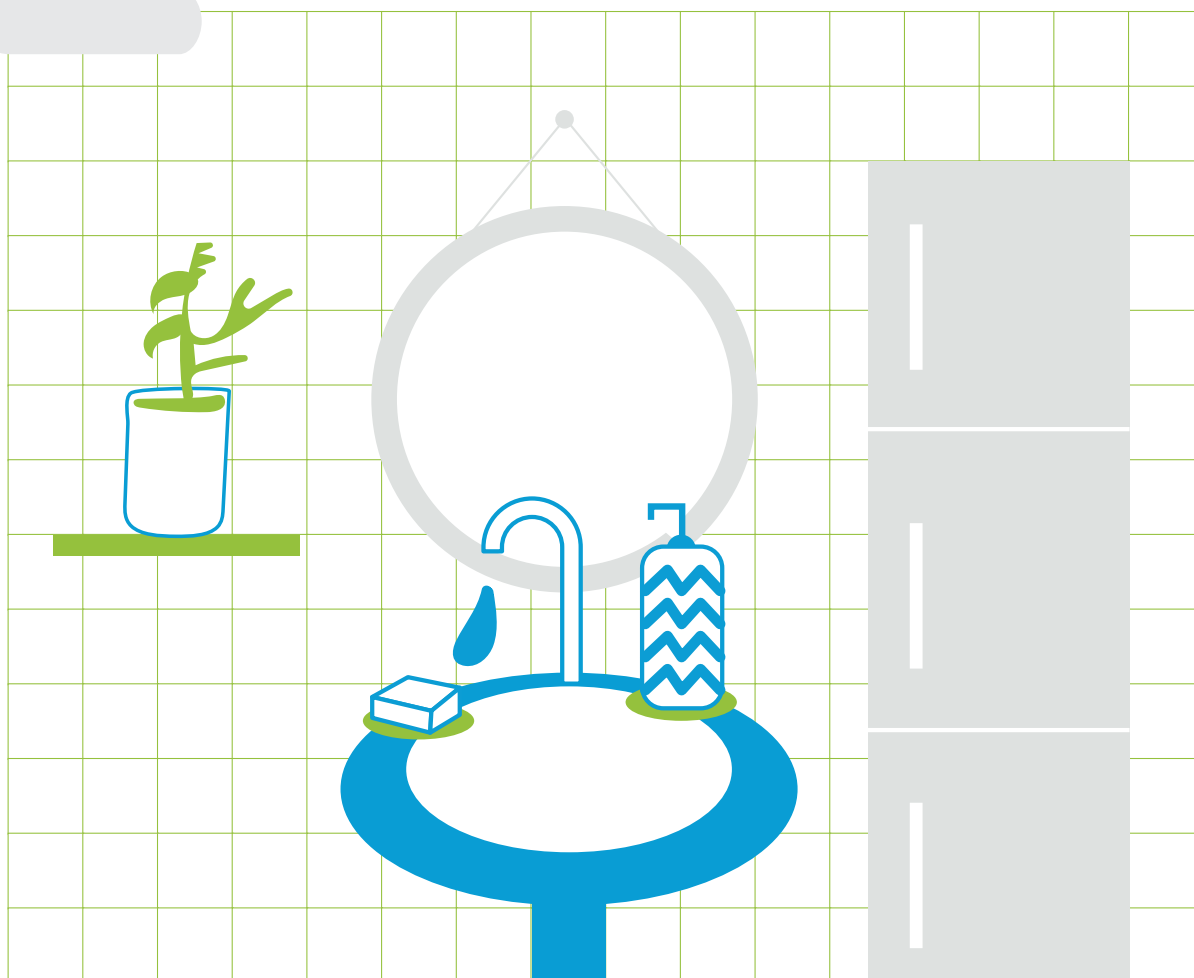
**REFUSE** – uczysz się odmawiać zachciankom, nie kupujesz jedzenia w nadmiarze.

**REDUCE** – ograniczasz ilość odpadów opakowaniowych i niwelujesz marnowanie jedzenia.

**Wspólne lodówki... moglibyśmy pisać o tym, ile jedzenia się w nich marnuje, ale pewnie sami to wiecie!** Nie ma złotej metody na to, aby wspólna lodówka mieściła tylko świeże jedzenie. Polecamy jednak przetestować te rozwiązania, by zapobiec marnowaniu żywności:

- Podpisywanie swoich pojemników – karteczki i flamaster przyczepicie na drzwiach lodówki, aby można było podpisać na miejscu.
- Wyznaczenie półki do dzielenia się jedzeniem – unikniecie wątpliwości, czy danie można zjeść.
- Ustalcie dzień, w którym robicie przegląd lodówki – jedzenie, którego data ważności przypada na ten dzień lub kolejny powinno zostać zjedzone (wspólny lunch?) albo przekazane tym osobom, które nie pozwolą się jedzeniu zmarnować, zabierając je do domu albo punktu foodsharingowego.
- Gdy jednak zdarzy się taka przykra sytuacja, że jakieś jedzenie musi zostać wyrzucone, zanotujcie na kartce jego wartość. Umieszczona na lodówce lista wyrzuconego jedzenia wraz z cenami i sumą działa na wyobraźnię!

# 2 ŁAZIENKA



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz ilość odpadów opakowaniowych i zasobów zużytych na produkcję opakowań oraz przetwarzanie odpadów opakowaniowych.

**Jeśli korzystacie z mydła w płynie, sięgnijcie po duże opakowania uzupełniające.** Zminimalizujecie w ten sposób ilość wyrzucanych opakowań. A jeśli chcecie pójść o krok dalej, przerzućcie się na mydło w kostce – można je kupić bez opakowania lub w samym kartoniku.

# 3 STANOWISKO PRACY



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz ryzyko zachorowań, tworzysz przyjazne miejsce pracy.

**REUSE** – w roli doniczek i osłonek możesz wykorzystać słoiki, puszki, kartoniki.

**Grasujący w miastach smog, szczelnie zamknięte klimatyzowane pomieszczenia – wszystko to może odbić się na naszym zdrowiu.** Dlatego warto w miejscach pracy umieścić rośliny. Dobrze sprawdzą się te oczyszczające powietrze. Według badania wykonanego przez NASA najwięcej toksycznych związków niweluje obecność Skrzydłokwiatu (*Spathiphyllum, Mauna Loa*). Dobrze sprawdzają się też: Bluszcz pospolity (*Hedera helix*), palma Chamedora wytworna (*Chamaedorea seifrizii*), Sansewieria (*Sansevieria trifasciata 'Laurentii'*) oraz Dracena obrzeżona (*Dracaena marginata*). Dla zrównoważonej pracy ważny jest także kolor roślin – soczysta, naturalna zieleń pozwala odpocząć oczom.

# 4 SEGREGOWANIE ODPADÓW



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – zmniejszasz ryzyko zmarnowanie surowców.

**RECYCLE** – optymalizujesz szansę na recykling odpadów – czysty strumień odpadów jest bardziej cenny.

Jeśli jeszcze tego nie robicie, zacznijcie segregować odpady. Nawet, jeśli nie jest to wymagane prawnie, wciąż możecie osobno zbierać niektóre typy odpadów, by lepiej je przetworzyć, np.:

**Puszki aluminiowe** – możecie zamówić specjalny pojemnik w ramach akcji Every Can Counts. O zebrane puszki trzeba się zatroszczyć samemu, szczęśliwie aluminium to bardzo cenny surowiec, więc jest duża szansa, że znajdą się chętni by odebrać od Was puszki.

**Zakrętki z tworzyw sztucznych** – ustawcie pudełko po to, by je gromadzić i przekazywać na cele charytatywne. Warto napisać, dla kogo zbieracie zakrętki.

# 5 KONFERENCJE / SPOTKANIA



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz użycie zasobów.

**RECYCLE** – przedmioty wykonane z materiałów recyklingowych łatwiej przetworzyć.

Kolejny plastikowy długopis, kolejna nylonowa smycz. **Nie dokładajcie się do strumienia jednorazowych gadżetów.** Zamiast tego zaproponujcie swoim klientom i partnerom upominki ekologiczne: drewniane ołówki, wieczne pióra, notesy z makulatury szyte sznurkiem, bawełniane torby, nasiona i rośliny, drewniane pudełka. Zastosujcie też zasadę: „jeśli chcesz, to weź” – np.: na konferencjach i spotkaniach nie szykujcie gotowych teczek z materiałami, nie przypisujcie każdej osobie gotowego pakietu, ale dajcie możliwość swobodnego wyboru tego, co potrzebne.

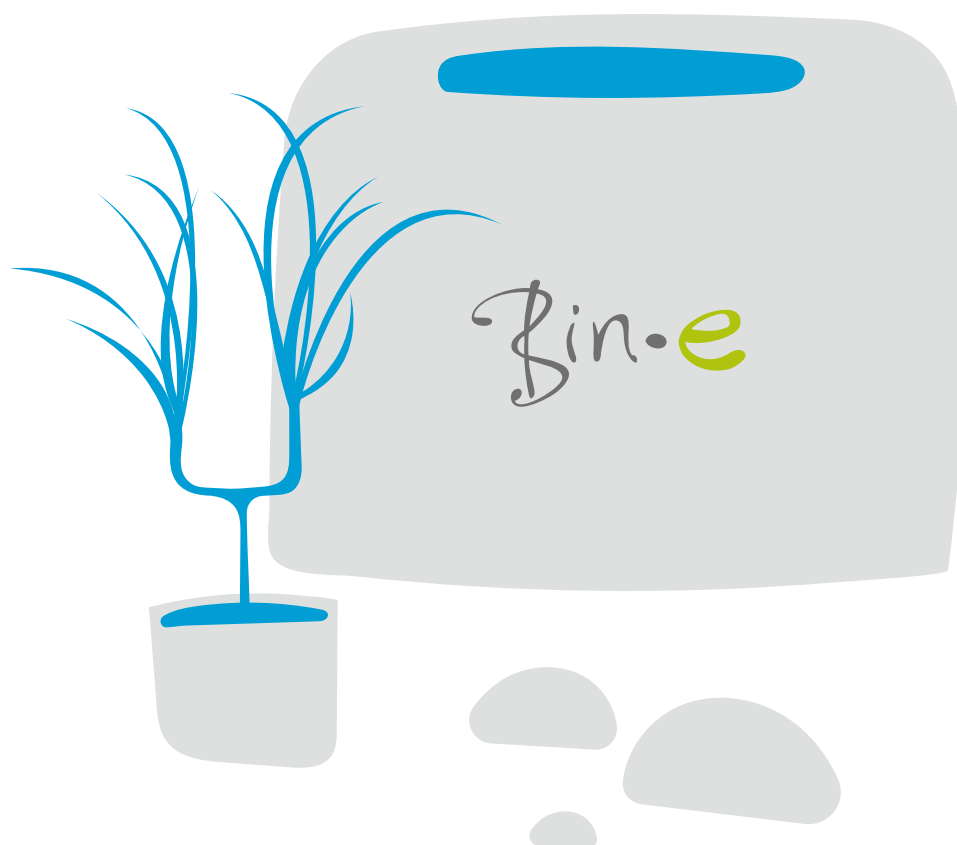
# PRZEMYŚL TO!

Segregowanie odpadów może być wyzwaniem – im więcej pracowników, tym więcej odpadów i tym więcej błędów przy segregowaniu odpadów. W dodatku odpady wrzucone do kosza mogą zajmować sporo miejsca, zmuszając do częstego opróżniania kosza. Jest na to sposób: BIN-e. To inteligentny, samouczący się kosz na odpady. Urządzenie ułatwia życie pracownikom, samodzielnie sortując odpady na wybrane grupy. BIN-e ma aż cztery wewnętrzne komory, z których dwie mogą dodatkowo kompresować odpady. Dzięki temu łatwiej efektywnie wykorzystać surowce wtórne. Urządzenie można potraktować jak nowoczesny biurowy mebel, dostosowując jego wygląd do wystroju wnętrza biura.

## POMOC od Interseroh

Jeśli potrzebujesz wsparcia w realizacji wyzwania #BiuroZeroWaste – daj nam znać. Na bazie naszych doświadczeń i wiedzy realizujemy audyty, szkolenia i warsztaty związane z prowadzeniem zrównoważonego biznesu, obowiązkami środowiskowymi przedsiębiorców oraz celami zrównoważonego rozwoju (SDGs).

Napisz na [wyzwanie@biurozerowaste.pl](mailto:wyzwanie@biurozerowaste.pl)



wyzwanie: **#BiuroZeroWaste**

poziom: **SUPER**



Rozwiązania zero waste (bez marnowania) w biurze mogą stanowić wyzwanie, ale ułatwimy Wam to. Na początek proponujemy zestaw zadań w ramach wyzwania Biuro Zero Waste.

Jak wziąć udział w wyzwaniu? Wybierzcie poziom, od którego chcecie zacząć: starter, smarter lub super i... do dzieła!

Opisy zadań na poziomie SUPER znajdziecie poniżej.

Aby przystąpić do wyzwania i uzyskać materiały pomocnicze, wystarczy napisać na: [wyzwanie@biurozerowaste.pl](mailto:wyzwanie@biurozerowaste.pl), w temacie wpisując poziom: SUPER

**#BiuroZeroWaste**  
**#Interseroh**

SUPER

# 1 KUCHNIA



## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz ilość odpadów opakowaniowych.

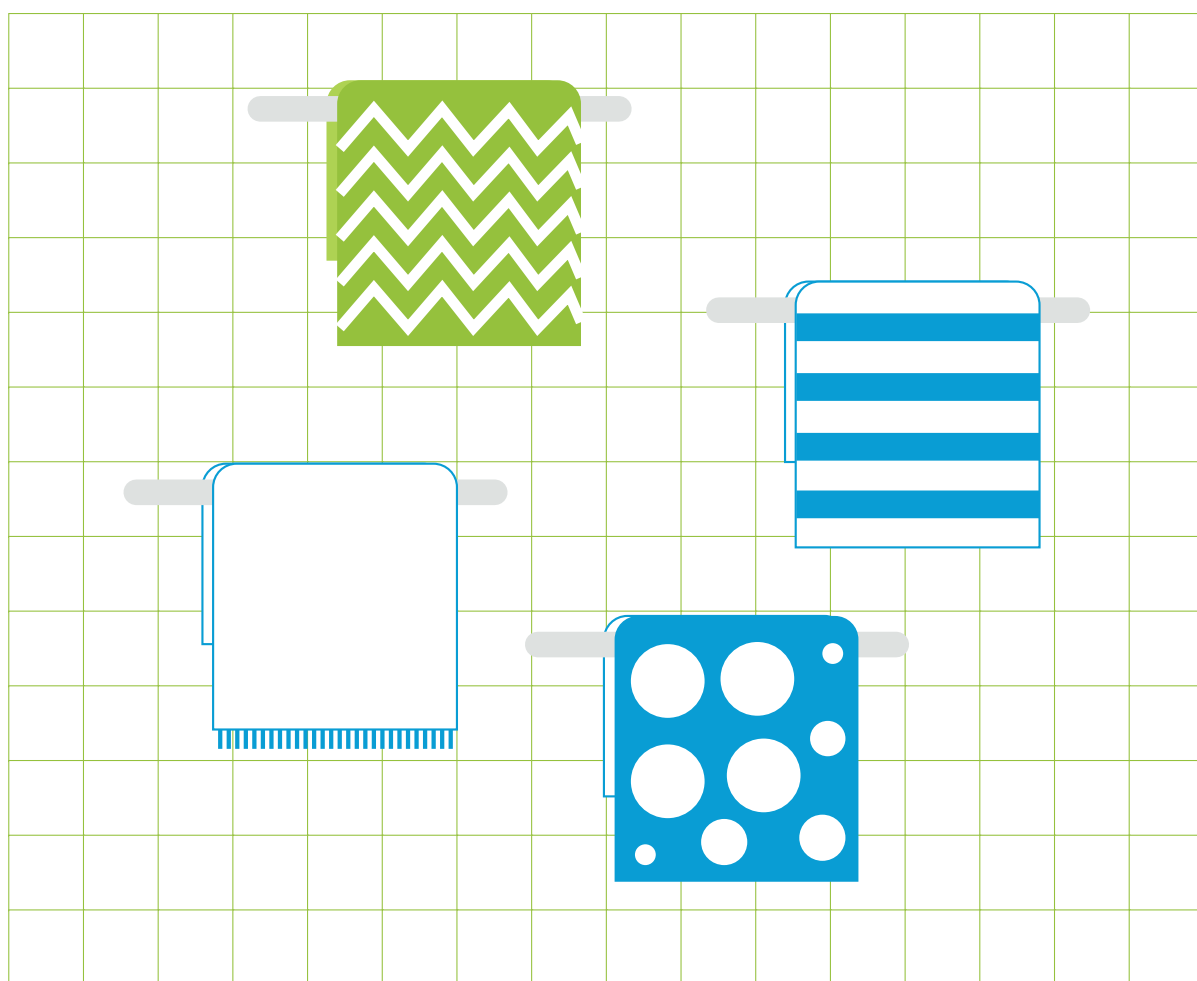
**REUSE** – tworząc własne woskowijki możesz dać drugie życie skrawkom materiału.

**Pan Kanapka** – wygoda, bo jedzenie dostarczane jest wprost do biur. Jednocześnie, każde danie, każda kanapka zapakowane są w plastik i folię. A gdyby tak poszukać dostawcy pakującego jedzenie w bardziej przyjazne materiały? Albo umożliwiającego zamówienie dań do własnych pojemników? To duża zmiana, dlatego zacznijcie małymi krokami, np.: zapewniając śniadania w postaci płatków, mleka, owoców (może uda się je sfinansować ze sprzedaży surowców - zobacz segregowanie odpadów na poziomie SMARTER!), albo dostarczając wielorazowe pojemniki na lunch lub organizując warsztaty z robienia [woskowijek](#) – dzięki takim działaniom pracownicy zobaczą, że jest ekologiczna alternatywa dla Pana Kanapki.



SUPER

# 2 ŁAZIENKA



**DLACZEGO TO JEST  
ZERO WASTE?**

**REDUCE** – ograniczasz ilość zużytej energii.

**Przyjrzyjcie się sposobom na suszenie rąk i postarajcie się zrobić krok w stronę zero waste.** Jeśli korzystacie z suszarki elektrycznej – ustawcie optymalny czas suszenia. Jeśli korzystacie z ręczników papierowych, przemyślcie zmianę na bawełniane z regularnym praniem. Pamiętajcie, że zawsze można COŚ zrobić, aby zużywać mniej surowców, energii, wody.

SUPER

# 3 STANOWISKO PRACY

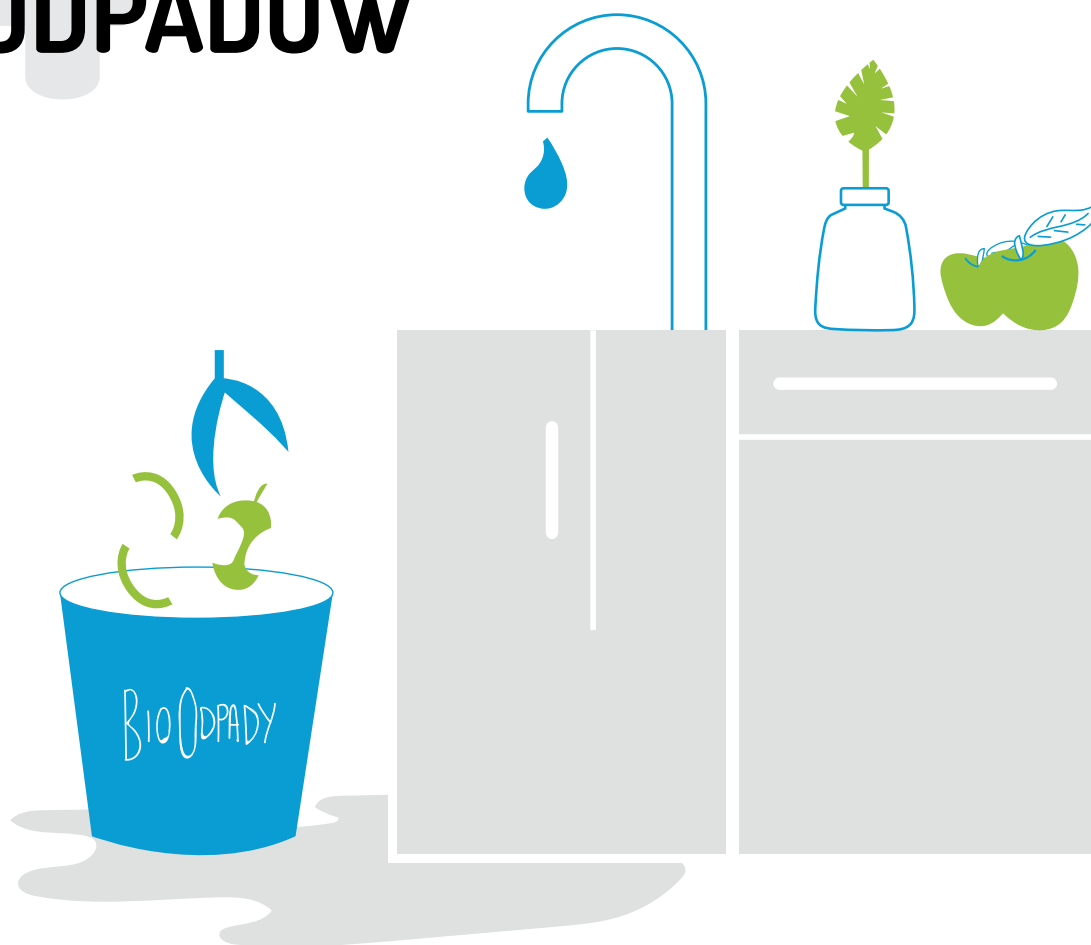


**DLACZEGO TO JEST  
ZERO WASTE?**

**REDUCE** – ograniczasz ilość spalin emitowanych do środowiska.

**Jeśli jeszcze ich nie macie, stwórzcie stanowiska do parkowania rowerów.** Być może uda się także opracować program motywacyjny zachęcający do korzystania z komunikacji publicznej (np.: dopłaty do biletów miesięcznych).

# 4 SEGREGOWANIE ODPADÓW



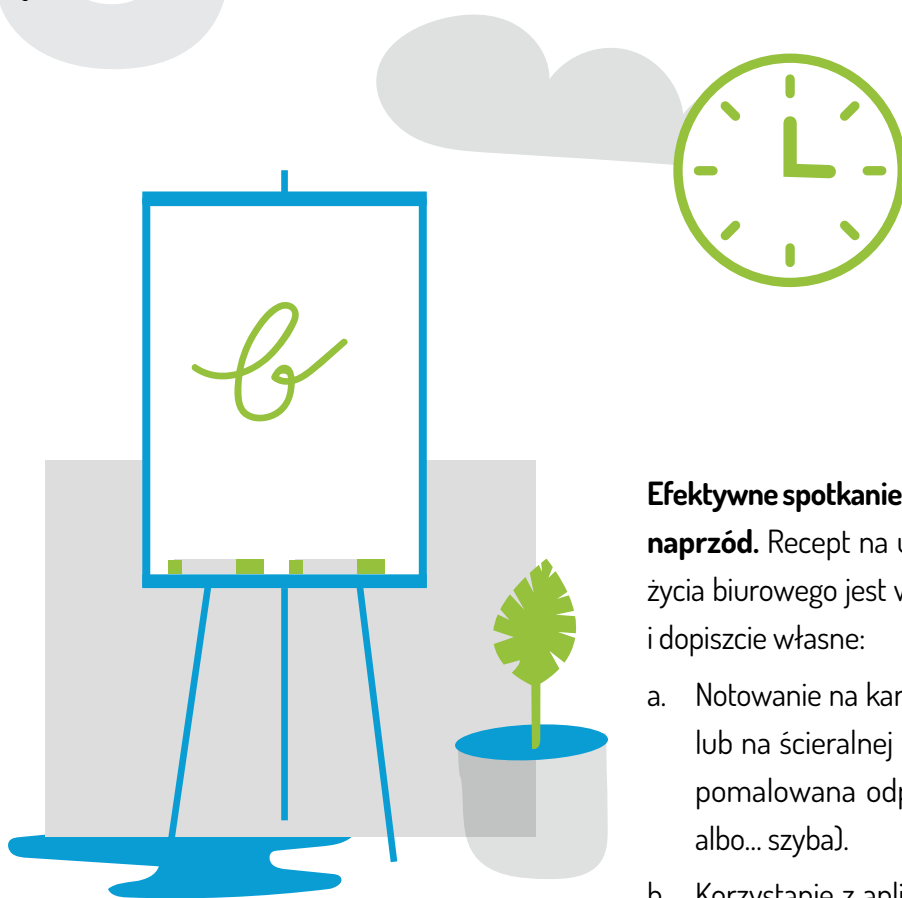
## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz ilość odpadów opakowaniowych.

**ROT** – kompostowanie to wyzwanie, ale jak najbardziej do zrobienia w biurze. Gotowy kompost można wykorzystać do nawożenia biurowych roślin, trawnika.

Biodopady to najbardziej kłopotliwa frakcja. Resztki jedzenia, skórki, fusy, rozkładając się wydzielają nieprzyjemne zapachy. Jednak ich obecność w strumieniu odpadów zmieszanych to dopiero katastrofa! Dlatego właśnie zacznijcie oddzielać biodopady od pozostałych śmieci. Możecie je później przekazać do społecznego kompostownika lub kompostować w biurze – z pomocą przychodzi Oklin GG 02 (zobacz w sekcji PRZEMYŚL T0).

# 5 KONFERENCJE / SPOTKANIA



**Efektywne spotkanie to klucz do posuwania pracy naprzód.** Recept na usprawnienie tego elementu życia biurowego jest wiele. Sprawdźcie kilka z nich i dopiszcie własne:

- Notowanie na kartkach z recyklingu (flipchart) lub na ścieralnej tablicy (może też być ściana pomalowana odpowiednią, zmywalną farbą albo... szyba).
- Korzystanie z aplikacji przekładających mowę na tekst (np.: My Secretary) – notatki same się robią, a Wy oszczędzacie czas.
- Ustalanie limitu czasu spotkania na okres krótszy niż zwykle, np.: 30 minut zamiast godziny). Dlaczego to ważne? W myśl Prawa Parkinsona, praca rozszerza się tak, aby wypełnić czas dostępny na jej ukończenie. Jeśli więc zależy Ci na sprawnym spotkaniu, wyznacz czas jego zakończenia i trzymaj się tych ustaleń. Rośnie szansa, że zdążycie wszystko omówić w ustalonym czasie, zamiast przeciągać spotkanie.

## DLACZEGO TO JEST ZERO WASTE?

**REDUCE** – ograniczasz marnowanie czasu i zasobów (papier).

SUPER

# PRZEMYŚL TO!

Tradycyjne kompostowniki wymagają sporo uwagi. W przypadku kompostowania z udziałem dżdżownic kalifornijskich, dochodzi jeszcze opieka nad tymi żyjątkami. Jednak jest alternatywa, szczególnie przydatna w biurze – Oklin GG 02, urządzenie działające na prąd, jak sprzęt AGD. Maszyna dzięki działaniu temperatury i mikroorganizmów Acidulo w 24 godziny rozkłada resztki żywności oraz bioodpady z biurowej kuchni i kantyny. Takie rozwiązanie jest estetyczne i praktyczne – samoobsługowe, ogranicza nieprzyjemne zapachy związane z rozkładem resztek żywności, ułatwia radzenie sobie z bioodpadami, które stanowią kłopotliwą frakcję.

## POMOC od Interseroh

Jeśli potrzebujesz wsparcia w realizacji wyzwania #Biuro-ZeroWaste – daj nam znać. Na bazie naszych doświadczeń i wiedzy realizujemy audyty, szkolenia i warsztaty związane z prowadzeniem zrównoważonego biznesu, obowiązkami środowiskowymi przedsiębiorców oraz celami zrównoważonego rozwoju (SDGs).

Napisz na [wyzwanie@biurozerowaste.pl](mailto:wyzwanie@biurozerowaste.pl)

