

健康安乐蒙纳士： 整体计划

2017 - 2021

市议会在社区健康与福祉建设方面的角色

作为基层政府，我们处于首当其冲的独特位置，需要对社区健康与福祉优先事项作出积极响应。

根据《2008年公共健康与福祉法》（Public Health and Wellbeing Act 2008）的规定，我们需要每四年制定一次市级公共健康与福祉计划，以指导我们描绘蒙纳士社区的愿景蓝图。该计划符合州立法要求，与《2015-2019 维多利亚州公共健康与福祉计划》（Victorian Public Health and Wellbeing Plan 2015 - 2019）保持一致。

在此，本人非常高兴地为大家介绍《**健康安乐蒙纳士：2017-2021 整体计划**》。该计划体现了我们为支持蒙纳士社区居民过上健康、快乐、充实的生活而共同作出的不懈努力。我们认为，良好的健康远远超出摆脱疾病这一简单概念——它更是一种身体、精神和社会福祉的整体良好状态。没有良好的健康水平，很难尽情享受幸福充实的生活。

作为本地市议会，我们希望创建富有支持的环境，让社区居民都能轻松融入健康的生活方式。

正因如此，我们史无前例地制定了一套计划，对市议会下辖的所有领域进行了统筹整合，以帮助我们界定打造健康城市的要素。该计划提出的愿景旨在最大限度地提高蒙纳士社区居民的健康、幸福与福祉。它把我们的社区划分成多个不同的领域，并为之确定了具体的优先事项，包括残障人士、多元文化社区、社区安全问题、性别平等、性取向、关爱老人、体育与休闲娱乐、图书馆、邻里之家、艺术与文化，以及儿童、青少年和家庭，场所营建和社区拨款。

我们将目光瞄准了可实现的目标，但若无地方社区伙伴的鼎力支持，我们会一筹莫展。

在此，我们要感谢为制定该计划而踊跃建言、出谋划策的每个人。我坚信，只要我们携手努力，我们就能为所有人创建一个健康、强大、富有支持的社区。

Rebecca Paterson
市长

归属认同

蒙纳士市议会谨在此对这片如今被称作是“蒙纳士”的土地的传统所有人表示衷心的感谢，并对他们的祖先和长辈致以崇高的敬意。

4



健康安乐蒙纳士：整体计划

社区心声：

5

“我们需要共同努力，尊重女性。”

“托儿中心和小学不应当给孩子们提供垃圾食品，还有高糖、高盐的食物，以免过早影响他们的饮食偏好。”

“请继续增加公园的免费活动项目！例如音乐、舞蹈和趣味活动等！”

“无障碍公园、步道和骑行小径鼓励人们走出家门，亲近自然。”

“人一旦活跃起来，身体和心理就会自动改善！”

“饮食健康是心灵、精神和身体健康的起点。”

“有一个良好的生活和工作环境，人们才有可能做出更好的生活抉择。”

“相互尊重有助于创建更加安全的社区。”

“社区的每个人都有自己的一席之地。”

“如今的生活给孩子们带来了重重难题，难怪许多人存在心理健康问题。”

同一个计划, 同一个愿景, 涵盖整个社区

在制定《健康安乐蒙纳士: 2017-2021 整体计划》期间, 我们首次综合考虑了有益于促进蒙纳士社区居民健康、幸福与福祉的所有计划、活动和服务, 并汇总和参考了其中的所有优先项目。

- 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

《健康安乐蒙纳士: 2017-2021 整体计划》广泛纳入了现行和过往的市议会策略及行动计划, 包括:

- 积极活跃蒙纳士整合策略
- 2015-2019 关爱老人蒙纳士
- 2015-2018 艺术与文化策略
- 2016-2017 儿童、青少年与家庭策略
- 2015-2020 社区安全框架
- 2013-2017 残障行动计划
- 2015-2020 性别平等策略
- 2013-2017 健康与福祉合作计划
- 2013-2017 多元文化行动计划
- 奥克利社区行动计划
- 博彩业公共健康管理办法: 2016-2020 政策声明
- 2015-2018 公共图书馆服务策略。

社区发展与服务理事会提供的一系列行动和计划, 包括邻里之家、社区拨款、社区发展、场所营建以及蒙纳士美术馆 (MGA) 的诸多活动等, 都纳入了整体计划。



我们相信，这套办法将加强市议会与社区的合作、简化报告流程并推动我们进一步改善整个社区的健康与福祉。

我们认真听取了社区的反馈意见，开展了广泛的调查研究，收集了大量的数据和资料，并与市议会的主要顾问小组协同制定了该计划。

《**健康安乐蒙纳士：2017-2021 整体计划**》有两份配套文件。分别是：

- 《**我们的社区：情况概览**》，其中突出说明了确定优先事项、衡量工作成效所必不可少的关键社区指标；及
- 《**2017-2018 行动计划（第一年）**》，其中指明了我们下一年的工作方针。

健康安乐蒙纳士

2017-2021
框架

活跃与健康

一个致力于为社区
提供优质健康与优
越福祉的城市

健康的 生活方式

- 积极锻炼
- 营养充足
- 预防伤害

健康的心灵

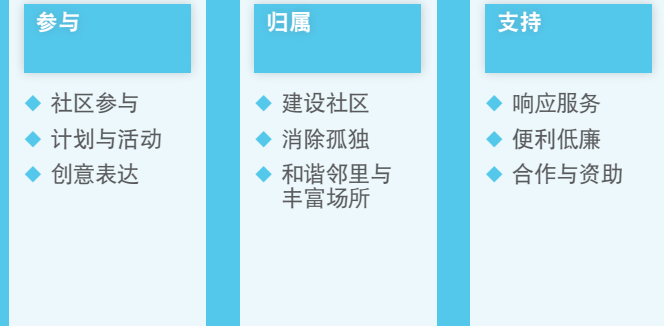
- 茁壮童年
- 和睦家庭
- 朝气蓬勃
- 矍铄老年

健康的环境

- 建筑空间
- 开放空间
- 宜居空间

鼓励参与、培养自信与联系紧密

一个在塑造未来的途中善于听取社区意见、鼓励社区参与和重视社区智慧的城市



安全与尊重

一个重视每一位社区成员的城市



活跃与健康

一个致力于为社区提供优质健康与优越福祉的城市



健康的生活方式

健康的饮食、定期的体育锻炼以及正确应对生活压力都有助于保持健康。

积极锻炼

长期持续的定期体育锻炼是促进身体健康、预防慢性疾病的一大要素。

营养充足

不论在生命的哪个阶段，均衡、健康的饮食都能为身体提供必需的营养元素，维持或改善整体健康。

预防伤害

通过积极主动的服务和计划，倡导有益的生活方式，改善个人及群体的健康安乐。

健康的心灵

生活转折点的正面积极体验对保持良好的心理健康至关重要。

茁壮童年

在幼年为终身学习、行为举止和身心健康奠定基础。

和睦家庭

父母和抚养人对儿童及青少年的健康福祉具有持续一生的重大影响。

朝气青年

给年轻人以安全感，融入感和自信心，改善其社交和心理健康，使之更好地适应新挑战。

矍铄老年

保持社交联系并参与社区生活，有益于老人的身心健康。

健康的环境

我们的健康与所在社区的自然环境和建筑环境密切相关。

建筑空间

让现在和将来的社区需求始终处于建筑设计的核心位置。

开放空间

在社区打造无障碍的运动、玩耍、休闲娱乐公共空间，并鼓励积极的交通方式。

宜居空间

宜居性包括诸多元素。我们将定期征求社区居民对宜居性的看法，并参照社区居民的反馈提高宜居性。

鼓励参与、培养自信与联系紧密

一个在塑造未来的途中积极听取社区意见、鼓励社区参与和重视社区智慧的城市



参与

一个鼓励人人积极参与社会活动、追求充实生活的社区。

社区参与

社区参与是一个动态过程，可以建立和睦关系、巩固社区力量。

计划与活动

根据社区居民的需求、兴趣和愿望，通过一系列社区计划、日常活动和节庆活动，积极影响整体健康。

创意表达

借助社区艺术文化活动、服务及节庆活动，弘扬多元文化，支持艺术表达，加强社区凝聚力。

归属

通过社交活动培养归属感，让生活更有意义。

建设社区

稳健而有凝聚力的社区促进社会包容和每个成员的参与。

消除孤独

采取措施接纳可能被孤立的边缘人士，确保每个人都有机会融入社区。

和谐邻里与场所配套

这一社区发展办法可加强社区凝聚力，培养和增强领导力，提升社区精神风貌和促进社会交往。

参与

通过提供直接服务、社区拨款计划以及与社区服务机构通力合作，提高居民的健康与福祉。

响应服务

蒙纳士市议会将以及时、灵活而富有创造性的方式响应现有和新兴社区的需求。

便利低廉

蒙纳士致力为各阶层人士提供获取便利、费用低廉的服务和活动。我们将尽力识别并消除各种参与障碍。

合作与资助

蒙纳士积极策划并推行有利于本地社区的合作方法。

安全与尊重

一个重视每一位社区成员的城市

生命旅程

蒙纳士市议会将为社区居民创造最佳机会，方便其获取健康和福祉服务，提供满足各年龄组需求的社会活动。

顺利过渡

以有效干预措施把控生活转折点的管理方法。

选择自由

人的权利之一，就是在充分知情的基础上作出决定和抉择。

终身学习

终身学习是对知识的积极持续的追求，可以促进社会包容、加强公民意识、推动个人成长。

全民公平

蒙纳士市议会以国际人权和社会正义的普遍原则为指导，在“无障碍与平等”方面做出了坚定而明确的承诺。

不限能力

每个人的能力不同，但都可以充分参与生活的方方面面。

性别平等

积极赋权、维护尊严、消除歧视、尊重人权、促进性别平等。

多元社区

蒙纳士市议会自豪于本市丰富多彩的文化、语言、宗教、年龄、性别和性多样性，致力于倡导终身幸福、社区和谐，赋予每个人充分参与社区生活的机会。

知情沟通

制定有针对性，有成效和文化契合的沟通方式，是与社区居民建立牢固关系的重要因素。

安全无忧

在一个安全的社区，每个人都能以协调配合的方式共同努力，加强安全感、减少受伤害的恐惧。

保护女性安全

针对女性的暴力行为会对个人、家庭和社区造成难以估量的社会代价。通过协同一致、相互促进的方式来防止暴力侵害女性，奠定一个平等尊重的基础，为建设更加安全的社区作出贡献。

保护儿童

保护儿童和青少年免受伤害需要社区居民处处留心、时时知情，让社区居民有信心做出合理判断、采取合理行动。

社区安全

既有安全感，也有实际的安全条件，对社区生活的健康、福祉和体验至关重要。

环境设计

在设计项目、方案、政策和建筑时，市议会将充分参考环境设计原则的相关意见。



如何衡量成效

该整体计划将在报告、收集和衡量成果方面与《维多利亚州公共健康与福祉目标成果框架》保持一致。我们的举措将充分衡量健康状况、健康行为和健康环境这三方面的改进效果：

健康状况

- 近肥胖与肥胖症
- 糖尿病
- 心脏病
- 高血压
- 骨质疏松
- 关节炎
- 心理健康问题
- 严重/极严重的心理困扰
- 老年与更为年轻者失智症。

健康行为

- 蒙纳士的年度综合统计采用了 140 多个指标，涉及人口构成与增长、多样组成、社会经济地位、社区力量、健康状况与福祉，以及服务绩效和利用效率（DHHS）
 - 吸烟、酗酒及吸食各种毒品
 - 体力活动
 - 符合果蔬摄入标准的饮食指南
 - 含糖饮料
 - 健康筛查计划的参与情况
 - 母乳喂养
 - 赌博与花销损失的发生率
 - 全面免疫接种率

- 维州保健促进基金指标调查
- 维州警署犯罪统计
- 关于暴力侵害女性行为的全国社区态度调查
- 澳大利亚青少年适应力年度调查
- 社区满意度年度调查
- 蒙纳士市议会 2021 年及未来展望调查
- 社区全领域参与沟通协商
- 服务使用情况
- 稳固的合作关系
- 扩大了蒙纳士美术馆 (MGA) 之友的会员群体
- 扩大了社区项目、日常活动、节庆活动的参与情况
- 澳大利亚儿童早期发育普查
- 妇幼保健服务的参与率
- 四岁儿童的幼儿园计划的入学率。

健康的环境

- 减少赌博相关危害
- 禁止在公共场所吸烟
- 减少向儿童保护机构报告的儿童人数
- 加强儿童援助机构的转介服务
- 整合蒙纳士的家庭和儿童服务
- 市议会设施的使用率
- 增加了共用道路
- 公共艺术措施
- 人人都可使用的社区基础设施
- 健全、可持续的社区组织
- 社区拨款计划覆盖范围
- 建立蒙纳士社区数据库
- 费用低廉的休闲娱乐机会
- 蒙纳士青少年心理健康服务
- 制定开放空间策略计划
- 维多利亚州儿童安全标准认证
- 联合国认证的儿童友好型城市。

保持方向，稳步前进

“我们将确保这套方法与与时俱进，适应社区的变化……”

综合来看，《健康安乐蒙纳士：2017-2021 整体计划》、《我们的社区：情况概览》和《2017-2018 行动计划（第一年）》三份文件共同构成了一个完整的指导、指标和行动框架，用以解决影响蒙纳士社区健康与福祉方面的诸多问题。

我们将确保这套方法与与时俱进，适应社区的变化，具体采取的措施如下。

我们将：

- 进一步制定统筹方法，大力改进此前单独考虑的问题；
- 接收新信息的同时，更新我们的指标；
- 遇到新问题，及时告知大众；
- 依据重要的新信息，审核并扩展我们的方法；
- 密切合作，向各领域的咨询委员会提供季度进展报告，协同完善《健康安乐蒙纳士：2017-2021 整体计划》；
- 参照既定指标考核成效；
- 每年向市议会提交至少一份进度报告；及
- 在 2021 年计划到期时，与各个利益相关团体协商，制定详细的评估办法。



蒙纳士政务中心

293 Springvale Road

Glen Waverley, 3150

工作时间: 上午 8:15 至下午 5:00

周一至周五

Oakleigh 服务中心

3 Atherton Road

Oakleigh, 3166

工作时间: 上午 8:45 至下午 5:00

周一至周五

电话: 9518 3555

全国转接服务

(听障人士服务)

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

