

**Onze planeet, onze gezondheid – Wereldgezondheidsdag 2022**

*Kunnen wij ons nog een wereld voorstellen met zuivere lucht, helder water en een gezonde leefomgeving voor iedereen?*

*Op 7 april vindt jaarlijks de Wereldgezondheidsdag plaats. Dit jaar focust deze zich op de relatie tussen gezondheid en milieu. Milieu is meer dan alleen vervuiling. Ook onze woonomstandigheden (binnenmilieu), de publieke ruimte en buurt waar we wonen hebben een invloed op onze gezondheid. Denk maar aan vocht, hitte, tabaksrook, geluidsoverlast, veiligheid, …*

**Buitenmilieu**

Hoe zorg je voor een gezond buitenmilieu? Niet eenvoudig, maar alle kleine stappen helpen in de weg voorruit. Een gezonde buitenruimte houdt rekening met verschillende factoren. Zo helpt het aanleggen van brede, effen, **toegankelijke** voetpaden dat meer (oudere) mensen zich te voet verplaatsen. Een **groene, veilige omgeving** met voldoende ontmoetingsplaatsen zorgt dan weer dat buurtbewoners zich mentaal beter in hun vel voelen. Door het creëren van **open ruimten, autoluwe zones en stiltegebieden** pak je dan weer de luchtvervuiling en geluidsoverlast aan. Ook hitte, die veroorzaakt wordt door algemene klimaatopwarming en de onaangepaste ruimtelijke planning en inrichting in Vlaanderen (te weinig bomen en water, te veel verhardingen), kan **hittestress** veroorzaken en gevolgen hebben voor de gezondheid. Dat daarnaast ook tabaksrook een invloed heeft op gezondheid, hoeven we je niet meer te vertellen. Maar wist je dat vele steden en gemeenten in Vlaanderen al verschillende **rookvrije speelterreinen en sportterreinen** gerealiseerd werden?

Ben je benieuwd naar nog meer strategieën, tips en goede voorbeelden om een gezonde publieke ruimte in te richten? De Vlaamse Logo’s ontwikkelden een brochure die je op weg helpt en inspireert!

**Binnenmilieu**

Wist je dat je 85% van je tijd binnenshuis doorbrengt? En dat de lucht binnen vaak meer vervuild is dan de buitenlucht? Ventileren en verluchten is hier de boodschap. Wanneer je zorgt voor een constante luchtdoorstroming in je huis en het raam extra openzet bij onder andere het schoonmaken, zorg je er voor dat schadelijke stoffen je huis kunnen verlaten. Onze take home message? Hou je kot gezond!



Voor meer informatie:

[www.who.int/campaigns/world-health-day/2022](http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2022)

Inge Vervondel – Logo Waasland vzw

Wereldgezondheidsdag 7 april 2022

inge.vervondel@logowaasland.be

Our planet, our health