



Una Monash sana  
e resiliente:  
il piano integrato

2017 – 2021

## Il ruolo del Comune nella salute e il benessere

Essendo il livello di governo più vicino alla comunità, ci troviamo in una posizione unica per rispondere alle priorità per la salute e il benessere della nostra comunità.

Ogni quattro anni, in ottemperanza con la legge Public Health and Wellbeing Act 2008, sviluppiamo un piano comunale per la salute e il benessere pubblico che funge da guida per la nostra visione di Monash. Tale piano è legislativo dallo stato e si conforma direttamente con il Piano per la salute pubblica e il benessere del Victoria 2015 - 2019.

# Messaggio del sindaco

3

È con grande piacere che vi presento ***Una Monash sana e resiliente: Piano integrato 2017-2021***. Questo piano rappresenta i nostri congiunti sforzi per supportare la comunità di Monash affinché possa condurre una vita sana, felice e soddisfacente. Riconosce che godere di buona salute significa ben più che essere privi di malattie: è infatti uno stato fisico, mentale e di benessere sociale. Senza una buona salute è difficile vivere al meglio la propria vita.

Come vostro consiglio comunale, vogliamo creare ambienti solidali che rendano facile alla nostra comunità partecipare a uno stile di vita sano.

Per questo motivo, per la prima volta, abbiamo creato un piano che riunisce tutti i settori all'interno del Comune che ci aiutano a creare una city sana. Questo piano delinea la visione per massimizzare la salute, la felicità e il benessere della comunità di Monash. Identifica i vari settori della nostra comunità e le loro specifiche priorità incluso coloro che sono affetti da disabilità, la nostra comunità multiculturale, le preoccupazioni concernenti la sicurezza della comunità, la parità dei sessi, le preferenze sessuali, il rispetto dell'età, lo sport e la ricreazione, le biblioteche, i centri sociali (neighborhood house), l'arte e la cultura, i bambini, i giovani e le famiglie, la creazione di luoghi e le sovvenzioni comunitarie.

I nostri obiettivi mirano in alto e questo non sarebbe possibile senza il prezioso sostegno dei nostri collaboratori locali.

Vi ringraziamo anche per la generosità che ci avete dimostrato tutti e che ha contribuito ai pensieri e alle idee che hanno permesso lo sviluppo di tale piano. Sono certa che insieme continueremo a costruire una comunità sana, forte e di supporto per tutti.

**Rebecca Paterson**  
**Sindaco**

## Riconoscimenti della nazione

Il Comune della City di Monash riconosce i proprietari tradizionali della terra conosciuta ora come Monash e onora gli abitanti passati e presenti.



4



Una Monash sana e resiliente: il piano integrato

# Cosa ci ha detto la nostra comunità

5

“Dobbiamo tutti collaborare per dimostrare rispetto alle donne.”

“Gli asili e le scuole devono smettere di servire ai nostri bambini cibo spazzatura o alimenti pieni di zuccheri e sale. Questo condiziona sin da una giovane età le papille degustative.”

“Continuate ad offrire maggiori attività gratuite nei parchi! Musica, ballo, divertimento!”

“Parchi accessibili, piste ciclabili e sentieri per pedoni incoraggiano la gente a stare all’aperto.”

“Quando le persone sono attive la loro salute fisica e mentale migliora automaticamente!”

“Una sana alimentazione è alla base di mente, spirito e corpo sani.”

“Se state bene mentalmente, avrete maggiori probabilità di fare scelte di vita migliori.”

“Il rispetto crea comunità più sicure.”

“C’è un posto per tutti in questa comunità.”

“La vita è complessa per i ragazzi di oggi, non dobbiamo meravigliarci se così tanti di loro hanno problemi di salute mentale.”

# Un piano e una visione per tutta la comunità

Nel creare **Una Monash sana e resiliente: Piano integrato 2017-2021** per la prima volta abbiamo raccolto e deciso insieme le priorità contenute in tutti gli altri piani, attività e servizi che contribuiscono alla salute, alla felicità e al benessere della comunità di Monash.

- place
- sports
- libraries
- bike paths
- age friendly
- built spaces
- open spaces
- fit and healthy
- arts and culture
- lifelong learning
- making a difference
- Monash Gallery of Art
- resilient young people
- neighbourhood houses
- community grants program
- parks
- recreation
- all abilities
- child friendly
- gender equity
- strong families
- community safety
- diverse communities
- safeguarding children

**Una Monash sana e resiliente: Piano integrato 2017-2021** include svariati piani di azione e strategie comunali correnti o tramontati tra cui:

- Strategie incorporate per una Monash attiva
- *Il rispetto dell'età a Monash 2015 - 2019*
- *Strategia per l'arte e la cultura 2015 - 2018*
- *Strategia per i bambini, i giovani e le famiglie 2016 - 2017*
- *Quadro di riferimento in materia di sicurezza comunitaria 2015 - 2020*
- *Piano di azione per le disabilità 2013 - 2017*
- *Strategia per la parità sessuale 2015 - 2020*
- *Collaborazione per la salute e il benessere 2013 - 2017*
- *Piano di azione multiculturale 2013 - 2017*
- *Piano di azione per la comunità di Oakleigh*
- *Politica di salute pubblica per il gioco d'azzardo: Dichiarazione della politica 2016 - 2020*
- *Strategia per il servizio di biblioteche pubbliche 2015 - 2018.*

Sono inoltre inclusi nel piano svariati iniziative e programmi che vengono erogati da tutti



i Dipartimenti per lo sviluppo e i servizi comunitari attraverso le Neighbourhood House, le sovvenzioni comunitarie, lo sviluppo comunitario, la creazione di luoghi e le iniziative della Monash Gallery of Art (MGA)

Siamo certi che questo approccio rafforzerà la collaborazione in tutto il Comune e la comunità, semplificherà la rendicontazione e ci porterà a migliorare ulteriormente la salute e il benessere di tutta la comunità.

Abbiamo ascoltato le opinioni della comunità, eseguito una vasta ricerca, raccolto dati e lavorato con i gruppi di riferimento principali del Comune nello sviluppo di questo piano.

***Una Monash sana e resiliente: Piano integrato 2017-2021*** è accompagnato da altri due documenti:

- **La nostra comunità: una panoramica** che evidenzia i fattori fondamentali necessari a stabilire le nostre priorità e a misurare il nostro successo e
- **Piano d'azione per il primo anno 2017 - 2018** che identifica le direzioni che guideranno il nostro lavoro nel corso del prossimo anno.

# Una Monash sana e resiliente

## Quadro generale 2017-2021

### ATTIVA E SANA

Una city che si dedica  
alla salute ottimale e  
al benessere della  
propria comunità

#### UNO STILE DI VITA SANO

- Attività fisica
- Alimentazione sana
- Prevenzione dal male

#### UNA MENTE SANA

- Primi passi
- Famiglie forti
- Giovani resilienti
- La vecchiaia

#### UN AMBIENTE SANO

- Spazi costruiti
- Spazi all'aperto
- Vivibilità

## IMPEGNATA, SICURA DI SÉ E CONNESSA

Una city che ascolta attivamente, si impegna e valorizza la saggezza comunitaria per la creazione del proprio futuro

### PARTECIPAZIONE

- ◆ Impegno comunitario
- ◆ Programmi e attività
- ◆ Creatività

### APPARTENENZA

- ◆ Rafforzare le comunità
- ◆ Aiutare le persone socialmente isolate
- ◆ Quartieri e luoghi

### SUPPORTO

- ◆ Servizi reattivi
- ◆ Accessibili e convenienti
- ◆ Collaborazioni e sovvenzioni

## SANA E RISPETTOSA

Una city in cui ogni membro della comunità è importante

### IL VIAGGIO DELLA VITA

- ▲ Transizioni
- ▲ Libertà di scegliere
- ▲ L'apprendimento per tutta la vita

### UGUAGLIANZA PER TUTTI

- ▲ Tutte le abilità
- ▲ Uguaglianza di genere
- ▲ Comunità variegata
- ▲ Informazioni e comunicazione

### SENTIRSI AL SICURO

- ▲ Sicurezza per le donne
- ▲ Salvaguardare i bambini
- ▲ Sicurezza comunitaria
- ▲ Progettazione ambientalista

# Attiva e sana

Una city che si dedica alla salute ottimale e al benessere della propria comunità



## UNO STILE DI VITA SANO

**Alimentazione sana, attività fisica regolare e saper gestire lo stress della vita sono tutti fattori che contribuiscono a una buona salute.**

### Attività fisica

L'attività fisica regolare nel corso della vita è uno dei fattori fondamentali per la promozione di una buona salute e per la prevenzione di malattie croniche.

### Alimentazione sana

Un'alimentazione equilibrata e sana in tutte le fasi della vita contribuisce a mantenere o migliorare la salute dando al corpo l'alimentazione necessaria.

### Prevenzione dal male

Migliorare la salute e la resilienza degli individui e delle comunità tramite servizi e programmi proattivi per migliorare la propria vita e salute.

## UNA MENTE SANA

**Le esperienze positive in momenti cruciali di transizione della vita sono particolarmente importanti per la salute mentale.**

### Primi passi

L'infanzia rappresenta le fondamenta per l'apprendimento, il comportamento e la salute di tutta la vita.

### Famiglie forti

Genitori e assistenti esercitano l'influenza più importante per la salute di bambini e giovani e questo ha conseguenze per tutta la vita.

### Giovani resilienti

Sostenere i giovani a sentirsi protetti, connessi e sicuri di sé migliora la loro salute sociale e mentale e li rende più preparati ad adattarsi alle nuove sfide che si presentano.

### La vecchiaia

Rimanere connessi e impegnati nella vita comunitaria contribuisce alla salute positiva e al benessere degli anziani.

## UN AMBIENTE SANO

**La nostra salute è strettamente connessa all'ambiente naturale e costruito delle comunità in cui viviamo.**

### Spazi costruiti

Assicurarsi che i bisogni della comunità, sia ora che in futuro, siano al centro dei nostri progetti edili.

### Spazi all'aperto

Spazi pubblici all'aperto per sport, gioco, ricreazione e trasporto attivo nel nostro quartiere.

### Vivibilità

La vivibilità comprende vari elementi. Esamineremo regolarmente come la comunità misura la vivibilità e metteremo a punto le nostre strategie in base a quanto ci consiglia la comunità.

# Impegnata, sicura di sé e connessa

Una city che ascolta attivamente, si impegna e valorizza la saggezza comunitaria per la creazione del proprio futuro



## PARTECIPAZIONE

Una comunità in cui tutti hanno opportunità per condurre una vita socialmente impegnata e soddisfacente.

### Impegno comunitario

L'impegno comunitario è un processo dinamico che costruisce relazioni resilienti e forza comunitaria.

### Programmi e attività

Programmi, attività, eventi e celebrazioni comunitarie che soddisfano i bisogni, gli interessi e le aspirazioni della comunità si ripercuotono positivamente sulla salute.

### Creatività

Arte e attività culturali, servizi ed eventi comunitari che celebrano la diversità culturale, sostengono la creatività e rafforzano la comunità.

## APPARTENENZA

La vita ha maggiore significato quando le esperienze sociali offrono un senso di appartenenza.

### Rafforzare le comunità

Comunità forti e coese promuovono l'inclusione e la partecipazione di tutti.

### Aiutare le persone socialmente isolate

Impegnarsi per essere inclusivi nei confronti di coloro che potrebbero rimanere isolati assicura che tutti abbiano la possibilità di partecipare alla comunità.

### Quartieri e luoghi

Un approccio di sviluppo comunitario che riunisce le comunità per promuovere e rafforzare la leadership, lo spirito e le connessioni sociali.

## SUPPORTO

Un elemento chiave della nostra strategia è di sostenere la salute e il benessere dei nostri residenti tramite l'erogazione di servizi diretti grazie a un programma di sovvenzioni comunitarie e di collaborazione con i servizi comunitari.

### Servizi reattivi

Il Comune di Monash sarà attento, flessibile e creativo nel soddisfare i bisogni attuali ed emergenti della comunità.

### Accessibili e convenienti

Monash cerca di offrire servizi e attività che sono accessibili e convenienti per le persone di ogni cetto sociale. Identificheremo e risolveremo gli ostacoli alla partecipazione.

### Collaborazioni e sovvenzioni

Monash sviluppa e promuove le collaborazioni che beneficiano la comunità di Monash.

# Sicura e rispettosa

**Una city in cui ogni singolo membro della comunità è importante**

## IL VIAGGIO DELLA VITA

**Il Comune di Monash ottimizzerà le opportunità per la propria comunità affinché possa accedere ai servizi per la salute e il benessere e alle attività sociali che soddisfano i bisogni di ogni fase della vita.**

### Transizioni

Un approccio che tenga conto dell'intero arco della vita ci aiuta a concentrarci sulle fasi di transizione principali dell'esistenza in cui gli interventi possono avere maggiore impatto.

### La libertà di scegliere

Prendere decisioni consapevoli e avere scelta è un diritto umano

### L'apprendimento per tutta la vita

L'apprendimento per tutta la vita è la ricerca continua e attiva della conoscenza che migliora l'inclusione sociale, la cittadinanza attiva e lo sviluppo personale.

## UGUAGLIANZA PER TUTTI

**Il Comune di Monash vanta un impegno forte e articolato per l'accesso e l'eguaglianza che si ispira ai grandi principi dei diritti umani internazionali e di giustizia sociale.**

### Tutte le abilità

Le persone con diverse abilità possono partecipare pienamente a tutti gli aspetti della vita.

### Uguaglianza di genere

Promuove attivamente la legittimazione e la dignità, sfida la discriminazione e rispetta i diritti umani per promuovere l'uguaglianza di genere.

### Comunità variegata

Il Comune di Monash celebra la propria diversità culturale, linguistica, religiosa, di età, genere e sessuale e si impegna per il benessere, l'armonia della comunità e le opportunità affinché tutti possano partecipare pienamente alla vita comunitaria.

### Informazioni e comunicazione

Sviluppare modi di comunicazione mirati, efficaci e culturalmente appropriati è un elemento essenziale per costruire forti relazioni con la comunità.

Una Monash sana e resiliente: il piano integrato

## SENTIRSI AL SICURO

Una comunità sicura è quella in cui ognuno collabora per aumentare la sicurezza e ridurre la paura del male.

### La sicurezza per le donne

La violenza contro le donne ha ripercussioni enormi sugli individui, le famiglie e la comunità e comporta costi sociali enormi. Tramite un approccio condiviso e coerente per prevenire la violenza contro le donne, possiamo tutti contribuire a creare una comunità basata sull'uguaglianza e sul rispetto.

### Proteggere i bambini

Proteggere i bambini e i giovani dal male presuppone una comunità attenta e consapevole, sicura nel valutare e decisa nell'agire.

### La sicurezza comunitaria

Sentirsi ed essere al sicuro è essenziale per la salute, il benessere e il piacere della vita comunitaria.

### La progettazione ambientalista

I principi della progettazione ambientalista forniscono modalità e informazioni al Comune su come creare piani, programmi, politiche ed edilizia.



# Come misureremo i nostri successi

Il Piano si allinea con il *Victorian public health and wellbeing outcomes framework* per la relazione, raccolta e misura dei risultati. Le nostre azioni verranno confrontate con il miglioramento degli esiti per le seguenti malattie, comportamenti nei confronti della salute e ambienti sani:

## Malattie

- Pre-obesità e obesità
- Diabete
- Malattie cardiache
- Pressione sanguigna
- Osteoporosi
- Artrite
- Malattie mentali
- Disturbi psicologici gravi/molto gravi
- Demenza senile e demenza giovanile.

## Comportamenti nei confronti della salute

- Il profilo statistico annuale di Monash, con oltre 140 indicatori di composizione e crescita della popolazione, diversità, stato socio-economico, forza comunitaria, stato di salute e benessere, prestazione e utilizzo dei servizi (DHHS)
  - Fumo, alcol e altre droghe
  - Attività fisica
  - Raggiungimento delle linee guida alimentari per quanto riguarda il consumo di frutta e verdura
  - Bevande zuccherate
  - Partecipazione ai programmi di screening per la salute
  - Allattamento
  - Ripercussioni del gioco d'azzardo e delle perdite monetarie
  - Percentuale di vaccinazioni complete

- Sondaggio di indicatori di VicHealth
- Agenzia di statistiche della criminalità del Victoria
- Sondaggio sull'atteggiamento comunitario nazionale nei confronti della violenza sulle donne
- Sondaggio annuale sulla resilienza dei giovani australiani
- Sondaggio annuale sulla soddisfazione comunitaria
- Sondaggio del Comune di Monash 2021 e oltre
- Partecipazione di tutti i settori comunitari alle consultazioni
- Utilizzo del servizio
- Collaborazioni forti e coese
- Maggiori iscrizioni a Friends of MGA (Monash Gallery of Art)
- Maggiore partecipazione a programmi comunitari, attività, eventi e celebrazioni
- Censimento australiano sul primo sviluppo
- Percentuale di partecipazione ai servizi per la salute materna e del bambino
- Percentuale di partecipazione ai programmi di asilo per i bambini di quattro anni.

## Un ambiente sano

- Riduzione dei danni causati dal gioco di azzardo
- Divieto di fumo in luoghi pubblici
- Riduzione del numero dei bambini denunciati ai servizi sociali (Child Protection)
- Aumento di raccomandazioni alle agenzie di supporto all'infanzia
- Servizi integrati per le famiglie e i bambini di Monash
- Percentuale di partecipazione alle strutture comunali
- Maggior numero di sentieri condivisi
- Iniziative di arte di strada
- Infrastrutture comunitarie disponibili a tutti
- Organizzazioni comunitarie forti e sostenibili
- Programma di sovvenzioni comunitarie
- Creazione di un database per la comunità di Monash
- Opportunità ricreative convenienti
- Servizio di salute mentale per i giovani di Monash
- Sviluppo del Piano strategico degli spazi aperti
- Riconoscimento dei parametri per la sicurezza infantile del Victoria
- Riconosciuta dalle Nazioni Unite come City adatta ai bambini.



# Stare al passo

//  
Ci assicureremo  
che il nostro approccio  
rimanga valido e flessibile  
ai mutamenti della  
comunità...”

Considerati unitamente, i tre documenti ***Una Monash sana e resiliente: Piano integrato 2017-2021, la nostra comunità: una panoramica e Piano d'azione per il primo anno 2017-2018*** offrono il contesto, la base di conoscenze e le azioni per risolvere questioni che si ripercuotono sulla salute e sul benessere della comunità di Monash.

Per assicurarci che il nostro approccio rimanga valido e flessibile ai mutamenti della comunità,

faremo quanto segue:

- svilupperemo ulteriormente gli approcci di pianificazione integrata per offrire notevoli miglioramenti alle questioni che sono state precedentemente esaminate separatamente;
- aggiorneremo i nostri risultati quando avremo a disposizione nuove informazioni;
- aggiorneremo le informazioni comunitarie quando emergono nuove questioni;
- rivedremo e allargheremo il nostro approccio sulla base di nuove e importanti informazioni;
- lavoreremo a stretto contatto e offriremo delle relazioni trimestrali sui progressi a tutti i comitati che contribuiscono al piano Una Monash sana e resiliente: Piano integrato 2017-2021;
- riesamineremo i nostri successi in base ai risultati ottenuti
- offriremo una relazione sui progressi al Comune almeno una volta l'anno; e
- metteremo a punto una valutazione dettagliata consultandoci con le parti interessate al termine di questo piano nel 2021.



### Monash Civic Centre

293 Springvale Road  
Glen Waverley, 3150  
Orario di ufficio: 8.15-17.00  
Dal lunedì al venerdì

### Oakleigh Service Centre

3 Atherton Road  
Oakleigh, 3166  
Orario di ufficio: 8.15-17.00  
Dal lunedì al venerdì

Telefono: 9518 3555

National Relay Service  
(per persone affette da problemi di udito)  
1800 555 660  
mail@monash.vic.gov.au  
www.monash.vic.gov.au

## Language Assist Directory

العربية 9321 5480

廣東話 9321 5481

Ελληνικά 9321 5482

Italiano 9321 5483

한국어 9321 5484

普通话 9321 5485

русском 9321 5486

Việt Ngữ 9321 5487

Other  
languages 9321 5488

