

## GDL AMBIENTE E BENESSERE linee per un documento di presentazione

Un AMBIENTE sano è fondamentale per la qualità della nostra vita e per il nostro BENESSERE.

Partiamo dalle definizioni:

**L'ambiente** è un sistema complesso di fattori fisici, chimici e biologici, di elementi viventi e non viventi e di relazioni in cui sono immersi tutti gli organismi che abitano il Pianeta (Treccani inciclopedia dei ragazzi)

La parola **benessere** deriva da ben-essere cioè "stare bene" o "esistere bene" e consiste in uno stato di equilibrio momentaneo e dinamico dal punto di vista biologico, psichico e sociale dell'essere umano,..... come dichiarato dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) fin dal 1948.

- **Il Benessere Fisico:** consiste nello stato di salute del corpo, requisito essenziale per il raggiungimento del Benessere della mente e delle interazioni con la società. Il Benessere fisico risulta essere fortemente influenzato dall'alimentazione, dallo sport e dalla cura del proprio corpo. Infatti, per Benessere fisico non si intende banalmente l'assenza di una o più malattie bensì l'insieme di sane abitudini alimentari, di una regolare attività fisica e attenzione verso il proprio corpo intesa come auto-monitoramento, auto-protezione e auto-regolazione al fine di migliorare il più possibile la propria qualità di vita.
- **Il Benessere Mentale:** è uno stato psicologico che ci permette di sentirci in pace con noi stessi e privi di ansie e pressioni che influenzino le nostre emozioni negativamente. Si tratta purtroppo di una condizione della propria esistenza di cui non sempre riusciamo ad essere consapevoli.
- **Il Benessere Sociale:** consiste nella salute dei rapporti con gli altri e con la natura. In altre parole si tratta di trovare un equilibrio relativo all'interazione con gli l'ambiente esterno in qualsiasi contesto della vita (lavorativo, del tempo libero, familiare).

Nell'analizzare le varie definizioni di Ambiente e Benessere risulta che un **ambiente** sano è condizione indispensabile per la salute e il **benessere** dell'uomo.

La deforestazione, i cambiamenti climatici, il riscaldamento globale, l'inquinamento atmosferico e l'inquinamento dell'acqua, minano l'ecosistema e causano danni alla nostra salute. L'esposizione a fattori ambientali è ormai causa di oltre il **24% delle malattie** nel mondo, di **1 morte su 3** nei Paesi più poveri.

La perdita della biodiversità contribuisce alla riduzione della disponibilità di risorse alimentari, energetiche e medicinali, contribuisce a ridurre la qualità e la disponibilità delle risorse idriche, ad aumentare la vulnerabilità ai **disastri naturali** e abbassare il livello di salute all'interno della società.

E' chiaro che il degrado ambientale incide sul nostro benessere, e quindi esiste un'altrettanto chiaro rapporto tra la qualità ambientale e la salute del cittadino.

Anche a Fiesole **proteggere l'ambiente** significa, quindi, proteggere anche la nostra salute; è questo il tema che vogliamo sviluppare, capire qual'è "l'impronta ecologica" sul nostro territorio, quali sono le conseguenze dei cambiamenti climatici e su che cosa dobbiamo agire.

Gli strumenti urbanistici, rinnovati, ci consegnano un territorio (42,1 km<sup>2</sup>) a "volumi zero", orientato al riuso di immobili, con la perimetrazione degli spazi Urbani e del Territorio Rurale (il parco agricolo).

Le fragilità sono state ridefinite e identificate, così come l'analisi dei rischi e l'organizzazione della Protezione Civile; il tutto ricomposto nel PIANO COMUNALE DI PROTEZIONE CIVILE.

Il Piano Strutturale e il Piano Operativo Comunale sono gli strumenti attraverso i quali "ridefinire" *la Città di Fiesole, una città che va dalla Valle del Mugnone, alla Valle dell'Arno passando da Fiesole e dai crinali* e i cui abitanti (13.853 all'anagrafe) sono concentrati al 94% nei centri Urbani.

La riqualificazione dello spazio Urbano (così come trattata nel gruppo Realtà e vivere a Fiesole) non può essere disgiunta dal rapporto con l'ambiente e quindi dalle mitigazioni ambientali da mettere in campo per la riduzione dell'emissioni di CO<sub>2</sub>, la produzione dell'energia (pannelli fotovoltaici e comunità energetiche), la revisione del sistema della mobilità, adottare la filosofia del **Riduci, Riusa, Ricicla**.

Per quanto attiene il tema dei "rifiuti" diciamo ancora SI' alla raccolta differenziata, al riuso e al riciclo di materie prime-secondo secondo le indicazioni della Comunità Rifiuti Zero **-Fiesole Circolare-**

L'agricoltura è uno degli "strumenti" per ritrovare un equilibrio fra uomo e natura, a condizione che questa avvenga nel rispetto dei cicli della natura, in modo biologico – biodinamico; mirata alla sostenibilità, ad un consumo consapevole e al mangiar sano e sempre più vicina al consumatore finale; Il Distretto Biologico di Fiesole e la collaborazione con Slow Food rimangono i cardini di un'Agricoltura di nuovo protagonista e di sane abitudini alimentari.

Nell'epoca dei cambiamenti climatici occorre mettere in atto azioni che mirano a compensare la fertilità dei suoli e la riduzione delle risorse idriche, insieme alla salvaguardia della biodiversità e del "lavoro" degli insetti impollinatori mantenendo zone/oasi dedicate. Un esempio quest'ultimo che può essere replicato anche nelle zone verdi Comunali.

A tutela del nostro **Benessere** e della nostra salute vengono offerti una serie di servizi di assistenza sanitaria, di assistenza sociale, di protezione contro le malattie, integrati da una rete per l'istruzione, le pensioni, gli infortuni e la disoccupazione; il così detto "stato assistenziale". Oggi la sostenibilità economica rende questi servizi sempre più precari e sono sempre più fiorenti servizi offerti da privati a costi più alti e quindi meno accessibili.

In discussione è l'organizzazione dell'Assistenza nel quale si inseriscono le Associazioni di Volontariato ma con quali ruoli?, con quali risorse economiche e umane? È il tema che dobbiamo trattare vista la vitalità delle Associazioni di Volontariato presenti sul nostro Territorio; trovare relazioni e fare "squadra".

Il compimento della costruzione della Società Della Salute è prioritario per una corretta gestione e funzionalità dei servizi socio-sanitari offerti.

La sfida prioritaria è quella delle FRAGILITA' e DISABILITA': la possiamo definire un'avventura di vita nel territorio.

Pensare a persone speciali, ribaltare le abitudini, non solo assistenza ma anche lavoro e più sociale:

- Inclusione sociale: garantire l'inserimento di ciascun individuo all'interno della società indipendentemente dalla presenza di elementi limitanti.
- Integrazione sociale: l'inserimento delle diverse identità in un unico contesto all'interno del quale non sia presente alcuna discriminazione.

Per queste persone guardiamo con interesse alle esperienze presenti sul nostro territorio ed ai progetti dell'Amministrazione Comunale per strutture di socializzazione e centro di salute mentale che riguardano fabbricati (ex conventi) di Casa San Giuseppe e Casa S.Emilia su Fiesole Capoluogo; realizzazioni che consentiranno di dare ospitalità a tutte le persone con disabilità nel nostro Comune evitando così la "dispersione" nelle attuali 5 strutture nei Comuni Limitrofi.

Infine, ma non ultimo, la ristrutturazione dell'Ospedalino di Fiesole –S.Antonino- con i suoi 500 mq. di piastra dei servizi.

Lo sport costituisce elemento del benessere fisico e anche mentale; numerose sono le strutture comunali in gestione ad Associazioni e Società Sportive e la cui attività ricopre oltre al carattere sportivo anche un carattere sociale e di educazione. Altrettante numerose sono le occasioni per una sana attività fisica legata alle passeggiate in sentieri o itinerari in ambienti pregiati paesaggisticamente, culturalmente e in un ambiente sano e come tale fondamentale per la salute e la collaborazione tra i settori ambientale e sanitario, cruciale per la protezione della salute e la creazione di condizioni sociali e ambientali che la promuovano.

Vogliamo mettere in relazione tutte le tematiche sopra dette (insieme a quelle che emergeranno dagli altri gruppi di lavoro) e dare unitarietà alle varie realtà della nostra Città -*Fiesole diffusa*-; una città che in essa trova risposte e organizzazione alle varie esigenze e aspettative dei propri Cittadini, nella consapevolezza che quest'ultime non sono stabili e preordinate ma mutevoli nel tempo.

La sfida è entrare in relazione fra i diversi soggetti e le diverse realtà e farle vivere in una Città Aperta.