





Овој **Патоказ** е развиен во рамките на проектот „Поттикнување одржливи начини за работа во новата дигитална ера“ - SustainABLE, имплементиран од три партнерски организации: Центар за климатски промени – Гевгелија, ВИСС – Сандански и Геосфера – Битола. Проектот “SustainABLE” е финансиран од Националната агенција за европски образовни програми и мобилност во С. Македонија, преку програмата ЕРАЗМУС+ од страна на Европската Унија.

Изразените ставови и мислења се само на авторот(ите) и не мора да ги одразуваат ставовите на Европската унија или на Европската извршна агенција за образование и култура (ЕАСЕА). Ниту Европската Унија, ниту ЕАСЕА не можат да бидат одговорни за нив.



Содржина

Вовед	4
Што се одржливи работни практики?	4
Проектот SustainABLE	4
Придонес кон Целите за Одржлив Развој (ЦОР)	5
Патоказ за одржливи работни практики (SustainABLE Патоказ)	6
Управување со отпад	7
<i>Како да се подобрат практиките за управување со отпад?</i>	<i>8</i>
Енергетска ефикасност и Обновливи извори на енергија	9
<i>Како да се подобрат практиките за енергетска ефикасност?</i>	<i>10</i>
Ефикасност на ресурсите	11
<i>Како да се подобрат практиките за ефикасност на ресурсите?</i>	<i>12</i>
Одржлив транспорт	13
<i>Како да се подобрат практиките за одржлив транспорт?</i>	<i>14</i>
Работа од далечина	15
<i>Како да се подобрат практиките за работа на далечина?</i>	<i>16</i>
Виртуелни и хибридни состаноци и настани	17
<i>Како да ги подобрите практиките за виртуелни или хибридни состаноци и настани?</i>	<i>18</i>
Одржлива храна	19
<i>Како да се подобрат практиките за одржлива храна?</i>	<i>20</i>



Вовед

Што се одржливи работни практики?

Одржливи практики на работното место претставува примена на различни видови мерки, што можат да ги преземат НВО и ГО, со цел да го намалат јаглеродниот отпечаток и негативното влијание врз животната средина, како и да се намали потрошувачката на ресурси.

Воденешно време, со самиот брз развој и постојани промени, потребата од примена на поимот “одржливост” станува се повеќе значајна. Една од најзначајните предности во спроведувањето одржливи практики лежи во намалувањето на негативното влијание врз животната средина, минимизирањето на јаглеродниот отпечаток, како и поставувањето позитивен пример за пошироката заедница и другите сектори. Надвор од непосредните еколошки придобивки, усвојувањето одржливи работни практики обезбедува значителни предности за невладините организации, служејќи како моќен извор на мотивација. Одржливоста носи долгорочни финансиски придобивки за организациите преку оптимизирање на употребата на енергија и ресурси, што резултира со значителни заштеди на трошоците со текот на времето. Усвојувањето на одржливи работни практики го подобрува имиџот на организацијата, прикажувајќи ја како еколошки свесна и општествено одговорна, што ја подобрува нејзината репутација меѓу засегнатите страни и партнерите. Оваа позитивна слика привлекува поддржувачи и донатори кои се усогласуваат со овој вид политика.

Проектот SustainABLE

Целта на проектот **SustainABLE** е да се влијае на однесувањето на поединците кои работат во мали невладини организации и граѓански здруженија, особено во областа на зелената и дигиталната трансформација, придонесувајќи директно за намалување на емисиите на CO₂ и подобрување на јаглеродниот отпечаток. Ова вклучува подигање на свеста и развивање квалификации за усвојување на одржливи работни практики засновани на клучните принципи за одржливост, како што се кружна економија, одржлив транспорт, енергетска ефикасност, одржлива храна и мобилност и работа на далечина.





Придонес кон Целите за Одржлив Развој (ЦОР)

Целите и проектните активности на проектот SustainABLE обезбедуваат основа за поврзување со некои од **Целите за Одржлив Развој** на Обединетите нации (**ЦОР**). Согласно целите и индикаторите пропишани за секоја од целите за одржлив развој, преку имплементацијата на овој проект постои можност да се придонесе за постигнување на некои од овие цели, конкретно опфаќајќи ги следните 5 цели:



- 4 КВАЛИТЕТНО ОБРАЗОВАНИЕ
- 7 ДОСТАПНА И ЧИСТА ЕНЕРГИЈА
- 8 ДОСТОИНСТВЕНА РАБОТА И ЕКОНОМСКИ РАСТ
- 12 ОДГОВОРНА ПОТРОШУВАЧКА И ПРОИЗВОДСТВО
- 13 КЛИМАТСКА АКЦИЈА

Дополнително, може да придонесе во глобалните напори за постигнување на одржливост и остварување на целите на ЕУ за намалување на загадувањето и емисиите на стакленички гасови.

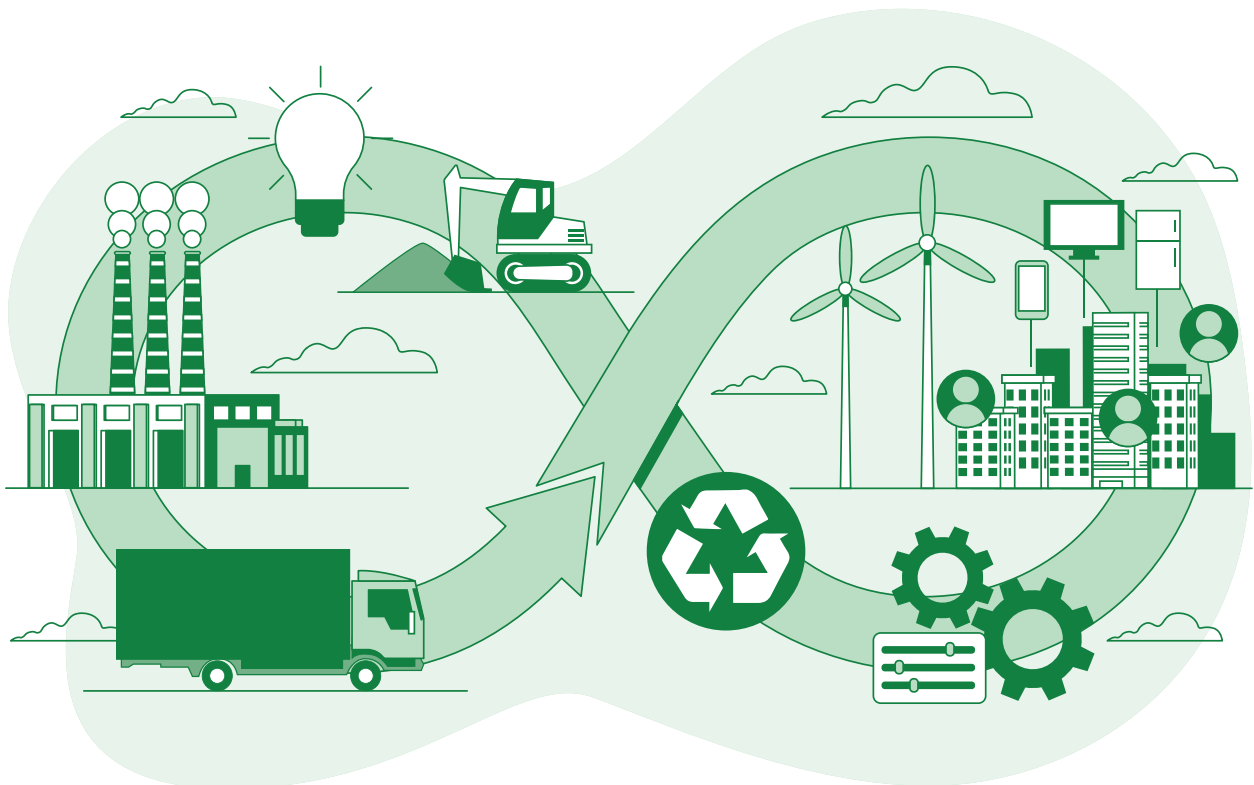


Патоказ за одржливи работни практики (SustainABLE Патоказ)

Патоказот за одржливи работни практики е иницијатива насочена кон поттикнување и зајакнување на напорите за одржливост низ различни сектори и заедници и директно да вклучи и да има корист од различни целни групи и засегнати страни. Главно е наменет за претставници во НВО и ГО, едукатори, водачи на заедницата и партнерски организации и други засегнати страни кои соработуваат со НВО и ГО.

За да се одговори на специфичните потреби и предизвици со кои се соочуваат НВО/ГО, беше спроведено истражување за проценка на подготвеноста на овие организации во однос на одржливи практики. Резултатите од ова истражување служат како основа за изразботка на Патоказ и Водич за одржливи работни практики. Според наодите од ова истражување, се гарантира дека стратешкиот пристап и конкретните мерки со практични решенија вклучени во Патоказот и Водичот се обезбедени за зајакнување на организациите и подобрување на имплементацијата на одржливи работни практики, како и за поттикнување на позитивни промени кон одговорноста за животната средина и долгорочна организациска одржливост.

Целта на Патоказот е да обезбеди насоки за организациите за тоа како да ги интегрираат целите и стратегиите поврзани со одржливост на работното место. Следниот дел од овој документ ги презентира конкретните мерки за спроведување на одржливи работни практики. Овие практики опфаќаат различни категории, како што се управување со отпад, енергетска ефикасност, ефикасност/зачувување на ресурсите, одржлив транспорт, работа на далечина, виртуелни/хибридни состаноци и настани и практики за одржлива храна. За секој од овие делови, ќе откриете чекори за нивна интеграција на работното место, како и увиди во врска со предвидените временски рамки, трошоци и нивото на тешкотија при усвојување на овие практики.



Управување со отпад

Глобално, секоја година се создаваат над 2 милијарди тони комунален цврст отпад, а само околу 16% од него се рециклира, што доведува до големо депонирање и загадување на животната средина.

Рециклирањето на еден тон хартија може да заштеди околу 17 дрвја, 26 m³ вода и 1,4 m³ нафта, што го истакнува позитивното влијание на рециклирањето врз зачувувањето на ресурсите.





Како да се подобрат практиките за управување со отпад?

- **Спроведување на програма за селекција и рециклирање отпад во рамките на организацијата**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Умерени (канти за отпад, едукативни материјали)
 - Потребно време за спроведување: Краткорочно до среднорочно
 - Други барања: Обука на вработените, партнерства за рециклирање

- **Мотивирајте ги вработените да ја минимизираат пластиката за еднократна употреба и да изберат алтернативи за повеќекратна употреба, како стаклени/метални шишиња за вода и шолји за кафе.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно
 - Трошоци: Ниски (стимулации за користење на шише/шолја за еднократна употреба)
 - Потребно време: Краткорочно
 - Други барања: Едукација и подигање на свеста на вработените

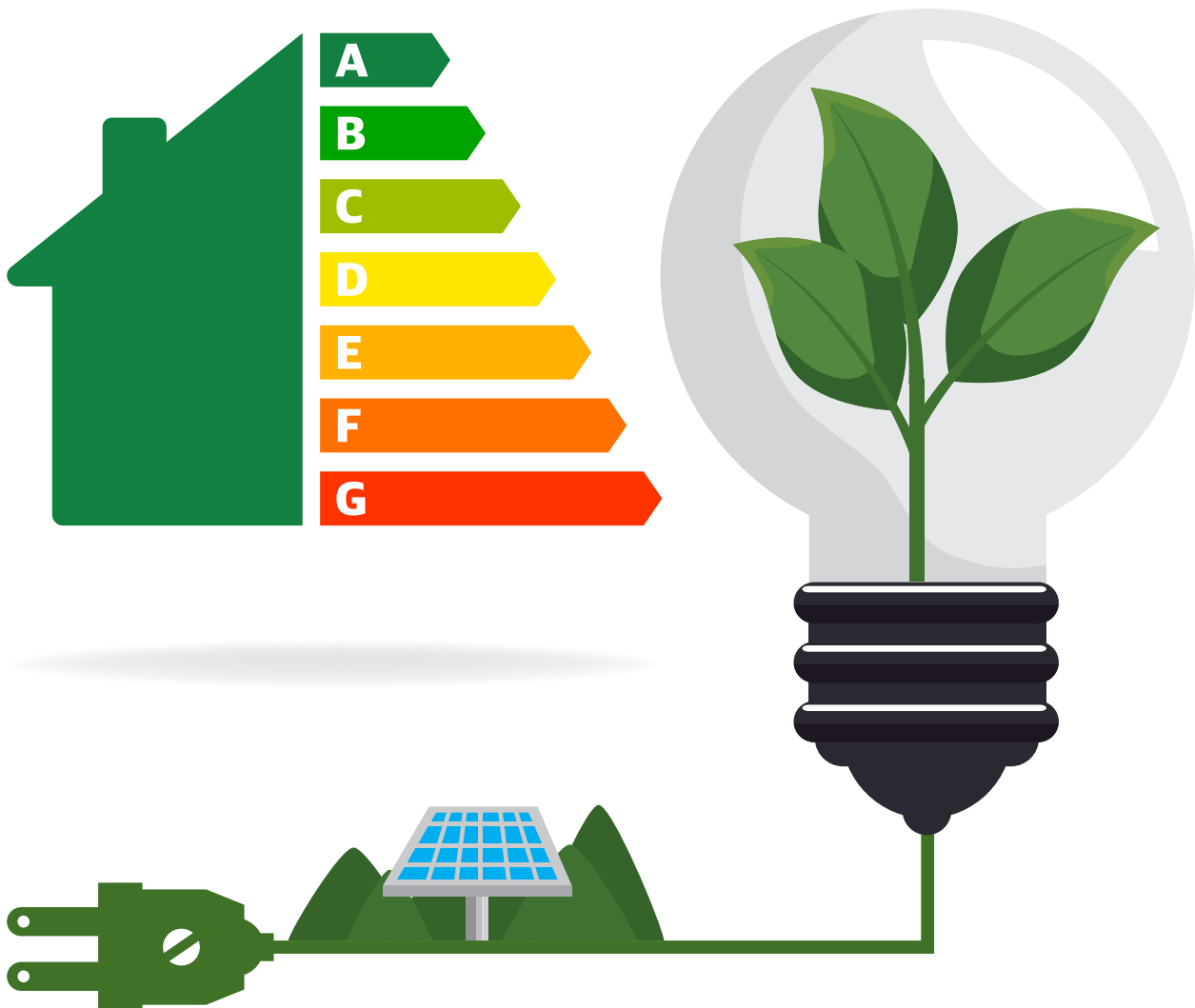
- **Станете партнери со локалните постапувачи за рециклирање и компаниите за управување со отпад за да се обезбеди соодветно отстранување на селектираниот отпад.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно
 - Трошоци: Ниски до умерени
 - Потребно време: Краткорочно
 - Други барања: Истражување на локални објекти и договори

- **Спроведување на програма за компостирање на органскиот отпад што се создава во канцеларијата.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено
 - Трошоци: Умерени (канти за компостирање, едукација)
 - Потребно време: среднорочно
 - Други барања: Едукација на вработените и инфраструктура за компостирање

Енергетска ефикасност и Обновливи извори на енергија

Инсталациите на соларна енергија од 2010 година пораснаа за над 26% годишно, што ја прави соларната една од најбрзорастечките обновливи извори на енергија во светот.

LED светилките се високо енергетско ефикасни и можат да трошат до 80% помалку енергија од традиционалните светилки.





Како да се подобрат практиките за енергетска ефикасност?

■ **Инсталирајте енергетско ефикасни системи за осветлување, како што се LED светилки и сензори за движење.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
- Трошоци: Умерени (светлечки тела, сензори)
- Потребно време: Краткорочно до среднорочно
- Други барања: Проценка на осветлување

■ **Инвестирајте во енергетско ефикасна опрема, заменете ја старата и застарена електронска опрема и апарати, со апарати со повисока енергетска класа.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно
- Трошоци: Ниски до умерени (трошоци за замена)
- Потребно време: Краткорочно
- Други барања: Проценка на опремата

■ **Охрабрете ги вработените да ги исклучуваат светлата и другите електронски апарати кога не се користат, за да ја намалат потрошувачката на енергија.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно
- Трошоци: Ниски (кампањи за подигање на свеста)
- Потребно време: Краткорочно
- Други барања: Свесност на вработените

■ **Размислете за инсталирање на обновливи извори на енергија како соларни панели, доколку е применливо.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено до тешко
- Трошоци: Високи (инсталација на соларни панели)
- Потребно време: Долгорочно
- Други барања: Проценка на локацијата, регулаторни одобриенија

Ефикасност на ресурсите

Приближно 375 милиони празни касети за печатач годишно завршуваат на депониите, каде што ќе им биде потребно стотици години за да се разградат, ослободувајќи штетни хемикалии во животната средина. Рециклирањето на касетите може да заштеди до 3,4 литри нафта и да спречи штетните материји да ја загадуваат околината.

Многу канцелариски материјали, како што се пенкала, маркери и папки, се направени од пластика за еднократна употреба, што придонесува за загадување со пластика и загрозување на морскиот живот.





Како да се подобрат практиките за ефикасност на ресурсите?

- **Прифатете го пристапот „намали, реупотреби и рециклирај“ за канцелариски материјали, како што се хартија, касети за тонер и друг канцелариски материјал.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Ниски до умерени (канти за рециклирање, кампањи за подигање на свеста)
 - Потребно време: Краткорочно до среднорочно
 - Други барања: Едукација на вработените

- **Поттикнете двостраното печатење и дигиталното споделување документи за да ја намалите употребата на хартија.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно
 - Трошоци: Ниски (кампањи за подигање на свеста)
 - Потребно време: Краткорочно
 - Други барања: Свесност на вработените

- **Набавувајте еко (“eco-friendly”) и одржливи канцелариски материјали, вклучувајќи ги и оние направени од рециклирани материјали.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Ниски до умерени (одржливи залихи)
 - Потребно време: Краткорочно до среднорочно
 - Други барања: Истражување и договори со добавувачи

- **Наместо да ја фрлите празната пластична касета за тонер од печатачот, пополнете ја касетата со тонер кога ќе се потроши.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Ниски до умерени
 - Потребно време: Краткорочно до среднорочно
 - Други барања: Соработка со сервиси за полнење касети со тонер

- **Спроведување практики за намалување на употребата на хартија за време на настани, како што се дигитални агенди и онлајн материјали.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Ниски до умерени (дигитални материјали)
 - Потребно време: Краткорочно до среднорочно
 - Други барања: Овозможување на пристап до интернет и употреба на апликации

Одржлив транспорт

Во просек, едно патничко возило испушта околу 4,6 тони јаглерод диоксид годишно. Потрошувачката на фосилни горива сочинува приближно 80% од глобалните емисии на стакленички гасови. Во Европската Унија, патниот транспорт е одговорен за речиси 73% од вкупните емисии на CO₂ од транспортниот сектор.

Електричните тротинери произведуваат нула емисија на издувни гасови и имаат релативно мало влијание врз животната средина во споредба со традиционалните возила на бензин.





Како да се подобрат практиките за одржлив транспорт?

- **Промовирајте опции за превоз како пешачење и возење велосипед и обезбедете стимулации и поставување на рампи за велосипеди на работното место**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Мали до умерени (рампи за велосипеди, стимулации)
 - Потребно време: Кратко до среднорочно
 - Други барања: Инфраструктура

- **Поттикнетете го користењето на јавниот превоз помеѓу вработените преку стимулации како што се транзитни билети со попуст.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Мали до умерени (транзитни билети)
 - Потребно време: Кратко до среднорочно
 - Други барања: Договори за транзитни билети

- **Разгледајте ја можноста за употреба на електрични или хибридни возила за потребите на организацијата.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено до тешко
 - Трошоци: Умерени до високи (купување/лизинг/рентање на возила)
 - Потребно време: Среднорочно до долго
 - Други барања: Избор на возила и инфраструктура за полнење

Работа од далечина

Глобалната промена во работата од далечина за време на пандемијата со COVID-19 доведе до значитлно намалување на емисиите на стакленички гасови и загадувањето на воздухот. Намалувањето на потрошувачката на енергијата поврзано со пандемијата, за патување и работа во канцелатиите резултираше со дневно намалување од 16 милиони тони емисии на CO₂ ширум светот. Ова се покажа како потенцијална ефикасна мерка за одржливост во борбата против климатските промени и подобрување на квалитетот на воздухот. Прифаќањето на практиките за работа на далечина после пандемијата може да продолжи да придонесува за позелена и поодржлива иднина.





Како да се подобрат практиките за работа на далечина?

■ **Развијте политика за работа на далечина која промовира “work-life” баланс и ги нагласува еколошките придобивки од намаленото патување и потрошувачката на енергија во канцеларијата.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено
- Трошоци: Мали до умерени (развојни политики)
- Потребно време: Среднорочно
- Други барања: Креирање на политики и комуникација

■ **Овозможување на вработените потребна технологија и алатки за ефикасна и ефективна работа на далечина.**

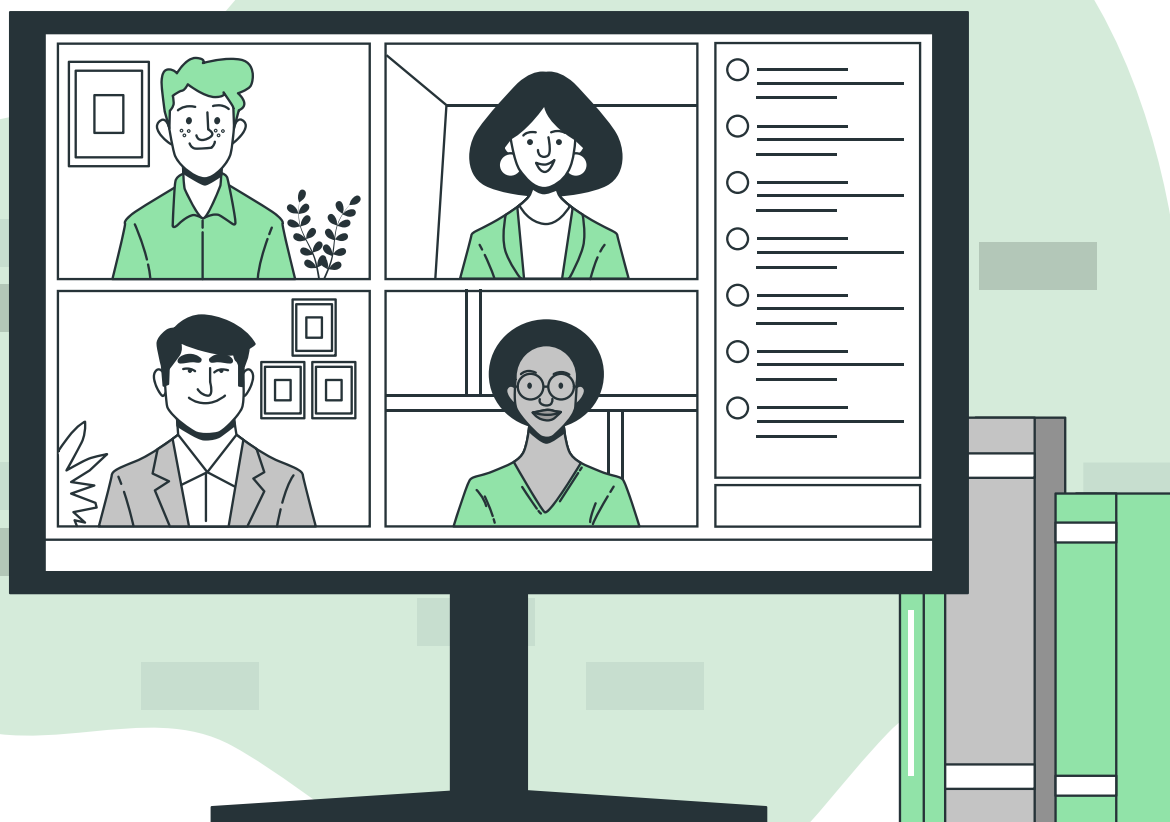
- Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
- Трошоци: Ниски до умерени (озможување потребни алатки и технологија)
- Потребно време: Кратко до среднорочно
- Други барања: Набавки на дополнителна технологија и поставување

■ **Надградете ја Вашата дигитална инфраструктура за да овозможите безбедно и сигурно порзвање со интернет.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено до тешко
- Трошоци: Умерени до високи (надградби на ИТ инфраструктурата)
- Потребно време: Среднорочно до долго
- Други барања: ИТ експертиза и инвестиции

Виртуелни и хибридни состаноци и настани

Виртуелните или хибридните состаноци и настани значително го намалуваат јаглеродниот отпечаток поврзан со патувањата. На пример, двочасовен онлајн состанок со 100 учесници може да заштеди приближно 2,4 тони емисија на CO₂ во споредба со состанок на лице место.





Како да ги подобрите практиките за виртуелни или хибридни состаноци и настани?

- **Приоритизирајте одржување виртуелни или хибридни настани, наспроти настани со физично присуство, секогаш кога тоа е можно, за да се минимизираат емисиите од патувања.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Ниски до умерени (алатки за виртуелни состаноци)
 - Потребно време: Кратко до среднорочно
 - Други барања: Инвестиции за премиум верзии од алатка за виртуелни состаноци

- **Промовирајте одржливост при спроведување на хибридни настани, вклучувајќи споделување е-материјали и дигитални агенди за да се намали употребата на хартија, и вршење нарачки на одржлива храна со прибор за повеќекратна употреба.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Ниски до умерени
 - Потребно време: Кратко до среднорочно
 - Други барања: Договори со локален кетеринг

- **Охрабрете ги презентерите и присутните да споделуваат материјали по електронски пат, наместо материјали испечатени на хартија.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Лесно до умерено
 - Трошоци: Ниски до умерени
 - Потребно време: Кратко до среднорочно
 - Други барања: Платформи за споделување на е-материјали

- **Користете аналитика за виртуелни настани, за да го измерите ангажманот на присутните и успехот на настанот, минимизирајќи ја потребата од анкети и евалуации во печатена форма.**
 - Ниво на тешкотија при спроведување: Умерени
 - Трошоци: Ниски до умерени (софтвер/алатки)
 - Потребно време: Кратко до среднорочно
 - Други барања: Експертиза за анализа на податоци, интеграција на софтвер

Одржлива храна

Одржливите извори на храна, како што се локално одгледуваните и органски производи, како и намалената потрошувачка на месо може да придонесат за намалување на емисиите на стакленички гасови и намалување на емисијата на јаглерод, поврзан со транспортот на храна на долги растојанија.





Како да се подобрат практиките за одржлива храна?

■ **Извор на кетеринг од локални и одржливи добавувачи, за поддршка на регионалните економии и намалување на емисијата на јаглерод од транспортот на храна.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено
- Трошоци: Ниски до умерени (софтвер/алатки)
- Потребно време: Краткорочно до среднорочно
- Други барања: Договор со локален кетеринг

■ **Понудете опции од менито од вегенско потекло и без месо за време на настани и состаноци, за да промовирате одржлив начин на исхрана.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено
- Трошоци: Ниски до умерени
- Потребно време: Краткорочно до среднорочно
- Други барања: Планирање на мени и внимавање на алергени

■ **Спроведување на стратегии за намалување на отпадот од храна, како што се програми за донации, за да се минимизира фрлањето храна.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено
- Трошоци: Ниски до умерени (поставување програма)
- Потребно време: Краткорочно до среднорочно
- Други барања: Координација со банки за храна или организации за донации

■ **Изберете биоразградливи материјали за пакување на храна, за оброци за носење и одржување канцелариски настани за да го намалите пластичниот отпад.**

- Ниво на тешкотија при спроведување: Умерено
- Трошоци: Ниски до умерени (поставување програма)
- Потребно време: Краткорочно до среднорочно
- Други барања: Комуникација и соработка со банки за храна



