



ÖKOPATIKA KÖZÖSSÉGI VERSENY

**2** KIHÍVÁS  
2020.  
NOVEMBER

**KÖRNYEZETBARÁT  
MUNKÁBA  
JÁRÁS**

**A KIHÍVÁS LEGFŐBB CÉLJA: A MUNKAHELYRE VALÓ BEJÁRÁS ÉS  
A MINDENNAPI KÖZLEKEDÉS FENNTARTHATÓBBÁ TÉTELE**

A klímaváltozást fokozó üvegházhatású gázok egyik legnagyobb kibocsátója az ipar, a mezőgazdaság és az áramtermelés mellett **a közlekedés**, amely az emberiség okozta kibocsátás mintegy 15%-áért felel.

Az egyén és a közösség karbon-lábnyoma, és ezzel együtt a légszennyezés is jelentősen csökkenthető azonban, ha **a mindennapi utazásaink során** igyekszünk mellőzni vagy megosztani autónkat, és inkább **tömegközlekedünk, biciklizünk vagy sétálunk**.

**MIBŐL ÁLL A 2. KIHÍVÁS?**

A 2. kihívás teljesítéséhez ez alkalommal 2 lehetőséget kínálunk nektek, annak érdekében, hogy minden csapat a számára legrelevánsabb területre tudjon fókuszálni. Kérjük, első lépésként döntsétek el közösen, hogy az alábbi témák közül melyiken szeretnétek együtt dolgozni novemberben.

**A** a gyógyszertárban dolgozók munkába járásának, és munkával kapcsolatos közlekedésének környezetbarátabbá tétele

**B** a gyógyszertárban dolgozók életmódjához kapcsolódó közlekedésének (ügyintézés, munkába járás, nyaralás stb.) környezetbarátabbá tétele

Mindkét téma esetén a következő általános folyamatot kérjük, hogy kövessétek a kihívás megoldása során:

MIVEL ÉS  
HOGYAN  
UTAFTOK MOST?

HOGYAN  
TUDNÁTK EZEN  
VÁLTOZTATNI?

PRÓBÁLJÁTK KI,  
VÁLTOZTASSATOK  
EGYÜTT!

SZÁMOLJÁTK  
BÉ AZ ERED-  
MÉNYEKRŐL!

A folyamat követéséhez az A és B témához is készítettünk táblázatokat, amik segítenek a tervezésben és a változás nyomon követésében.

**Haladjatok a kihívás teljesítésével ezen táblázatok alapján!**

**A B**

Kérjük, hogy a gyógyszertárakra, a dolgozói közösségre vonatkozóan a végén csak gyógyszertáranként 1 db táblázatot adjatok le nekünk. Ebben segít, hogy a táblázatokat online is elkészítettük, tehát online is tudtok rajta közösen dolgozni (a linkek elérési útvonalát megtaláljátok a felhívás végén is).

A táblázatok segítségével tehát a 2. kihívás során a következő területeket kell átgondolnotok:

## 1. LÉPÉS: HOGYAN KÖZLEKEDTEK MOST? FELMÉRÉS A DOLGOZÓK KÖZLEKEDÉSÉRŐL



A gyógyszertárban dolgozók milyen közlekedési eszközzel és mekkora távolságból járnak naponta a gyógyszertárba munka kapcsán?



A gyógyszertárban dolgozók hogyan, miért és mivel közlekednek életmódjukhoz kapcsolódóan?

Gondoljátok végig mindennapi közlekedéseteket, és töltsétek ki az 1. Lépés táblázatát! Törekedjete arra, hogy a gyógyszertárban dolgozó minden munkatárs közlekedését figyelembe vegyétek!

## 2. LÉPÉS: HOGYAN LEHETNE A KÖZLEKEDÉST KÖRNYEZETBARÁTBABBÁ TENNI?



Min tudnátok változtatni annak érdekében, hogy a gyógyszertári dolgozói közösség munkába járása, és munkával kapcsolatos közlekedése környezetbarátabb legyen?



Ki mit tudna változtatni annak érdekében, hogy életmódjához kapcsolódó közlekedése környezetbarátabb legyen? Tudtok esetleg valamit együtt csinálni, vagy valamilyen módon egymást segíteni? (pl. gyerekek közös szállítása oktatási intézménybe, közös autózás stb.)

Mindkét esetben gondoljátok át, milyen lehetőségeitek vannak, és dolgozzátok ki a környezetileg és a helyi specifikus feltételekhez leginkább illő, fenntartható és meg is valósítható megoldást!

A terv kidolgozásában segítenek a 2. Lépéshez megadott táblázatok, valamint

**az Ökopatika honlapján** és **a Facebook csoportban** hetente megjelenő tippjeink!



### 3. LÉPÉS: PRÓBÁLJÁTOK KI A KIDOLGOZOTT TERVEKET, MEGOLDÁSOKAT!

Alkalmazzátok **egy hétig** a kidolgozott tervet, közben fotóval, videóval is dokumentáljátok a folyamatot, a sikereket és nehézségeket is!

### 4. LÉPÉS: SZÁMOLJATOK BE RÓLA, HOGY HOGYAN SIKERÜLT!

#### MI VOLT MEGVALÓSÍTHATÓ ÉS MI NEM? MI VOLT EZEKNEK AZ OKA?

Töltsétek ki a 4. Lépésnél található táblázatot, amelyben összefoglaljátok, milyen megoldásokkal tudtátok csökkenteni a közlekedés környezeti hatását, mi az, ami segítségetekre volt ebben, és mik voltak – ha voltak – az akadályozó tényezők?

A beszámolót dokumentáljátok és tegyétek színesebbé fotóval és/vagy videóval!

Ne feledjétek **az Ökopatika honlapján** és **a Facebook csoportban** megjelenő tippjeinket, amelyek ötleteket adhatnak a feladat megoldásához!

#### EXTRA, SZORGALMI FELADAT

Abban az esetben, ha marad még időtök és lelkesedésetek a következő feladat elkészítésére, vagy még inkább vállalás megtételére is vállalkozhattok plusz pontokért:

- ★ Eljött a november, hidegebb és sötétebbek lettek a napok. Mit tudnátok vállalni, majd minimum 1 hétig megvalósítani, és arról képet/videót készíteni energiafogyasztásotok csökkentése érdekében?
- ★ Tegyetek vállalást a következő oldalon: [www.forms.gle/ZubUd5ekQNxHpt7V9](http://www.forms.gle/ZubUd5ekQNxHpt7V9)
- ★ Dokumentáljátok teljesítését képekkel és/vagy videóval;
- ★ Majd küldjétek be nekünk a dokumentációt. Kérjük, hogy ha a gyógyszerházból többen tesztek energiatakarékosági vállalást, **egyben és együtt** küldjétek el róluk a beszámolót!

## A 2. FELADAT BEKÜLDÉSI HATÁRIDEJE: 2020. NOVEMBER 22.

#### MIT KELL BEKÜLDENI AZ OKOPATIKA@HUNGAROPHARMA.HU CÍMRE NOVEMBER 22-IG?

1. A kitöltött táblázatokat gyógyszerháranként 1 példányban;
2. és a környezettudatos munkába járásról szóló terv készítése és kipróbálása során készült képeket és videókat. Videós beszámoló esetén kérjük, max. 3 perces videót készítenetek.
3. Az extra, szorgalmi feladathoz kapcsolódó képes/videós beszámolót.

A beküldött file-ok mérete ne haladja meg az 5 MB-ot. Ennek érdekében a beszámolóba illesztett képek méretét érdemes előtte lekicsinyíteni. Ha esetleg ennél nagyobb lenne, akkor javasoljuk nagy-file küldő szolgáltatás használatát (pl. Mammuto Mail, Toldacuccot vagy WeTransfer).



## MI ALAPJÁN PONTOZZUK A BEKÜLDÖTT FELADATOKAT?

1. Mennyire alapos és részletes a táblázat kitöltése (azaz mindenkire vonatkozóan és minden kérdés ki van-e töltve).
2. Mennyire megalapozott és hatékony környezeti szempontból – a fennálló helyzethez képest – a hétköznapi közlekedés fenntarthatóbbá tételére kidolgozott terv.
3. Mennyire sikerült megvalósítani és betartani a próbahétre tervezett változtatásokat, és mennyire alapos az erre vonatkozó beszámoló.  
Nem gond, ha nem sikerült mindent megvalósítani, de kíváncsiak vagyunk, hogy ha valami nem sikerült, annak vajon mi volt az oka, és azt a jövőben lehet-e orvosolni.
4. Természetesen plusz pont jár a megvalósítást bemutató, és a kihívást színesítő fotókért és videóért, valamint
5. az Extra, szorgalmi feladat bevállalásáért és a róla készült beszámolóért is!

## MILYEN NYEREMÉNYRE SZÁMÍTHATOK AZ 1. KIHÍVÁS SORÁN?

A novemberi verseny nyertes gyógyszerértékesítői közösségét egy 15.000 forint értékű csomaggal ajándékozunk meg.

## HOVA FORDULHATOK A KÉRDÉSEITEKKEL?

Kérdéseiteket az [okopatika@hungaropharma.hu](mailto:okopatika@hungaropharma.hu) címre várjuk. Vagy, ha úgy gondoljátok, sokakat érdekelhet a válasz, nyugodtan kérdezzetek az [Ökopatika Facebook-csoportban](#), a kihívás poszthoz kapcsolódó kommentben, megjegyzésben.

## A TÁBLÁZATOKAT MEGTALÁLJÁTOK ONLINE

*Ezen a linken az A változatot.*

*Itt pedig a B változatot éritek el.*

A közös munka megkönnyítése érdekében ajánljuk letölteni ezekről a linkekről, majd kitölteni őket saját felületeiteken (pl. Google Dokumentumok).