

Ilmastonmuutos ja hyvinvointi: Haasteet ja ratkaisut

3.12.2024

Iira Tiitta,
Sairaanhoitaja(AMK), TtM, väitöskirjatutkija



LAPIN LIITTO



Tavoitteet ja sisältö

Tavoitteet:

- Ymmärtää ilmastonmuutoksen vaikutukset terveyteen ja hyvinvointiin.
- Tunnistaa ilmastoahdistus ja löytää keinoja sen käsittelyyn.
- Esitellä ratkaisuja, joita yksilöt ja yhteisöt voivat toteuttaa.

Sisältö:

1. Ilmastonmuutoksen vaikutukset hyvinvointiin
2. Käytännön ratkaisut
3. Keskustelu ja kysymykset



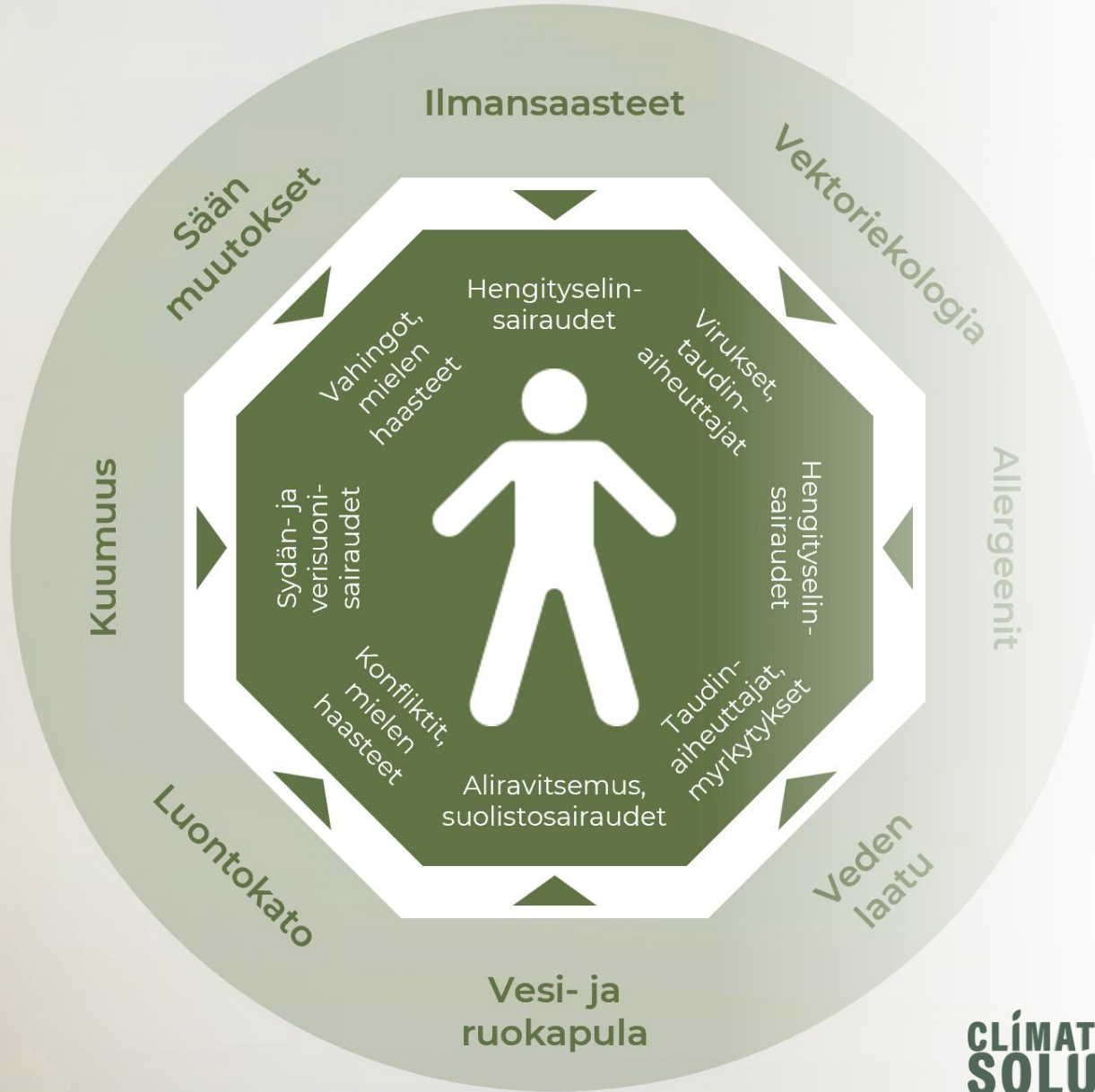
Aiheen merkittävyys...

**Ilmastonmuutos vaikuttaa jo nyt
terveyteemme:**

Ilmastonmuutos ei ole pelkkä
ympäristöuhka, vaan
myös vakava uhka ihmisen terveydelle.

WHO arvioi:

*"Ilmastonmuutos tulee aiheuttamaan
vuosittain 250 000 ylimääräistä
kuolemaa vuosien 2030-2050 aikana."*



Ilmastonmuutos
vaikuttaa
hyvinvointiimme
monin eri tavoin





Warsaw, Poland

February 24, 2017

A baby born in Warsaw today will inhale the equivalent of **1,000 cigarettes** in their first year of life from smog and other air pollutants.

Photo © 2017 Natalie Skrzypczak/picture-alliance/dpa/AP Images

TÄNÄÄN

3.12.



Epäterveellinen

Herkät ryhmät tuntevat vaikutuksia välittömästi. Pitkällinen altistuminen voi aiheuttaa hengitysvaikeuksia ja kurkun ärsytystä terveille henkilöille. Rajoita ulkoilua.

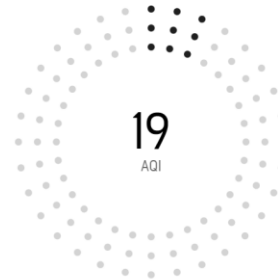
Tämänhetkisten ilman epäpuhtauksien perusteella

Lue lisää:



TÄNÄÄN

3.12.



Erinomainen

Ilmanlaatu on ihanteellinen useimmille; nauti normaalista ulkoilusta.

Tämänhetkisten ilman epäpuhtauksien perusteella

Lue lisää:



Rome, Italy

August 22, 2023

The August 13 – 27 European heatwave killed at least **8,339 people**.

Photo © 2023 Reuters/Yara Nardil



Volos, Greece

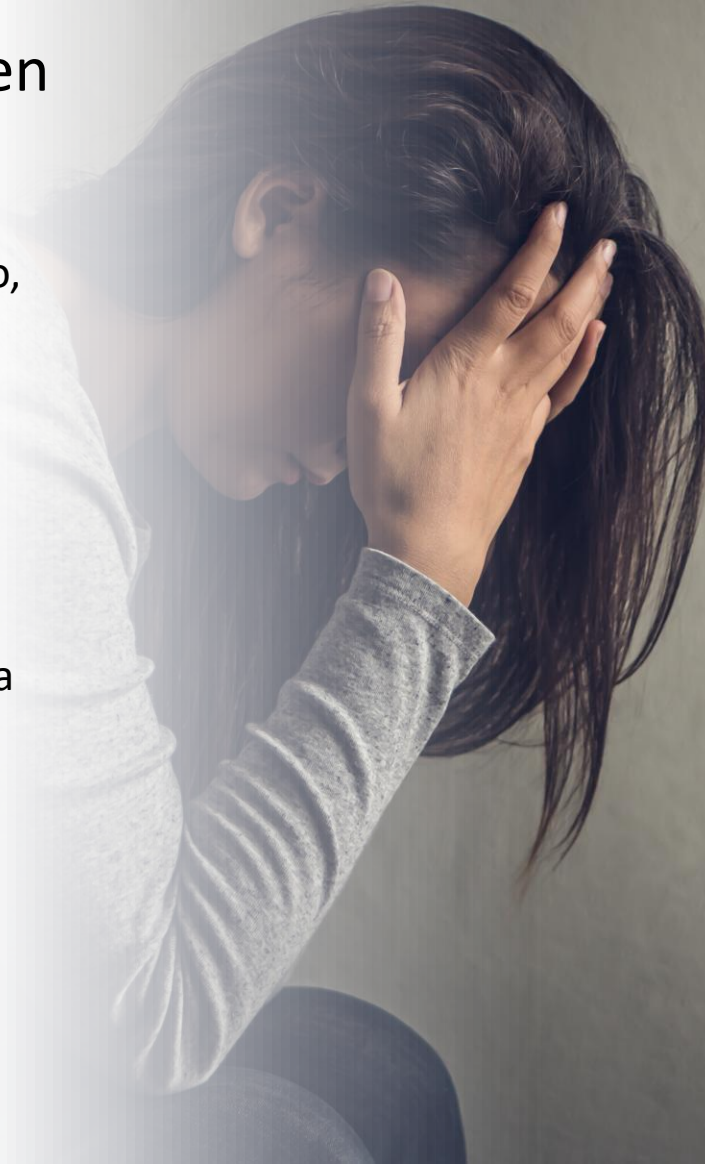
July 26, 2023


2023 was “the worst summer for fires since records began” in Greece.

Photo © 2023 Reuters/Alexandros Avramidis

Ilmastonmuutoksen vaikutukset mielenterveyteen

- Ilmastoahdistus: Pelko, epätoivo ja voimattomuus.
- Stressi ja masennus luonnonkatastrofien seurauksena.
- Resilienssi: Kuinka vahvistaa yhteisöjen ja yksilöiden psyykkistä kestävyttä?





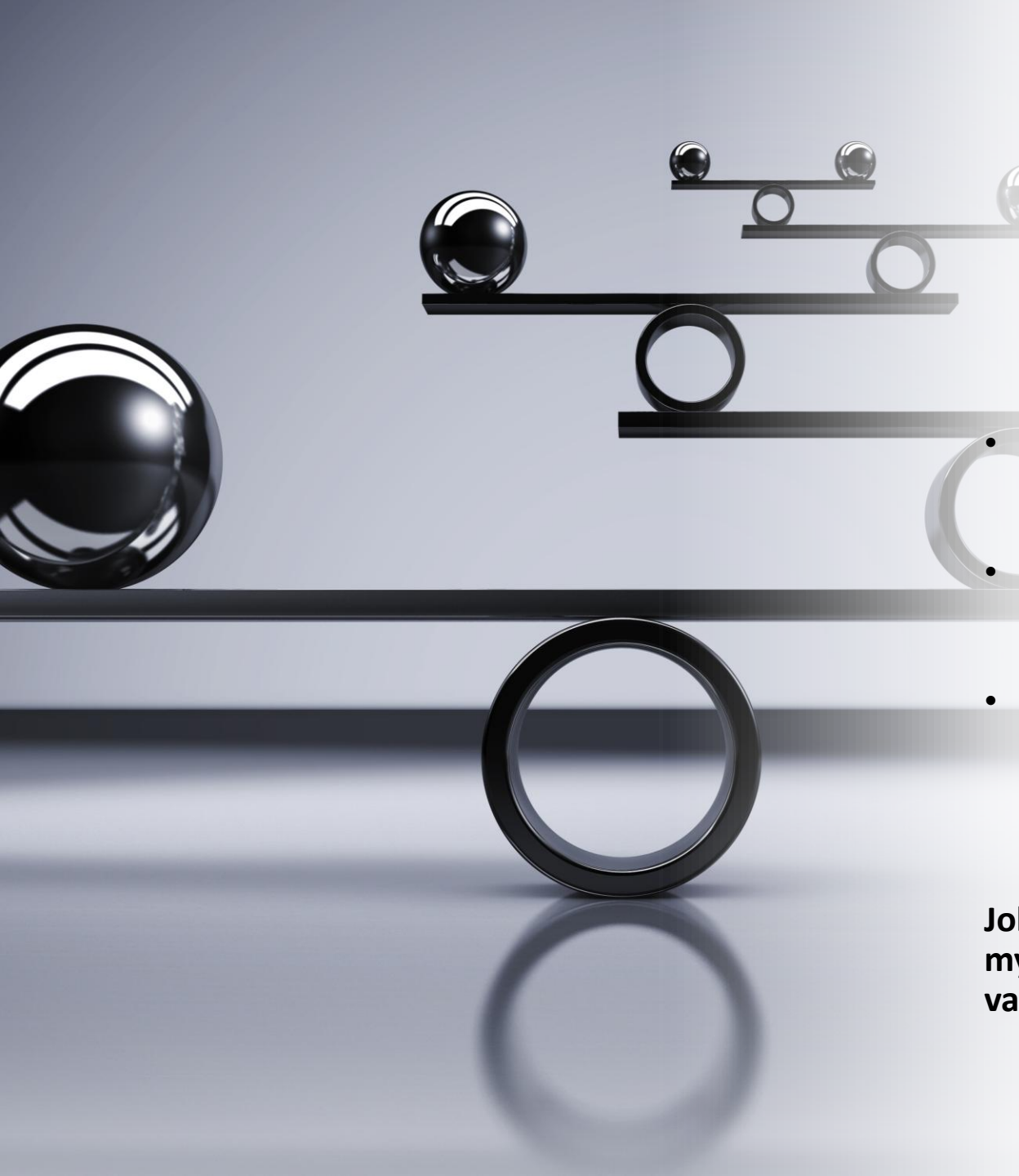
Lapin näkökulma:
Ilmastonmuutoksen
vaikutukset arktisessa
ympäristössä

- Luonnon ja hyvinvoinnin vahva yhteys Lapissa.
- Vaikutukset matkailuun ja arktisiin elinkeinoihin.
- Haavoittuvat ryhmät:
Esim. alkuperäiskansojen kulttuuri ja toimeentulo.

Shot on OnePlus × Hasselblad

By IiraTiitta


© Climate Health Solutions Oy 2024



Käytännön ratkaisut yksilötasolla

- Tunnista ilmastoahdistus ja hyväksy se: Ahdistus on luonnollinen reaktio.
- Toimi omassa arjessa: Energiatehokkuus, kierrätys, kestävä kulutus.
- Luo yhteisöllisyyttä: Osallistu paikallisiin projekteihin ja inspiroi muita.

**Jokainen teko on tärkeä –
myös pienet askeleet
vaikuttavat!**

An aerial photograph of a suburban neighborhood. The houses are mostly single-story with light-colored roofs and walls. There are many trees, some with autumn-colored leaves in shades of orange, red, and yellow. The streets are paved and have sidewalks. The overall scene is bright and sunny.

Käytännön ratkaisut yhteisötasolla

- Paikalliset projektit: Vihreän infrastruktuurin kehittäminen.
- Terveystuon ilmastokestävät ratkaisut: Energiankulutuksen vähentäminen.
- Yhteistyö ja paikalliset ratkaisut ovat avainasemassa.

A photograph of a snowy forest with evergreen trees under a bright sky. The trees are heavily laden with snow, and the sky is a pale, clear blue. The sun is visible in the upper left quadrant, creating a bright glow and casting soft shadows on the snow. The overall scene is serene and wintry.

Yhteenveto

- Ilmastonmuutos vaikuttaa merkittävästi fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin.
- Yksilö- ja yhteisötason ratkaisut voivat auttaa torjumaan vaikutuksia.
- Lappi tarjoaa erityisiä haasteita ja mahdollisuuksia.

Shot on OnePlus × Hasselblad
By IiraTiitta

Keskustelu ja kysymykset

Pohdittavaa:

- Mitä ajatuksia webinaari herätti sinussa?
- Millaiset ratkaisut tuntuvat mahdollisilta omassa arjessasi tai yhteisössäsi?



KIITOS

lira Tiitta

lira.tiitta@clihe.com

044 9460708

www.clihe.com

