**قل كلمتك: ما قلته لنا**

سألنا الأشخاص الذين يعيشون في منطقتنا عما يساعدهم على إسعادهم وصحتهم وعافيتهم. ما سمعناه سيساعد في تشكيل مستقبل الصحة والرعاية لكل من يعيش في مناطق بريستول وشمال سمرست وجنوب جلوسيسترشاير. كانت أنماط الحياة والعلاقات والمجتمع والوصول إلى الخدمات موضوعات شائعة ظهرت بقوة من مجموعة متنوعة من الأشخاص ذوي الاحتياجات والقدرات والخلفيات والخبرات المختلفة.

قمنا بزيارة ٧٥ حدثًا مجتمعيًا وسجلنا أكثر من ٣٠ مقابلة بالفيديو. اجتذب استطلاع عبر الإنترنت ٣٠٨٠ ردًا ، مما زودنا بأكثر من ٢١٠٠٠ تعليق. للاستماع إلى أكبر عدد ممكن من الأشخاص المختلفين ، ذهبنا إلى عيادات الصحة المجتمعية ، ومعارض العمل ، والمجموعات التي تدعم الأشخاص ذوي الإعاقة ومقدمي الرعاية لهم ، وأيام النشاطات العائلية ، وفعاليات مجتمع الصم ، وعيادات التطعيم ، ومقهى ذاكرة الزهايمر وغيرها.

فيما يلي أهم ما سمعناه:

**ما الذي يجعلك سعيدا وبصحة جيدة؟**

يقول الكثير من الناس أن هذا يتعلق بنمط حياة صحي ونشط (٧٠٪) ، وعلاقات وتفاعل اجتماعي (٦٠٪) ، مع إمكانية الحصول على رعاية جيدة (١٤٪) وعمل هادف ومستقر (١٢٪) وبعض العوامل الأخرى.

**ما الذي يمنعك من البقاء سعيدًا وبصحة جيدة؟**

يعتبر الافتقار إلى أسلوب حياة صحي (٣١٪) ونقص الوصول إلى رعاية جيدة (٢٩٪) من العوامل الرئيسية ، كما يساهم ضعف التوازن بين العمل والحياة (٢٣٪) والحرمان / الفقر (٢٣٪).

**ما الذي تحتاج أيضًا لتظل سعيدًا و بصحة جيدة؟**

نمط حياة أكثر نشاطًا (٤٢٪) مقرونًا بالحصول على رعاية جيدة (٣٤٪) مع تقليل الفقر (١٦٪).

**ما الذي ستعطيه الأولوية للأشخاص الذين يعيشون هنا؟**

سجل الوصول إلى رعاية جيدة درجة عالية (٤٣٪) ، في حين أن أسلوب الحياة الصحي النشط (٣٢٪) وتحسين الخدمات العامة (٢٣٪) مهمان أيضًا للكثيرين.

لقد سألنا أيضًا عن الحفاظ على المزيد من الأشخاص في صحة جيدة مع تقدمهم في السن ، وكيفية الحفاظ على الرفاهية العقلية وتحسينها ، ودور المجتمعات في الصحة والرعاية. تحدث الناس إلينا حول معالجة عدم المساواة ، وزيادة الوصول إلى المساحات الخارجية والهواء الطلق، والأنشطة المجتمعية مثل التطوع ، وتغير المناخ ، وتكاليف المعيشة ، وتحسين التعليم الصحي ، والنقل العام ، وتعيين موظفي الرعاية الصحية ، وأماكن أكثر أمانًا للعيش والعمل.

يمكن الاطلاع على المجموعة الكاملة من النتائج وكيفية التعامل معها على موقعنا الإلكتروني إلى جانب مقابلات الفيديو