



Het weer wordt extremer... wat nu?

Het klimaat verandert, dit betekent dat het weer extremer wordt. Hoe ga je de gemeente zó inrichten dat hij veilig en leefbaar blijft bij hitte, droogte en wateroverlast? Deze factsheet gaat met name in op thema **hitte.**



Heb je na het lezen van deze info vragen of behoefte om door te praten met een van onze experts op hitte, droogte of wateroverlast? Onze contactgegevens vind je op de **laatste pagina**.

1. Hitte, wat is het (gezondheids)probleem?

Vanwege klimaatverandering neemt de kans op hittegolven, en op langere en hetere hittegolven, toe. De waarnemingen van hittegolven overtreffen de klimaatmodellen. Aanhoudende hitte kan leiden tot serieuze gezondheidsklachten, voor iedereen.

Kwetsbare groepen

Mensen ouder dan 75 vormen de grootste kwetsbare groep. Dat komt omdat bij ouderen het lichaam minder controle heeft over de lichaamstemperatuur. Hun lichaam koelt daardoor minder goed af. Ook hebben ze minder snel dorst en drinken uit zichzelf vaak niet genoeg water.

Andere groepen die zonder maatregelen last kunnen krijgen van hitte zijn: (zeer) jonge kinderen, mensen met een chronische aandoening, zwangeren, personen in een sociaal isolement, daklozen en mensen met overgewicht. Ook het gebruik van bepaalde geneesmiddelen, alcohol of drugs maakt de kans op gezondheidsklachten door aanhoudende hitte groter.

Als het heet is, is het daarom erg belangrijk om meer aandacht te hebben voor mensen die niet goed voor zichzelf (kunnen) zorgen.

Gezondheidsrisico's

De gezondheidsrisico's van hitte zijn onder anderen hitteberoerte, verergering van nierziekten, hart- en vaatziekten en longziekten en slaapverstoring. Hitte kan leiden tot ongezonde opwarming in gebouwen, meer ziekte, stress, ziekenhuisopnamen, arbeidsongelukken, verkeersongelukken, sociale onrust, psychische klachten, agressie, verminderde school- en arbeidsprestaties of toename in het arbeidsverzuim.

Warm zomerweer kan heerlijk zijn. Maar als de temperatuur lang boven de 25°C blijft, is het voor veel mensen te warm. Je kunt dan gezondheidsklachten krijgen door de hitte, zoals vermoeidheid, concentratieproblemen, duizeligheid en hoofdpijn. Mensen kunnen huidproblemen krijgen zoals jeuk en uitslag met blaasjes. Tenslotte is bij aanhoudende hitte uitdroging en oververhitting een risico. In het ergste geval kunnen mensen hieraan overlijden.



Cijfers laten zien dat we te maken hebben met honderden extra doden in 2019 en 2020 en een groeiend verlies aan arbeidsproductiviteit. Ook wereldwijd zijn **hittegolven de dodelijkste klimaatrisico's**. De risico's zijn dus voor alle doelgroepen, maar kwetsbare doelgroepen worden het hardst getroffen.

Meer info:

<https://www.rivm.nl/hitte/kwetsbare-groepen>

<https://ggdleefomgeving.nl/zomer-en-hitte/gezondheidsklachten-door-hitte>



2. Bewustwording

Bewustwording is een belangrijke eerste stap in het proces om de gezondheidsproblematiek rondom hitte aan te pakken. De ernst van het gezondheidsprobleem erkennen is belangrijk, zowel bij beleidsmakers als bij inwoners. Bewustwording creëren kan soms lastig zijn. Verhalen vertellen is erg belangrijk als we het hebben over het creëren van bewustzijn, omdat goede verhalen ons aangrijpen, invloed hebben op onze emotie en ons daardoor vaak aan het denken zetten.

Inspiratieverhaal #ongekendheit

Dit is een verhaal over mogelijke exceptionele hitte in Nederland op basis van wetenschappelijke inzichten. "Dit scenario vertelt en verbeeldt wat er kan gebeuren als we te maken krijgen met een hittecrisis die zijn weerga niet kent. Zodat iedereen zich bewust wordt van de gevaren en we ons op tijd gaan voorbereiden. Door het gesprek met elkaar aan te gaan, kunnen we ook beginnen na te denken over handelingsperspectieven."

- Voor de film, zie hier: <https://ongekendheit.nl>
- Meer informatie hierover lees je hier: <https://climateadaptationservices.com/ongekend-heet-klimaatverhaal-over-exceptionele-hitte-in-nederland>

3. Aan de slag, wat kan een gemeente doen?

Door klimaatverandering moeten gemeenten zich voorbereiden op toenemende (en hetere en langere) hittegolven. Ofwel: de kans op extreme hitte in Nederland neemt toe. In 2022 is daarom de Menukaart Hitte ontwikkeld die in één oogopslag zien welke stappen een gemeente kan nemen om "hitteproof" te worden, op gezondheids-, gebouw- en gebiedsniveau. Inmiddels is de Menukaart geüpdatet en zijn er nieuwe hulpmiddelen aan toegevoegd om gemeenten te helpen met het thema hitte vorm te geven in beleid en praktijk. Er zijn verschillende manieren en niveaus om aan de slag te gaan.

Een hitteprogramma ontwikkelen aan de hand van #Hittemenukaart

De **Menukaart Hitte** geeft een overzicht van alle effecten van hitte die binnen het handelingsperspectief van gemeenten liggen. Daarnaast geeft de menukaart een overzicht van de doelen en maatregelen die een gemeente kan nemen, en is er meer informatie te vinden vanuit ervaringen van andere gemeenten.

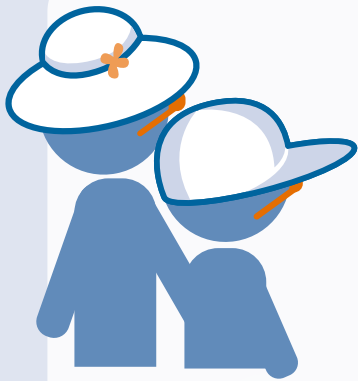
Het laat in één oogopslag zien welke stappen gemeenten nu al kunnen zetten en welke maatregelen zij samen met andere partijen nu al kunnen nemen om hittebestendig te worden, zoals vergroenen van de openbare ruimte, inrichten van koele plekken, plaatsen van zonnebrandpalen, afspraken met stakeholders over kwetsbare inwoners maken en opstellen van een hitteplan (zie ook: onderdeel 3c).



Met de menukaart kan een gemeente samen met betrokken partners een hitteprogramma ontwikkelen voor de thema's Gezondheid, Gebouw en Gebied. Bij elke maatregel vind je tips over wat je moet doen om deze maatregel uit te voeren.

Kijk voor de factsheet en meer info:

<https://klimaatadaptatienederland.nl/hulpmiddelen/overzicht/menukaart-hitte>



Integraal actieplan hitte

De Handreiking Integraal Actieplan Hitte is een volledig uitgewerkt stappenplan om met je gemeente aan het werk te gaan met het thema hitte. Niet alleen worden alle stappen duidelijk uitgelegd, ook zijn er per stap hulpmiddelen te vinden die je helpen om het proces vorm te geven, van startbijeenkomst tot benodigde hulpmiddelen en een overzicht van wet- en regelgeving rondom hitte.

De Handreiking biedt stap voor stap begeleiding bij het opstellen van een Integraal Actieplan Hitte. Zo kunnen gemeenten zelfstandig of met ingehuurde begeleiding aan de slag met hun eigen traject. De handreiking van je hier: <https://infographics.rvo.nl/klimaatadaptatie/menukaart-hitte/#mii-rvokah-page-handreiking>

Hitteplan: een communicatieplan voor tijdens warme dagen

Een hitteplan is een maatregel van het hitteprogramma, en is onderdeel van het grotere geheel. Een hitteplan is eigenlijk een *communicatieplan*.

Hierin staat vermeld welke organisaties zijn betrokken en wie welke acties op welk moment onderneemt. Organisaties die betrokken zijn hebben (vaak) ook direct contact met de bewoners en kwetsbare doelgroepen. De focus van een hitteplan kan gemeente-breed zijn of op specifieke kwetsbare doelgroepen gericht zijn (zie ook: onderdeel 1a). Een hitteplan is vaak een onderdeel van *klimaatadaptatiestrategie/hitteprogramma*. Bij het opstellen van een hitteplan worden zowel partijen uit het fysieke domein als het sociaal domein betrokken, liefst zo vroeg mogelijk in het proces. Een voorwaarde is dat er draagvlak moet zijn bij deze organisaties en dat zij zich committeren aan het proces wat wordt beschreven in het hitteplan. Het resultaat is een plan met concrete acties voor alle betrokken partijen.

Een belangrijk onderdeel is het bevorderen van de *zelfredzaamheid* van mensen en de *samenredzaamheid* voor kwetsbare mensen voorbereidend op en tijdens aanhoudende hitte. In een hitteplan komen de volgende onderdelen aan bod:

- **Evaluatie/Reflectie:** Hoe is tijdens eerdere perioden van extreme warmte gehandeld?
- **Doel:** Wat willen we op korte én lange termijn bereiken?
- **Actie:** Welke acties en maatregelen zijn nodig om deze doelen te behalen?
- **Verantwoordelijkheid:** Wie draagt bij aan welke acties en wie is in the lead?
- **Koppeling:** Waar liggen mogelijk koppelingen met belangrijke thema's binnen een doelgroep of lopende programma's binnen organisaties?



Een hitteplan is een levend document. Nieuwe partners toevoegen is bijvoorbeeld iets dat door de jaren heen gedaan kan worden en eventuele aanscherpingen/wijziging qua focus kan ook plaatsvinden.

Het plan bevat een jaarlijkse cyclus met verschillende fases:

1) Preventie, kennisuitwisseling en gedragsbeïnvloeding; 2) Voorbereiding; 3) Voorwaarschuwing; 4) Waarschuwing; en 5) Monitoring en evaluatie. Elk van deze fases bevat doelstellingen, mogelijke maatregelen en extra aandachtspunten. In uitgebreide tabellen kunnen vervolgens per fase aangegeven worden welke organisatie welke taken uitvoert, wie binnen de organisatie verantwoordelijk is, plus extra details over doelgroep, schaalgrootte en borging.

Meer info over opstellen lokaal hitteplan:

<https://klimaatadaptatienederland.nl/hulpmiddelen/overzicht/lokaal-hitteplan>

Instrumenten

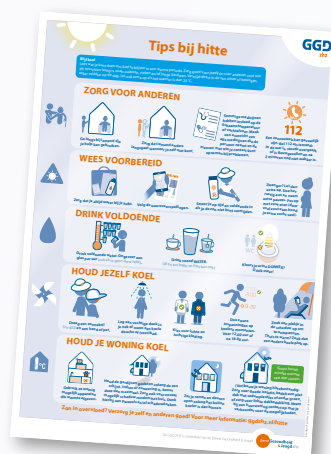
Als er programma's en/of plannen zijn gerealiseerd, zijn er diverse materialen om te gebruiken richting inwoners en stakeholders.

Er zijn factsheets en een instructiefolder beschikbaar die gebruikt kunnen worden bij de communicatie rondom hitte. Er zijn per factsheets verschillende versies beschikbaar, zoals algemene info en per doelgroep. Daarnaast zijn er varianten mét en zonder gemeentelogo (ZHZ-gemeenten).

De informatie vind je terug via: <https://www.ggdzhz.nl/gezondheid-en-milieu/hitte-en-gezondheidsadviezen>

Hieronder vind je directe links naar verschillende adviezen:

- [Algemeen](#)
 - [Kinderen](#)
 - [Sporters](#)
 - [Ouderen](#)
 - [Waterkaart](#)
 - [Instructiefolder scholen & kinderopvang](#)
-
- [Hitte en huisdieren](#)
 - [Evenementen: tips bij hitte](#)
 - [Sportclubs: tips bij hitte](#)
 - [Pleinen vergroenen tegen hittestress: scholen en kinderopvang](#)
 - [Legionella \(-preventie, oa bij evenementen\)](#)



4. Proces en rollen

Elke gemeente is verantwoordelijk voor eigen proces omtrent hitte, met aangewezen personen vanuit diverse domeinen. Hite is tenslotte een domeinoverstijgend onderwerp. Een gemeente heeft intern iemand nodig die het aanspreekpunt is voor het thema 'hitte' en hier moet op structurele basis invulling aan worden gegeven binnen een coördinerende rol waardoor het overzicht behouden blijft (ook in relatie tot het hitteplan). Hiervoor dienen structureel uren en middelen vrijgemaakt te worden. Hite(bestendigheid) is een apart dossier.

Uiteraard kan GGD ZHZ als kennispartner adviseren bij de verschillende vraagstukken (cijfers, scherp krijgen wat doelen/ambities zijn, kennis over netwerkpartners, etc). De GGD heeft een team bestaande uit de verschillende expertises die hierbij betrokken zijn (denk aan infectieziektebestrijding, medische milieukunde, onderzoek en gezondheidsbevordering). Advisering omtrent hitte wordt veelal ook samen gedaan met de veiligheidsregio en omgevingsdienst ZHZ.

- **Hitte alert:** Wanneer er een warme periode/hittegolf aankomt gaat er een waarschuwing uit vanuit RIVM.
 - Elke gemeente dient zich hiervoor zelf aan te melden bij het RIVM (dit kan via deze link: [aanmelden mailing | RIVM](#));
 - Elke gemeente dient iemand of een team te hebben die de melding ontvangt en die hieraan gevolg geeft (voor acties, zie hitteplan).
- **Hitte (Actie)plan:** elke gemeente is zelf verantwoordelijk voor het opstellen en uitvoeren van een hitte(communicatie)plan.
 - Informeren van (kwetsbare) inwoners en stakeholders, voor, tijdens en na de hittegolf;

Ter preventie kunnen **koel plekken** worden ingericht, denk bv. aan supermarkten, kerk of een buurtcentrum. De eerste voorbereiding komt door het nadenken van het klimaatbestendig inrichten van de buitenruimte; hoe minder stenig een gebied is ingericht, hoe minder heet de plek zal worden.



5. Ervaring andere gemeenten

Meer lezen over de ervaringen van andere gemeenten? Download dan de brochure 'met de hittemenukaart naar een hittebestendige leefomgeving':

[https://infographics.rvo.nl/klimaatadaptatie/menukaart-hitte/downloads/1_Brochure_Met_de_Menukaart_Hitte_naar_een_hittebestendige_leefomgeving_\(PDF\).pdf](https://infographics.rvo.nl/klimaatadaptatie/menukaart-hitte/downloads/1_Brochure_Met_de_Menukaart_Hitte_naar_een_hittebestendige_leefomgeving_(PDF).pdf)

6. Droogte en eventuele wateroverlast zijn ook gevolgen van klimaatverandering

Het veranderende klimaat zorgt niet alleen vaker voor hitte maar ook lange droge periodes en voor wateroverlast. Wilt u hier meer over weten, neem dan contact op!

Contact opnemen met GGD Zuid-Holland Zuid

Heeft u na het lezen van deze info vragen? Neem dan contact op met een van onze experts van de GGD, via: 078-7708500 of via omgevingsadvies@ggdzhz.nl

