**باسمه تعالی**

**روز جهانی بهداشت(18 فروردین 1401)**

**آیا می توانیم دنیایی را تصور کنیم که در آن هوای پاک، آب و غذا در دسترس همه باشد؟**

**کجا تاثیر اقتصاد بر سلامت و رفاه زیاد است؟**

**چه شهرهایی قابل زندگی هستند و مردم بر سلامت خود و زمین کنترل دارند؟**

در روز جهانی بهداشت سال 2022، سازمان جهانی بهداشت(WHO)درحالی که پاندمی کووید 19 جهان را فرا گرفته، توجه مجدد دنیا را به یک سیاره آلوده، افزایش فزاینده بیماری هایی مانند سرطان، آسم و بیماری های قلبی عروقی جلب می کند. در این زمینه لازم است برای حفظ سلامت انسان ها و کره زمین اقدامات فوری به صورت متمرکز با کمک تمام جوامع انجام شود. سازمان جهانی بهداشت تخمین می زند که سالانه بیش از 13 میلیون مرگ در سراسر جهان به دلیل عوامل محیطی اتفاق می افتد. یکی از عوامل محیطی بحران آب و هوا است. این بحران بهداشتی که بشریت با آن مواجه است بزرگترین تهدید سلامت بشمار می آید.

تصمیمات سیاسی،اجتماعی و تجاری ما باعث بحران آب و هوا و نیز بحران سلامت می شود. بیش از 90 درصد مردم هوای ناسالم ناشی از سوزاندن سوخت های فسیلی را تنفس می کنند.زمینی که در حال گرم شدن است و بیماریهای منتقله به کمک پشه ها سریع تر از قبل به دور ترین نقاط گسترش می یابد.حوادث آب و هوایی شدید، تخریب زمین و کمبود آب باعث مهاجرت مردم شده و بر سلامت آنها تأثیر می گذارد. آلودگی با پلاستیک در اعماق اقیانوس‌ها و مرتفع ترین کوه‌ها نیز یافت می‌شود و به زنجیره غذایی ما راه پیدا کرده‌اند. شرکت ‌هایی که انواع غذا و نوشیدنی‌ های فرآوری‌شده و ناسالم را تولید می‌کنند، موجی از چاقی مردم را بوجود می آورند، سرطان ها و بیماری‌های قلبی عروقی را افزایش می‌دهند و در عین حال یک سوم گازهای گلخانه‌ای جهانی را تولید می‌کنند.

در حالی که در همه‌گیری COVID-19 قدرت علم را مشاهده کردیم، افزایش نابرابری‌ها در جهان را نیز شاهد بودیم. این بیماری همه گیر ضرورت پرداختن به ضعف های بزرگی را در بیشتر زمینه های جامعه آشکار کرد. از جمله لزوم ایجاد جوامع با رفاه پایدار و نیز تعهد به دستیابی عادلانه به سلامت. طرح های کنونی اقتصاد منجر به توزیع ناعادلانه درآمد، ثروت و قدرت می‌شود و بسیاری از مردم هنوز در فقر و بی‌ثباتی زندگی می‌کنند. اقتصاد مبتنی بر رفاه باید رفاه انسان، برابری و پایداری زیست محیطی را به عنوان اهداف خود لحاظ کند. این اهداف به استراتژی های قانونی و مالی، سرمایه گذاری های بلندمدت، بودجه های رفاهی و حمایت اجتماعی تبدیل می شوند. شکستن چرخه های تخریب برای کره زمین و سلامت انسان مستلزم اقدامات قانونی، اصلاحات سازمانی ، حمایت و تشویق افراد برای انتخاب سالم است.

**برای ایده "سیاره و سلامت ما" چه اقداماتی باید انجام داد؟**

**1- اقدامات دولت ها:**

* در تمام تصمیم‌گیری‌ها، سلامت بلندمدت انسان و ثبات زیست ‌محیطی را در اولویت قرار دهید.
* رفاه در همه مشاغل، سازمان ها، اهداف اجتماعی و زیست محیطی را در اولویت قرار دهید.
* سوخت های فسیلی را درون زمین نگه دارید. توقف اکتشاف و پروژه های جدید سوخت های فسیلی و اجرای سیاست های تولید و استفاده از انرژی پاک.
* یارانه سوخت های فسیلی را متوقف کنید. سرمایه گذاری یارانه سوخت های فسیلی در سلامت عمومی.
* از آلاینده ها مالیات بگیرید. تشویق کاهش کربن تولیدی
* دستورالعمل های کیفیت هوای سازمان جهانی بهداشت را اجرا کنید.
* به مراکز درمانی با انرژی های تجدیدپذیر برق رسانی کنید.
* سطح آلودگی هوا را جهت کم کردن بار بیماری ناشی از سکته مغزی، بیماری های قلبی عروقی، سرطان ریه و بیماری های مزمن و حاد تنفسی از جمله آسم را کاهش دهید.
* از صنایع غذایی و نوشیدنی های بسیار فرآوری شده با نمک، قند و چربی های ناسالم مالیات بگیرید.
* اجرای سیاست های کاهش هدر رفت مواد غذایی.
* سوق دادن یارانه های کشاورزی به سمت تولید مواد غذایی پایدار و سالم.
* ساخت شهرهایی با فضاهای سبز که باعث ارتقای فعالیت بدنی و سلامت روان می شود.
* تعهد به تصویب بیانیه (مانیفست) سبز سازمان جهانی بهداشت(WHO).
* تنباکو ریه ها ی ما و کره زمین را آلوده می کند.ایجاد شهرهای بدون دود و وضع مالیات بر تنباکو.
* سیاست گذاری در زمینه کاهش زباله و پلاستیک.
* ادغام سلامت روان و حمایت روانی اجتماعی با اقدامات و سیاست های اقلیمی جهت آمادگی لازم برای پاسخ بهتر به بحران آب و هوا.
* با رهبران جامعه شامل نمایندگان پناهندگان و مهاجران در زمینه اقدامات کاهش و انطباق با تغییرات آب و هوا و حمایت از ابتکارات جوامع پناهنده و مهاجر در سطح محلی همکاری کنید.

**2-شرکت ها و ادارات:**

* بعد از ساعت کاری چراغ ها را خاموش کنید.
* در صورت امکان از دورکاری پشتیبانی کنید.
* غذاهای بسیار فرآوری شده و بسته بندی شده را از محل کار حذف کنید.
* انتشار گازهای گلخانه ای مربوط به فعالیت های خود را کاهش دهید.
* از شیردهی مادران که غذای سالم و پایدار برای نوزادان است حمایت کنید.
* اطمینان حاصل کنید که آب سالم برای کارگران در دسترس است.

**3-کارکنان بهداشتی و مراکز درمانی:**

* از تلاش ها برای کاهش ضایعات در واحدهای ارایه مراقبت های بهداشتی درمانی حمایت کنید.
* با کاهش نوشابه ها و غذاهای بسیار فرآوری شده و بسته بندی شده در مراکز بهداشتی درمانی، رشد پایدار غذای محلی را فراهم کنید و از انتخاب غذای سالم اطمینان حاصل کنید.
* از کربن زدایی در واحدهای بهداشتی درمانی حمایت کنید.
* فرصت ها برای صرفه جویی درانرژی را شناسایی کنید.
* از وجود آب سالم در مراکز بهداشتی درمانی اطمینان حاصل کنید.
* از خرید محصولات سازگار با محیط زیست که به راحتی قابل بازیافت یا استفاده مجدد هستند حمایت کنید.
* از سیاست های سلامت محور مربوط به تغییرات آب و هوایی حمایت کنید

**4-اقدامات پیشنهادی ترویجی شهرداری ها:**

* ساختمان های کارآمد با صرفه جویی در انرژی را ارتقا دهید.
* از حمل و نقل عمومی کم کربن را حمایت کنید.
* مسیرهای جدید ویژه دوچرخه سواری بسازید.
* از تنوع زیستی و ایجاد پارک ها و باغ های جدید حفاظت کنید.
* از انرژی های تجدیدپذیر برای عملیات شهرداری استفاده کنید.
* اطمینان حاصل کنید که خانوارهای کم درآمد و مراکز بهداشتی درمانی به انرژی پاک و مقرون به صرفه دسترسی دارند.
* برای جلب حمایت جامعه تجاری برنامه آماده و اجرا کنید.
* بازاریابی مواد غذایی و نوشیدنی های ناسالم در فضاهای عمومی را تنظیم کنید.

**5-اقدامات پیشنهادی برای افراد:**

* تجربیات موفق خود را به اشتراک بگذارید: سیاره ما، سلامتی ما.
* صدای خود را بلند کنید و انجام اقدامات اقلیمی برای محافظت از سلامت را درخواست کنید.
* اقدام کنید و الهام بخش دیگران باشید.
* به طرح پنج قسمتی ما بپیوندید:
* حداقل یک روز در هفته با پیاده روی یا دوچرخه سواری به محل کار بروید. حمل و نقل عمومی را انتخاب کنید
* به سمت انرژی های تجدیدپذیر بروید؛ اتاق های خود را در زمستان بیش از 21.5 درجه سانتیگراد گرم نکنید و در تابستان زیاد سرد نکنید. وقتی در اتاق نیستید چراغ را خاموش کنید
* مواد غذایی تازه خود را از تولیدکنندگان محلی بخرید و از غذاهای بسیار فرآوری شده و نوشیدنی اجتناب کنید.
* تنباکو قاتل و آلوده کننده است. مصرف تنباکو را متوقف کنید.
* پلاستیک کمتر بخرید؛ از کیسه های قابل بازیافت برای مواد غذایی استفاده کنید.