

TRIGGER TREEQUEST – A SERIOUS GAME

PELAAJAN OHJEET



BY



trigger

TIETOA PELAAJAN OHJEISTA

TRIGGER Treequest on opetuspele, joka on kehitetty **TRIGGER-projektissa** lisäämään tietoa ja osaamista **ilmastonmuutoksen ja terveysriskien** monimutkaisista yhteyksistä.

Peliä voi pelata monin eri tavoin ja se soveltuu moniin eri ympäristöihin – **kouluista aikuisten ryhmiin.**

Pelaajan ohjeista löydät:

- Peliohjeet
- Tulostusohjeet
- Pelin rakenteen

ENNEN PELAAMISTA

Ennen kuin aloitat, huomaa, että peli on suunniteltu seuraaville:



Ikä: yli 16



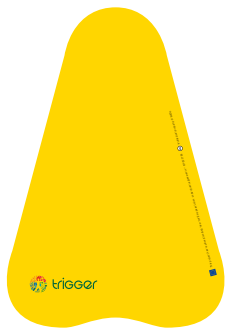
Pelaajat: 2–5 pelaajaa
tai joukkuetta



Kesto: 20–60 minuuttia

PELIOHJEET

SISÄLTÖ

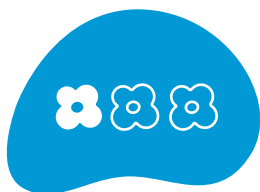


X5
puunrunkoa



66 lehteä
Kysymykset – etupuoli
Vastaukset – takapuoli

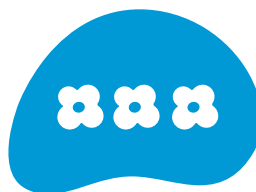
Lehdet on jaettu kolmeen vaikeustasoon:



HELPPO
1 kukka



KESKITASO
2 kukkaa



VAIKEA
3 kukkaa

5 aihealuetta:



Ilmastomuutos



Ekosysteemi



Terveysvaikutukset



Toimintaohjelmat



Sopeutuminen

Lehdillä olevat kysymykset voivat olla eri tyyppisiä, esim.:

- **Totta vai tarua** -kysymykset
- **Avoimet kysymykset** (odotetaan lyhyttä vastausta)
- **Kysymykset, joissa on kolme vastausvaihtoehtoa**
- **Nimeämiskysymykset** (esim. „Nimeä kolme eri puulajia“)

PELIIN VALMISTAUTUMINEN

- Päättäkää, pelaatteko yksin vai joukkueina.
- Valitkaa miten peli voitetaan (katso alla).

MITEN PELIN VOI VOITTAA

Rakenna tietorikkain puu: Kasvata vahva puu, jonka lehdissä on mahdollisimman montaa eri vaikeustasoa ja aihealuetta.



Ennen pelaamisen aloittamista päättäkää, miten peli voitetaan:

- Pelaaja/joukkue on vastannut yhteen kysymykseen jokaisesta aihealueeseen sekä yhteen lisäkysymykseen valitsemastanne aihealueesta.
- Pelaaja/joukkue on vastannut kolmeen helppoon, kahteen keskitason ja yhteen vaikeaan kysymykseen.
- Asettakaa aikaraja (esimerkiksi 20 minuuttia), ja ajan päätyttyä voittaa se pelaaja tai joukkue, joka on vastannut useampaan kysymykseen.

Tasapelin sattuessa voittaa se, joka on vastannut useampaan vaikeaan kysymykseen.

PELIN VALMISTELU



Jokainen pelaaja/joukkue saa yhden keltaisen puunrungon. Aseta se eteesi.



Lajittele kaikki kysymykset vaikeustason mukaan (helppo, keskitaso, vaikea) ja tee kolme pinoa.



Pelaaja, jolla on kylmimmät kädet, aloittaa. Sen jälkeen edetään myötöpäivään.

KUN ON SINUN VUOROSI

- Päätä, minkä tyyppiseen kysymykseen haluat vastata (helppo, keskivaikea tai vaikea sekä kategoria).
- Oikealla puolellasi oleva pelaaja/joukkue lukee kysymyksen ääneen.
- Jos pelaat joukkueessa, kuka tahansa joukkueestasi voi vastata kysymykseen.
 - **Jos vastaat oikein**, saat pitää lehden ja asettaa sen puuhusi.
 - **Jos vastaat väärin**, muut pelaajat tai joukkueet saavat yrittää vastata kysymykseen. Ensimmäinen oikean vastauksen antanut saa pitää lehden ja asettaa sen omaan puuhunsa.

LISÄPELIVAIHTOEHTOJA

Here are some options to make the game even more entertaining:



Valitkaa moderaattori, joka lukee kysymykset ääneen kaikille. Pelaaja tai joukkue, joka vastaa ensimmäisenä oikein, saa lehden.



Jos vastaat kysymykseen väärin, menetät yhden lehden puustasi. Saat itse päättää, minkä lehden annat pois.



Pelaa noppaa käyttäen: jokaiselle aihealueelle annetaan numero 1–5. Heitä noppaa ja vastaa sen osoittaman aihealueen kysymykseen. Jos tulee 6, pelaaja/joukkue saa itse valita aihealueen.



Pelaa käyttäen pussia: laita kaikki kysymykset pussiin ja nosta satunnainen kysymys vuorollasi.

PALAUTE ON AINA TERVETULLUTTA!

Kerro meille, mitä mieltä olet pelistä – lähetä sähköpostia osoitteeseen info@kajoservices.com

TULOSTUSOHJEET

1

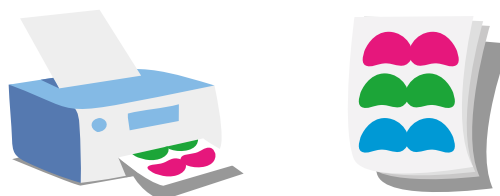
Kun 2D-VERSIO PDF (kotitulostus) on ladattu, **avaa tiedosto.**



2

Tulosta kaikki PDF:n sivut; ne sisältävät pelin osat. Tässä tapauksessa voit käyttää tavallista paperia (80 g/m²) tai mitä tahansa paperilaatua, jota tulostimesi tukee.

Peli kannattaa tulostaa väritulosteena valkoiselle paperille.



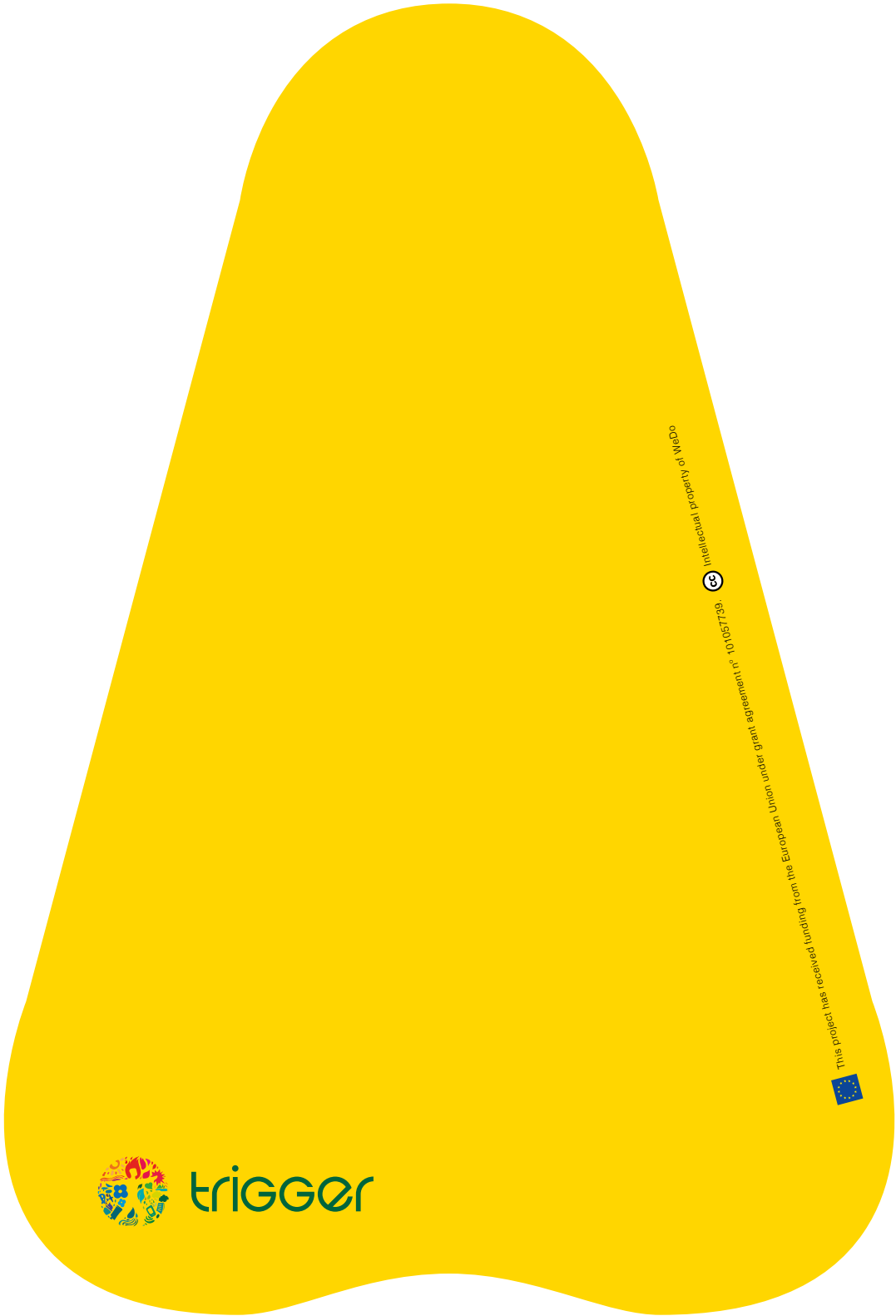
3

Kun sivut on tulostettu, **leikkaa lehdet ja puunrunko ääri viivoja pitkin** (eri lehdillä on eri väri), **taita puoliksi** ja sinulla on kaikki pelin osat valmiina.



* Parhaan käyttökokemuksen saat liimaamalla lehtien osat yhteen valkoisella liimalla.

Seuraavilta sivuilta löydät kaikki pelin osat.

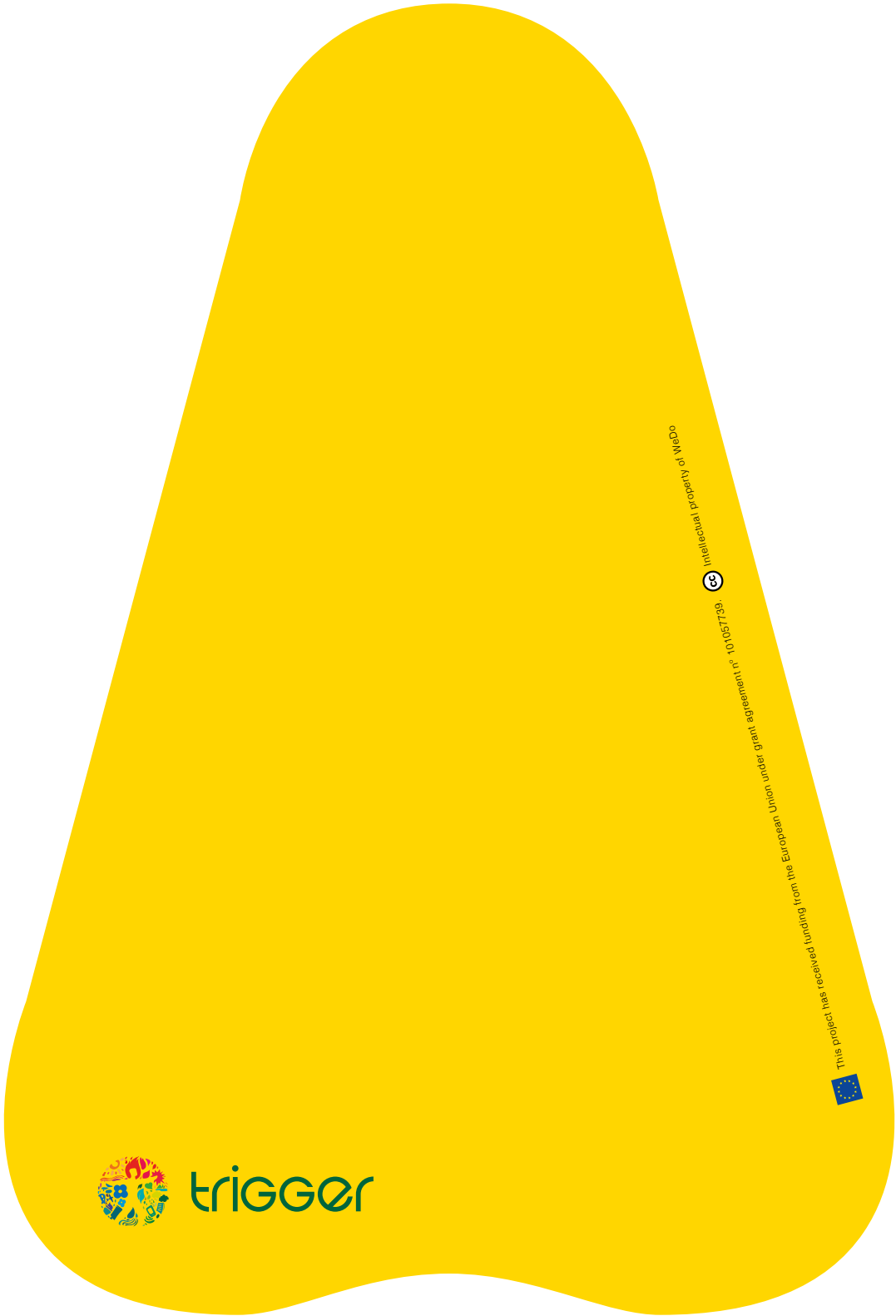


trigger

Intellectual property of WeDo

This project has received funding from the European Union under grant agreement n° 101057739.

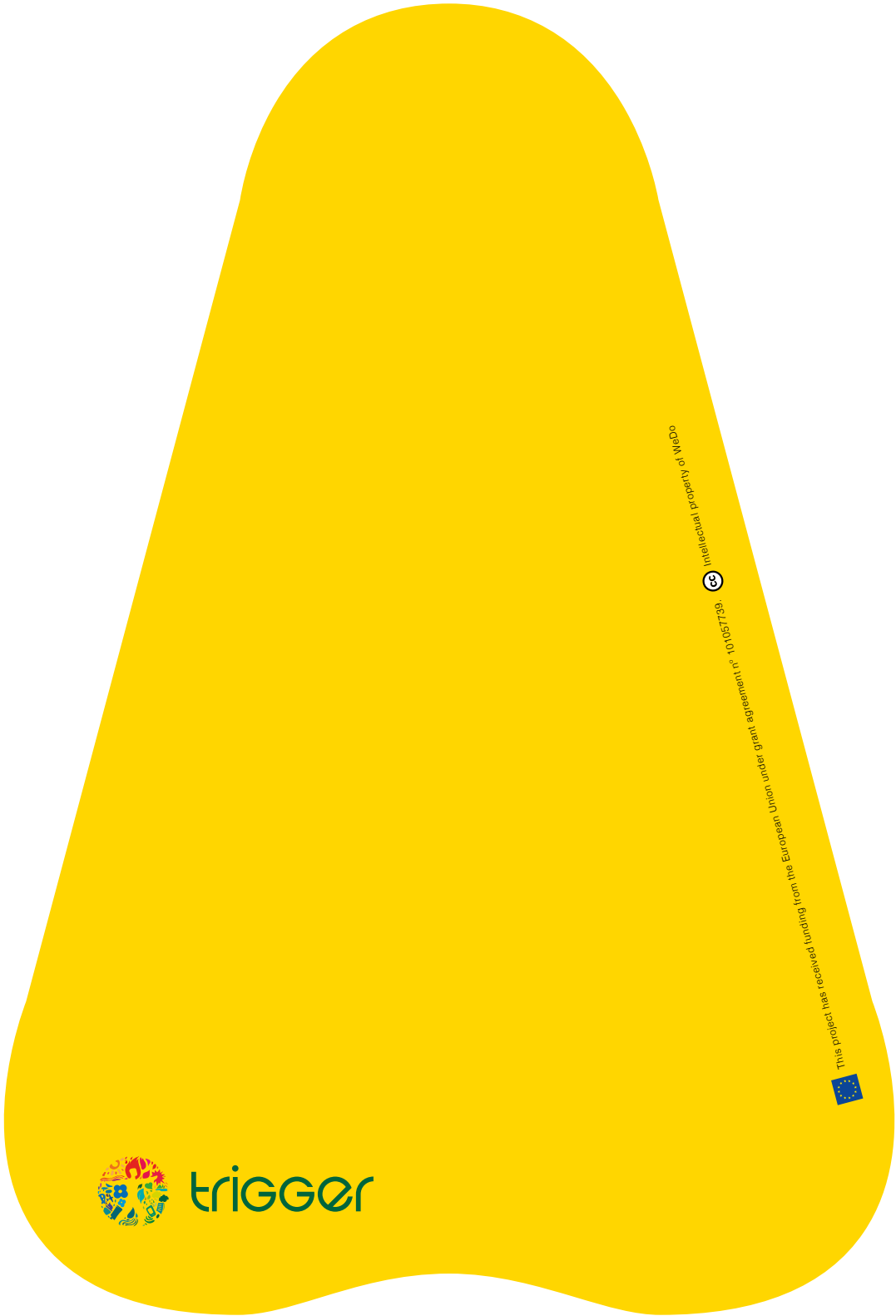




trigger

 Intellectual property of WeDo
© 101057739
This project has received funding from the European Union under grant agreement n° 101057739.

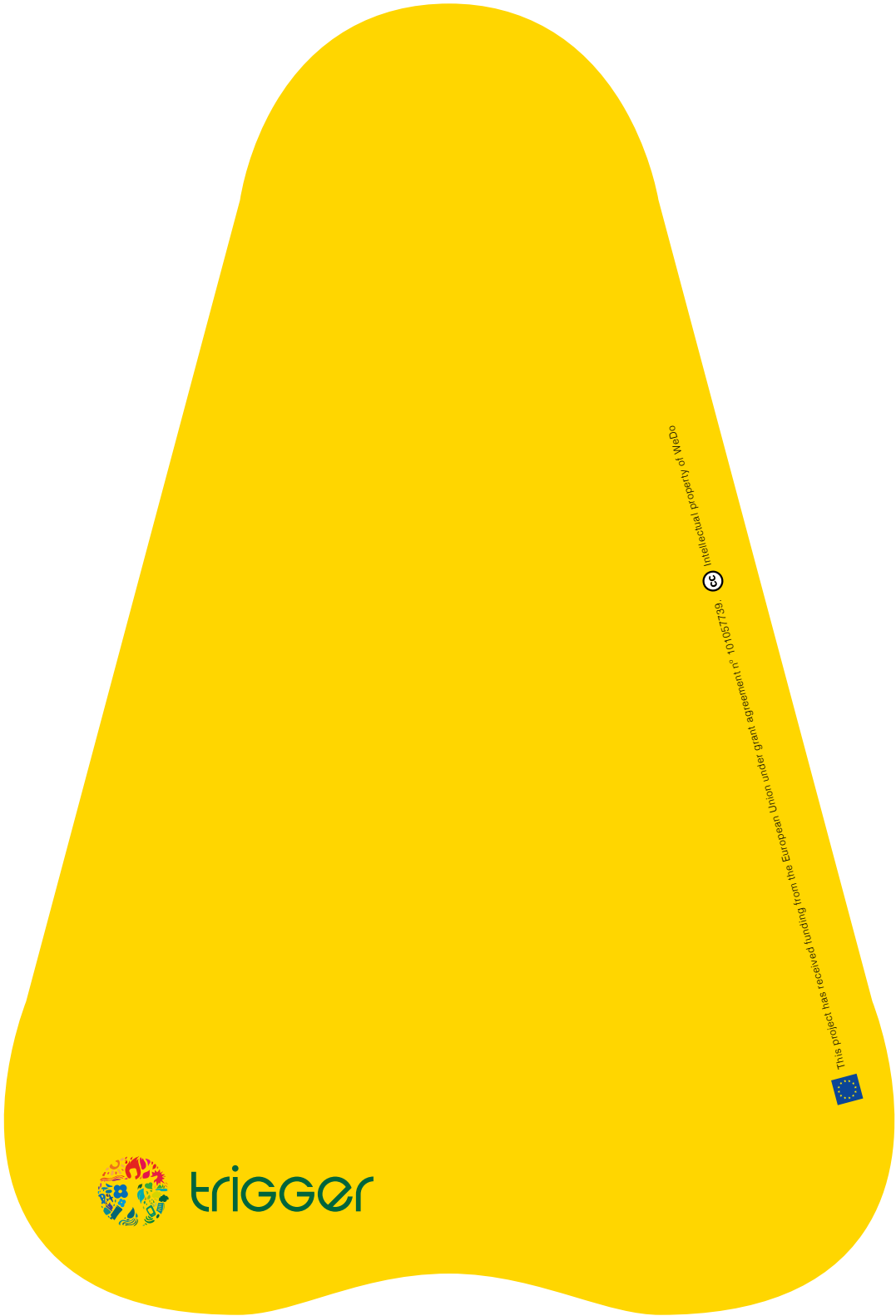




trigger

 Intellectual property of WeDo
© 101057739
This project has received funding from the European Union under grant agreement n° 101057739.

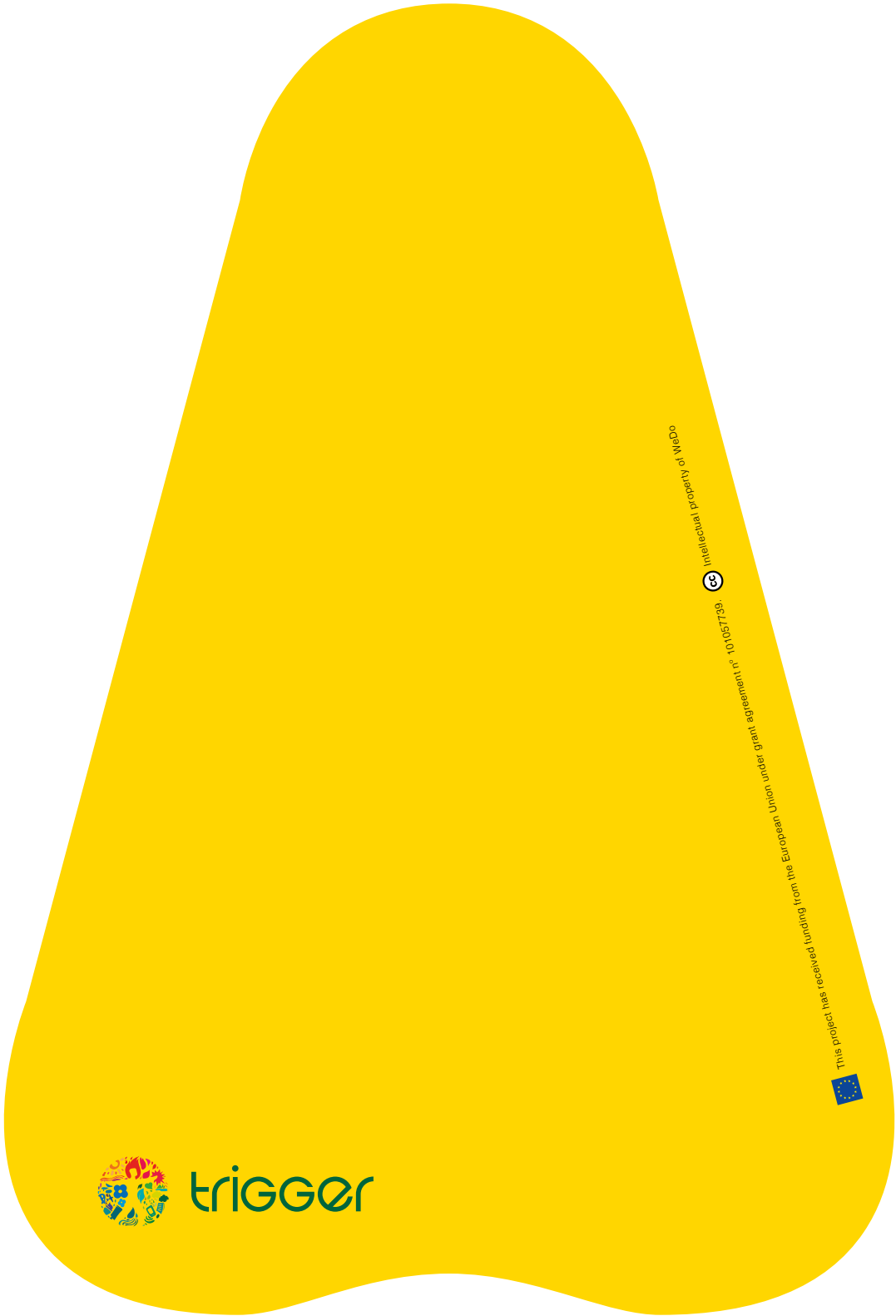




trigger

 Intellectual property of WeDo
© 101057739
This project has received funding from the European Union under grant agreement n° 101057739.





trigger

 Intellectual property of WeDo
© 101057739
This project has received funding from the European Union under grant agreement n° 101057739.





ILMASTONMUUTOS

Totta vai tarua: Tulevaisuudessa arvioidaan, että Euroopassa on vähemmän helleaaltoja ilmastonmuutoksen vuoksi.



VASTAUS

Tarua - Helleaaltojen määrän odotetaan kasvavan useimmilla Euroopan alueilla.



EKOSYSTEEMI

Totta vai tarua: Jotkut ilmansaasteet ovat tunnettuja karsinogeeneja (aineita, organismeja tai tekijöitä, jotka voivat aiheuttaa syöpää).



VASTAUS

Totta - Esimerkkejä ovat dieselpakokaasut, bentseeni ja formaldehydi.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Mikä seuraavista EI ole yleinen ilmastonmuutoksen aiheuttama mielenterveysvaikutus?

- A) Matalampi syke
- B) Ahdistuneisuus
- C) Huolestuneisuus



VASTAUS

A) Matalampi syke



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Tupakoitsijoiden hengitystiet ovat laajemmat kuin terveissä keuhkoissa.



VASTAUS

Tarua - Keuhkojen kapasiteetti on pienentynyt vaurioituneiden keuhkorakkuloiden ja tulehduksen vuoksi.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Ilmansaasteet voivat laukaista astmakohtauksen.

VASTAUS

Totta - Ilmansaasteet voivat ärsyttää hengitysteitä ja pahentaa astmaoireita.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Ilmansaasteet voivat pahentaa sekä hengitysettä sydän- ja verisuonitauteja.



VASTAUS

Totta - Altistuminen epäpuhtauksille, kuten hiukkasille, otsonille, typpidioksidille ja rikkidioksidille, voi pahentaa olemassa olevia olosuhteita.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Mihin elimeen ilmansaasteet vaikuttavat suoraan?

- A) Sydämeen
- B) Aivoihin
- C) Keuhkoihin



VASTAUS

C) Keuhkoihin



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Korkea ilmankosteus voi saada lämpimän ilman tuntumaan vielä kuumemmalta ja heikentää kehon kykyä jäähtyä.



VASTAUS

Totta - Kun ilmankosteus on korkea, hiki ei haihdu iholta yhtä helposti, mikä vaikeuttaa lämmön luovutusta.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Huono ilmanlaatu työpaikalla voi heikentää työntekijöiden tuottavuutta ja lisätä terveysongelmia.



VASTAUS

Totta - Riittämätön ilmanvaihto ja korkeat epäpuhtauspitoisuudet voivat heikentää kognitiivisia toimintoja, vähentää keskittymiskykyä ja lisätä hengitystieongelmien todennäköisyyttä.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Miten helleaallot voivat häiritä ikääntyneiden ihmisten elimistön tasapainoa?

- A) Muuttaa natriumpitoisuutta
- B) Nostaa kolesterolia
- C) Laskee verenpainetta



VASTAUS

A) Muuttaa natriumpitoisuutta



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Ilmansaasteiden määrä ei vaikuta siihen, kuinka paljon ihmisiä joutuu sairaalahoitoon astman vuoksi.



VASTAUS

Tarua – Ilmansaasteilla on vaikutusta siihen, paljonko ihmisiä joutuu sairaalahoitoon astman vuoksi.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Mitä seuraavista tunteista ihmiset kertovat yleensä kokevansa ajatellessaan ilmastonmuutosta?

- A) Ilo ja innostus
- B) Suru ja avuttomuus
- C) Tylyys ja hämmennys



VASTAUS

B) Suru ja avuttomuus



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Tulvat ja maastopalot aiheuttavat vain lyhytaikaisia, alle vuoden kestäviä mielenterveysvaikutuksia.



VASTAUS

Tarua – Tulvat ja maastopalot voivat aiheuttaa pitkäaikaisia mielenterveysvaikutuksia, jotka kestävät vuosia.



TOIMINTAPOLITIIKAT

Mikä on EU:n keskeinen ilmastolaki, joka asettaa sitovan tavoitteen ilmastoneutraaliudelle vuoteen 2050 mennessä?

- A) Eurooppalainen ilmastolaki
- B) Luonnon ennallistamislaki
- C) Euroopan ilmastopöytäkirja



VASTAUS

A) Eurooppalainen ilmastolaki



TOIMINTAPOLITIIKAT

Mitä seuraavista kaupungit käyttävät vähiten ilmastoystävällisen käyttäytymisen edistämiseen?

- A) Pyöräkaistat
- B) Ympäristökasvatus
- C) Rahapalkkiot



VASTAUS

C) Rahapalkkiot



TOIMINTAPOLITIIKAT

Totta vai tarua: Useimmissa paikallisissa strategioissa korostetaan, miten ilmastotoimet voivat parantaa kansanterveyttä.



VASTAUS

Tarua - Vaikka jotkut paikalliset poliittiset toimet korostavat toiminnan ja terveyden välistä yhteyttä, se ei ole yleismaailmallinen ominaisuus kaikissa politiikkatoimissa.



SOPEUTUMINEN

Totta vai tarua: Ihmiset, jotka asuvat metsien tai vesistöjen lähellä, kokevat yleensä mielenterveytensä paremmaksi kuin muualla asuvat.



VASTAUS

Totta – Luonnossa liikkuminen voi vähentää stressiä, parantaa mielialaa ja parantaa yleistä hyvinvointia.



SOPEUTUMINEN

Millä tavoin Bologna (Italia) sopeutuu kaupungin kohoaviin lämpötiloihin?

- A) Ilmastointilaitteiden asentamisella joka kotiin
- B) Puiden istuttamisella ja kaupunkipuutarhojen perustamisella
- C) Pysäköintialueiden lisäämisellä



VASTAUS

B) Puiden istuttamisella ja kaupunkipuutarhojen perustamisella



SOPEUTUMINEN

Totta vai tarua: Oulu (Suomi) aikoo lisätä viheralueiden biodiversiteettiä istuttamalla monipuolisemmin eri puulajeja.



VASTAUS

Totta - Itse asiassa Oulu pyrkii lisäämään luonnon monimuotoisuutta eri viheralueiden elementeillä, ei pelkästään puulajien osalta.



SOPEUTUMINEN

Totta vai tarua: Geneve (Sveitsi) on kehittänyt paikallisia helleaaltoihin liittyviä varautumissuunnitelmia, joihin kuuluu naapuriavun järjestäminen vanhusten suojelemiseksi.



VASTAUS

Totta - Ympäri maailmaa lämpötoimintasuunnitelmiin sisältyy usein strategioita, kuten vapaaehtoisten ilmoittautumiset, kaverijärjestelmät ja suora yhteisötyö.



ILMASTONMUUTOS

Totta vai tarua: Maapallon keskilämpötila vuosina 2011–2020 oli noin 1,1 °C korkeampi kuin esiteollisella ajalla (aika ennen 1850-lukua), ja lämpeneminen oli suurempaa maalla kuin merellä.



VASTAUS

Totta - Maapallon keskimääräinen pintalämpötila oli noin 1,1 celsiusastetta korkeampi kuin teollistumista edeltävällä kaudella ja lämpeneminen oli suurempaa maalla kuin valtameressä.



ILMASTONMUUTOS

Missä mitattiin Euroopan korkein lämpötila (48,8 °C) vuonna 2021?

- A) Sisiliassa (Italia)
- B) Ateenassa (Kreikka)
- C) Granadassa (Espanja)



VASTAUS

A) Sisiliassa (Italia)



ILMASTONMUUTOS

Mikä on vuoden keskiarvon turvallinen raja-arvo PM2.5-pienhiukkasille Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan?

- A) 5 $\mu\text{g}/\text{m}^3$
- B) 15 $\mu\text{g}/\text{m}^3$
- C) 45 $\mu\text{g}/\text{m}^3$



VASTAUS

B) 15 $\mu\text{g}/\text{m}^3$



ILMASTONMUUTOS

Nimeä vähintään kaksi ilmansaastetta.



VASTAUS

Mahdolliset vastaukset:
pienhiukkaset (PM2.5);
hengitettävät hiukkaset (PM10);
typpioksidi (NO₂); otsoni (O₃);
rikkidioksidi (SO₂); hiilidioksidi (CO₂);
katupöly



TERVEYSVAIKUTUKSET

Mikä ilmansaaste on vaarallisin keuhkoillemme (hengitysterveydelle)?



VASTAUS

Pienhiukkaset (PM2.5)



TERVEYSVAIKUTUKSET

Miksi hikoilemme, kun on kuuma?



VASTAUS

Alentaaksemme kehon lämpötilaa



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Pitkä altistuminen kylmälle supistaa ihon verisuonia.



VASTAUS

Totta - Pitkäaikainen altistuminen kylmälle supistaa ihon verisuonia, mikä auttaa kehoa säästämään lämpöä vähentämällä veren virtausta ihon pinnalle.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Kylmä lämpötila voi aiheuttaa veritulppia ja infarkteja.



VASTAUS

Totta - Kylmä voi lisätä veren hyytymisriskiä ja mahdollisesti johtaa infarkteihin, jotka ovat verenkierron häiriöiden aiheuttamia kudosten kuolioita.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Miksi hengittäminen voi olla vaikeaa kylmässä?

- A) Kylmä ilma jää loukkuun hengitysteihin
- B) Emme saa tarpeeksi happea
- C) Kylmä ilma kuivattaa hengitysteitä



VASTAUS

C) Kylmä ilma kuivattaa hengitystiet



TERVEYSVAIKUTUKSET

Kuinka syvälle pienhiukkaset voivat kulkeutua keuhkoissamme?

- A) Keuhkoputkiin
- B) Keuhkorakkuloihin
- C) Henkitorveen



VASTAUS

B) Keuhkorakkuloihin



TERVEYSVAIKUTUKSET

Miten äärimmäinen helle vaikuttaa verenpaineeseen?

- A) Laskee sitä
- B) Nostaa sitä
- C) Ei vaikutusta



VASTAUS

A) Laskee sitä



TERVEYSVAIKUTUKSET

Ketkä ovat erityisen alttiita mielenterveysongelmille katastrofien, kuten tulvien tai maastopalojen jälkeen?

- A) Toimistotyöntekijät
- B) Matkailijat
- C) Lapset



VASTAUS

C) Lapset



TERVEYSVAIKUTUKSET

Nimeä vähintään kaksi mielenterveysongelmaa, joiden riskiä ilmastonmuutos ja siihen liittyvät uhat kasvattavat.



VASTAUS

Mahdolliset vastaukset:
Ilmastoahdistus; Stressi;
Masennus; Trauma;
Psykiatrinen häiriö.



HEALTH IMPACTS

Nimeä vähintään kolme fyysistä terveysvaikutusta, joiden riskiä ilmastonmuutos (ja siihen liittyvät uhat) lisäävät.



VASTAUS

Mahdolliset vastaukset:
Lämpöhalvaus; Vammat;
Astmakohtaukset; Veden välityksellä leviävät taudit; Vektorivälitteiset taudit; Allergiset reaktiot; Sydän- ja verisuonikuormitus



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Kylmemmät lämpötilat voivat lisätä sydänkohtausten riskiä nostamalla verenpainetta.



VASTAUS

Totta - Kylmälle altistuessaan verisuonet supistuvat lämmön varastoimiseksi, mikä nostaa verenpainetta ja sydämen on työskenneltävä kovemmin veren kiertämiseksi.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Miehet ovat herkempiä ilmansaasteille ja helteelle, koska he hikoilevat enemmän ja heidän keuhkonsa ovat suuremmat.



VASTAUS

Tarua – Naiset ovat herkempiä ilmansaasteille ja helteelle, koska he hikoilevat vähemmän ja heidän keuhkonsa ovat pienemmät.



TOIMINTAPOLITIIKAT

Totta vai tarua: Useimmat paikalliset ilmastostrategiat sisältävät terveysvaikutusten kustannus-hyötylaskelmia.



VASTAUS

Tarua – Niihin ei yleensä sisälly arvioita terveysvaikutuksista.



TOIMINTAPOLITIIKAT

Eurooppalainen ilmastolaki asetti uuden tavoitteen vuodelle 2030: kuinka paljon kasvihuonekaasupäästöjä pitäisi vähentää vuoden 1990 tasoon verrattuna?

- A) Vähintään 40 %
- B) Vähintään 55 %
- C) Vähintään 66 %



VASTAUS

B) Vähintään 55 %



TOIMINTAPOLITIIKAT

Totta vai tarua: Pariisin ilmastosopimus sitoo maat oikeudellisesti tiettyihin päästötavoitteisiin.



VASTAUS

Tarua – Se on oikeudellisesti sitova kansainvälinen sopimus, se ei aseta maille oikeudellisesti sitovia päästövähennystavoitteita.



TOIMINTAPOLITIIKAT

Eurooppalainen ilmastolaki (2021)
sitoo EU:n nettonollapäästöihin.
Mihin vuoteen mennessä?

- A) 2030
- B) 2040
- C) 2050



VASTAUS

C) 2050



TOIMINTAPOLITIIKAT

Millaisia toimia paikalliset päättäjät
Euroopassa odottavat kansalaisilta
enemmän?

- A) Yhteisöllisiä toimia
- B) Yksilöllisiä toimia
- C) Kaupalliseen toimintaan liittyviä toimia



VASTAUS

B) Yksilöllisiä toimia



SOPEUTUMINEN

Mitä UV-indeksi kuvaa?



VASTAUS

UV-säteilyn aiheuttamien
terveysvaikutusten riskiä (esim.
tarvetta aurinkovoiteelle tai
varjossa pysymiselle)





SOPEUTUMINEN

Mitä tarkoitetaan ilmastoikeitaalla Augsburgin (Saksa) sopeutumissuunnitelmassa?

- A) Aavikkotyylinen puisto aurinkopaneeleilla
- B) Pieni varjoisa viheralue
- C) Vesiallas



VASTAUS

B) Pieni varjoisa viheralue



SOPEUTUMINEN

Mikä seuraavista kuuluu Augsburgin (Saksa) terveysresilienssistrategiaan?

- A) Ilmastotarkastukset sairaaloille ja hoitokodeille
- B) Ilmaiset liikuntatunnit
- C) Evakuointisuunnitelmat



VASTAUS

A) Ilmastotarkastukset sairaaloille ja hoitokodeille



SOPEUTUMINEN

Miten Oulu (Suomi) sopeutuu runsaampiin sateisiin kaupunkisuunnittelussa?

- A) Päälystämällä enemmän alueita valunnan nopeuttamiseksi
- B) Kannustamalla sadevesisäiliöiden käyttöön kodeissa
- C) Lisäämällä vettä läpäiseviä pintoja uusille asuinalueille



VASTAUS

C) Lisäämällä vettä läpäisevää pintaa uusille asuinalueille



SOPEUTUMINEN

Miten Heraklion (Kreikka) aikoo vähentää liikenteen päästöjä?

- A) Parantamalla ja laajentamalla joukkoliikennettä
- B) Korottamalla polttoaineveroja
- C) Lisäämällä kaupunkiin polkupyöriä



VASTAUS

A) Parantamalla ja laajentamalla joukkoliikennettä



SOPEUTUMINEN

Miten Geneve (Sveitsi) tiedottaa kansalaisille ilmastonmuutoksesta?

- A) Esittämällä piirroselokuvia
- B) Järjestämällä ilmastoillallisia
- C) Rekrytoimalla vapaaehtoisia ilmastolähettiläitä



VASTAUS

C) Rekrytoimalla vapaaehtoisia ilmastolähettiläitä



ILMASTONMUUTOS

Nimeä yksi sosiaalinen terveysvaikutus, jonka riskiä ilmastonmuutos lisää.



VASTAUS

Mahdolliset vastaukset:
Työpaikkojen menetys; Vaikeudet julkisten terveyspalveluiden saatavuudessa; Sosiaalisten verkostojen muuttuminen



EKOSYSTEEMI

Mikä on tärkein ympäristötekijä, joka vaikuttaa ulkona koettuun lämpömukavuuteen?

- A) Ilman lämpötila
- B) Keskimääräinen säteilylämpötila
- C) Tuulen nopeus



VASTAUS

B) Keskimääräinen säteilylämpötila – MRT on biometeorologinen muuttuja, jolla arvioidaan ulkoisen ympäristön ja ihmisten hyvinvoinnin välistä yhteyttä.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Miksi hikoilemme, kun on kuuma?



VASTAUS

Alentaaksemme kehon lämpötilaa



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Hiilimonoksidi edistää hapen sitoutumista hemoglobiiniin punasoluissa.



VASTAUS

Tarua – Hiilimonoksidi estää happea sitoutumasta hemoglobiiniin punasoluissa.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Miten ilman epäpuhtaudet kuten pienhiukkaset (PM2.5) vaikuttavat hengitysteihin ja keuhkorakkuloihin?



VASTAUS

Se aiheuttaa tulehdusta (inflamaatio)



TERVEYSVAIKUTUKSET

Mikä ilmansaaste liittyy suurimpaan määrään vuosittaisia kuolemia EU:ssa?

- A) Pienhiukkaset (PM2.5)
- B) Typpidioksidi (NO2)
- C) Otsoni (O3)



VASTAUS

A) Pienhiukkaset (PM2.5)



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Helleaallot ovat vaarallisia vain ihmisille, joilla on sydänsairauksia.



VASTAUS

Tarua - Vaikka sydänsairauksista kärsivät ihmiset ovat suuremmassa riskissä helleaaltojen aikana, helleaallot voivat vaikuttaa kehen tahansa.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Miten pienhiukkaset vaikuttavat sydän- ja verenkiertoelimistön terveyteen?

- A) Laskevat verenpainetta
- B) Aiheuttavat tulehdusta
- C) Laskevat sykettä



VASTAUS

B) Aiheuttavat tulehdusta



TERVEYSVAIKUTUKSET

Totta vai tarua: Ultrapienet hiukkaset ovat vähemmän haitallisia kuin hengitettävät hiukkaset (PM10) niiden pienen koon vuoksi.



VASTAUS

Tarua – Ultrapienet hiukkaset ovat haitallisempia kuin PM10 pienemmän kokonsa vuoksi.



TERVEYSVAIKUTUKSET

Mikä perussairaus lisää sydän- ja verisuoniriskiä helleaallojen aikana?



VASTAUS

Korkea verenpaine: kun verisuonten paine on liian korkea (140/90 mmHg tai korkeampi).



TERVEYSVAIKUTUKSET

Nimeä vähintään kaksi säätekijää, jotka vaikuttavat siihen, kuinka lämpimältä tai kylmältä meistä tuntuu.



VASTAUS

Mahdolliset vastaukset:
Lämpötila; Kosteus; Tuuli; Säteily



TOIMINTAPOLITIIKAT

Mihin arjen osa-alueeseen kansalaisten ilmastotoimet yleensä kohdennetaan paikallisissa ilmastostrategioissa?

- A) Energian käyttöön kotona
- B) Ruoankulutukseen
- C) Liikkumiseen ja liikenteeseen



VASTAUS

C) Liikkumiseen ja liikenteeseen



TOIMINTAPOLITIIKAT

Mikä on EU:n keskeinen ilmastolaki, joka asettaa sitovan tavoitteen ilmastoneutraaliudelle vuoteen 2050 mennessä?

- A) Eurooppalainen ilmastolaki
- B) Luonnon ennallistamislaki
- C) Euroopan ilmastopöytäkirja



VASTAUS

B) Luonnon ennallistamislaki



TOIMINTAPOLITIIKAT

Nimeä kolme sektoria, joita EU:n strategioissa/toimenpideohjelmissa yleensä käsitellään.



VASTAUS

Mahdolliset vastaukset:
Maatalous; Teollisuus; Liikenne;
Tietoliikenne; Koulutus; Terveys



TOIMINTAPOLITIIKAT

Minkä tyyppinen kansalaisten osallistuminen on yleisintä paikallisissa ilmastostrategioissa?

- A) Kansalaiset antavat palautetta
- B) Kansalaiset auttavat ratkaisujen suunnittelussa
- C) Kansalaiset voivat tehdä päätöksiä



VASTAUS

A) Kansalaiset antavat palautetta



SOPEUTUMINEN

Miten Heraklion (Kreikka) suojelee kulttuuriperintökohteita, kuten minolaisia palatseja?

- A) Siirtämällä ne korkeammalle
- B) Maalaamalla ne lämpöä heijastavalla maalilla
- C) Käyttämällä seurantajärjestelmiä ja hätätilanteiden suunnitelmia



VASTAUS

C) Käyttämällä seurantajärjestelmiä ja hätätilanteiden suunnitelmia



SOPEUTUMINEN

Nimeä luonnonmukainen kaupunkisuunnittelun keino, joka parantaa ulkolämpötilan mukavuutta hellejaksojen aikana.



VASTAUS

Mahdolliset vastaukset: Puiden istuttaminen; Viherkattojen rakentaminen; Varjoisten alueiden lisääminen; Heijastavien materiaalien käyttö; Vesielementtien asentaminen



SOPEUTUMINEN

Miten Bologna (Italia) vähentää juomaveden käyttöä kasteluun?

- A) Tuomalla vettä muista maista
- B) Kieltämällä puutarhanhoidon
- C) Uudelleenkäyttämällä käsitellyn jäteveden



VASTAUS

C) Käsitellyn jäteveden uudelleenkäytöllä