

|  |
| --- |
| Klimaatverandering en gezondheid |

De meeste mensen denken dat klimaatverandering slechts een milieuprobleem is.

Maar volgens de Wereldgezondheidsorganisatie is het de grootste gezondheidsbedreiging van de 21ste eeuw.

Klimaatverandering is dringend en beïnvloedt onze gezondheid in veel opzichten, zowel nu als in de toekomst. We zien nu al een stijging in extreme gebeurtenissen zoals hittegolven, overstromingen en bosbranden.

Deze gebeurtenissen beïnvloeden onze gezondheid, bedreigen onze voorraad voeding en drinkwater en vervuilen onze lucht. Deze problemen beïnvloeden ook onze lichamelijke en geestelijke gezondheid

Maar het is niet allemaal slecht nieuws. We kunnen allemaal eenvoudige dingen doen om onszelf en onze dierbaren te beschermen tegen de effecten van klimaatverandering.

Bovendien helpen ze ons om gezond te blijven en ook nog geld te besparen!

Door bijvoorbeeld te wandelen of te fietsen in plaats van auto te rijden; veel fruit, groenten en volkoren producten te eten; de hoeveelheid bewerkte en verpakte voeding te verminderen en leidingwater te kiezen in plaats van flessenwater en suikerhoudende dranken, verlaag je niet alleen om je effect op het milieu, maar bevorder je ook je geestelijk en lichamelijk welzijn.

Het is ook belangrijk te letten op degenen die de meeste risico’s lopen door de rechtstreekse impact van klimaatverandering, zoals ouderen, kinderen, zwangere vrouwen en mensen met chronische ziekten.

Om ons aan te passen aan het veranderend klimaat en de risico’s van verdere problemen te verlagen, moeten iedereen samenwerken. Van de regering tot de industrie tot de gemeenschap en ook individuen.

We spelen allemaal een rol.

Klimaatverandering en gezondheid — onderneem vandaag actie voor een gezondere toekomst.

|  |
| --- |
| To receive this publication in an accessible format phone 1300 761 874 using the National Relay Service 13 36 77 if required, or email environmental.healthunit@health.vic.gov.auAuthorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.© State of Victoria, Department of Health, October 2021.Available from the [Climate change and health (video) page](https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/Videos/Climate-Change-and-health) <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/Videos/Climate-Change-and-health> on the Better Health Channel website. |