Bâtir des communautés résilientes pour agir sur le climat

Québec

Les changements engendrés par le climat suscitent une réflexion sur nos modes de vie, nos communautés, notre territoire. Pour opérer une réelle transition socio-écologique, il faut agir sur plusieurs fronts à la fois :

- réduire la vulnérabilité populationnelle au climat changeant;
- augmenter la résilience des communautés;
- protéger l'environnement d'aggravations supplémentaires.

La Direction de la santé publique du Bas-Saint-Laurent est une alliée précieuse de cette transition puisqu'elle privilégie une approche dite de cobénéfices. Ainsi, des actions structurantes renforcent la capacité de la population à faire face aux changements climatiques tout en protégeant l'environnement qui est, lui-même, un déterminant de la santé.

Si les changements climatiques représentent le plus grand défi de l'humanité, ils représentent aussi sa plus grande opportunité : celle de transformer nos milieux pour un vivre-ensemble sain, équitable et durable.

Voici des stratégies mises de l'avant par la Direction de la santé publique qui permettent d'agir à la fois sur la santé de la population et sur celle de la planète.

Les mesures de verdissement permettent de rafraîchir l'air ambiant grâce à l'ombrage et à l'évapotranspiration, rendant les milieux de vie beaucoup plus confortables. Les arbres matures absorbent le dioxyde de carbone et purifient l'air en captant la poussière ambiante. Ils permettent ainsi de réduire les symptômes liés aux maladies respiratoires. Les espaces verts sont bénéfiques pour la santé physique parce qu'ils fournissent des opportunités pour faire de l'activité physique, sans compter les bienfaits sur la santé mentale. Ils contribuent à briser l'isolement social en créant des milieux de rencontres

Les mesures de mobilité durable contribuent à une vie active physiquement tout en réduisant les émissions de gaz à effet de serre. Les moyens de locomotion non motorisés (la marche, le vélo, la trottinette, etc.), le transport collectif, l'autopartage, le covoiturage, chacun doit pouvoir satisfaire sa capacité à se déplacer tout en cherchant à diminuer l'impact des moyens de transport utilisés sur l'environnement. La dimension sociale est d'autant plus importante que la mobilité constitue un des piliers essentiels à l'intégration sociale et à l'insertion professionnelle des individus.

Une alimentation saine, produite localement selon des pratiques agricoles durables, respectueuses de la planète et qui répondent aux besoins nutritionnels de toute la population participent à la santé de la population et à celle de la planète. Des systèmes alimentaires évoluant vers des régimes riches en végétaux – avec davantage de protéines végétales – entraîneront une réduction significative des émissions de gaz à effet de serre. Le jardinage communautaire apporte également un effet positif sur la santé mentale et les rapports sociaux : il permet de réduire le stress et l'anxiété, accroît le sentiment de développement personnel et la confiance en soi des jardiniers.

La proximité des services contribue au développement et à l'attrait d'un quartier, plus précisément à sa qualité de vie, à son dynamisme, à la sécurité et au rapprochement des gens, tout en consolidant leur sentiment d'appartenance à une communauté. Un accès équitable à des biens et services de qualité permet de réduire les inégalités sociales de santé, de même que les émissions de gaz à effet de serre.

Le climat de cohésion, de paix sociale et d'équité renvoie à une société juste, protégeant l'harmonie entre les groupes, sans porter atteinte aux droits et aux libertés des personnes. Cette condition participe à la résilience des communautés dans une perspective d'adaptation aux changements climatiques. En effet, meilleure sera la cohésion sociale et plus grande sera sa capacité à faire face aux changements climatiques grâce à son réseau de répondants, d'entraide, de solidarité, dans un vivre-ensemble porteur de sens.

Illustration inspirée d'un visuel produit par le CIUSSS de la Capitale-Nationale.

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
du Bas-Saint-Laurent

Québec