

المجتمع المحلي النشط

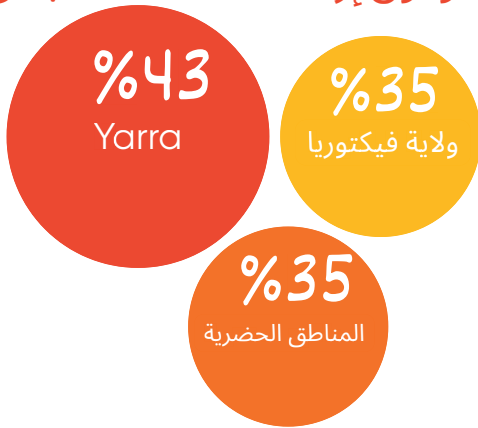
لماذا هو مهم؟

إن الحياة النشطة مهمة للعافية وتساعد في تقليل خطر الإصابة بالأمراض المزمنة. إن إنشاء بيئات تعزز النشاط البدني للمجتمع من شأنه أن يدعم صحة الناس وعافيتهم. مع الحياة النشطة، من المهم بشكل خاص مراعاة المجموعات داخل المجتمع التي قد يكون لديها فرص أقل للبقاء نشطة.

كيف هو الحال في Yarra؟

يتمتع سكان Yarra بأسلوب حياة نشط مع وجود نسبة عالية من الأشخاص الذين يستخدمون وسائل النقل النشطة ويستوفون إرشادات النشاط البدني. ومع ذلك، فإن المزيد من السكان في Yarra يجلسون لمدة 8 ساعات على الأقل يوميًا مقارنة بمنطقة ملبورن الكبرى وولاية فيكتوريا، ويرجع ذلك على الأرجح إلى النسبة العالية من الوظائف المهنية. وهناك بعض المجموعات ذات الأولوية التي من غير المرجح أن تشارك في النشاط البدني.

يستوفون إرشادات النشاط البدني



39% من سكان Yarra يجلسون لمدة 8 ساعات على الأقل يوميًا

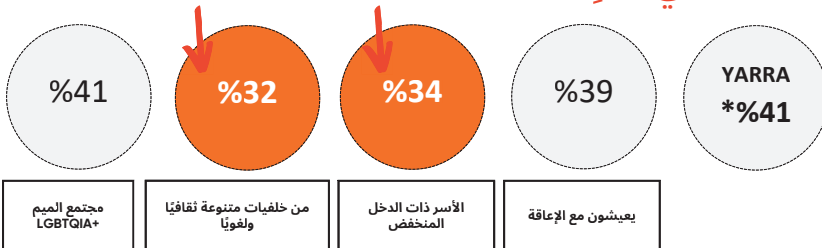


77% من سكان Yarra يستخدمون وسائل النقل النشطة أسبوعيًا على الأقل

يوجد في Yarra عدد أكبر بكثير من البالغين الذين يستوفون الإرشادات، مقارنة بمنطقة ملبورن الكبرى وولاية فيكتوريا.

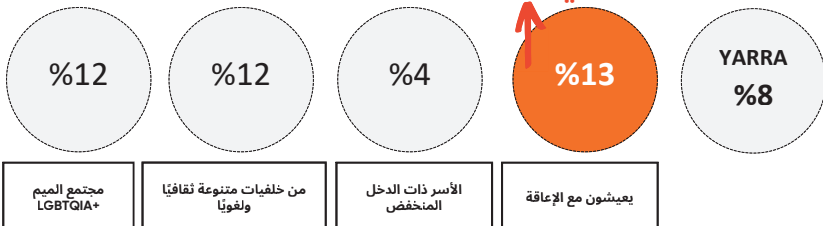
ومع ذلك، فإن هذا أقل بالنسبة لـ:

- الأسر ذات الدخل المنخفض
- المجتمعات من خلفيات متنوعة ثقافيًا ولغويًا
- الأشخاص الذين يعيشون مع الإعاقة



* يختلف التقدير من مسح المؤشرات الاجتماعية في Yarra قليلًا عن تقدير VPHS (على اليسار)

لا يوجد نشاط بدني



كان كبار السن (13%) والأشخاص الذين يعيشون مع الإعاقة أكثر عرضة لعدم المشاركة في النشاط البدني.

يعد دعم النشاط البدني مهمًا بشكل خاص لـ:

- الأشخاص الذين يعيشون مع الإعاقة
- الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 55 عامًا
- شعوب الأمم الأولى
- الأشخاص من خلفيات متنوعة ثقافيًا و/أو لغويًا
- الأشخاص الذين يعيشون في أسر منخفضة الدخل