

Asukas kyselyyn koonti

Kysely toteutettiin sekä livetilaisuutena Praatissa 18.12.23 että sähköisenä nettikyselynä Raahen kaupungin nettisivuilla 18.12.23–14.1.2024.

Koontiin on kerätty osa vastauksista. Vastauksia hyödynnetään vuoden 2024–2025 hyvinvointisuunnitelmassa.

Ideoita kesätyöpaikoiksi

- Kauppojen kärrykatosten kunnollinen siivous
- Vanhusten ulkoilutus
- Yksinäisten virkistystapahtuma/ystävöimintää
- Puutarha
- Kirjasto
- Kouluille siivoileen
- Nurmen leikkuu
- Lasten vahtimista
- Jäätelön ja mansikan myymistä
- Roskien keräämistä
- Yksityiset päiväkodit, maatilat
- Kylätaloille kesäkahvila, kokoontumispaikka
- Uimahalli
- Paikalliset yritykset
- Uimahalli
- Kesätyöpaikkojen etsintä yhteistyössä kylä- ja asukasyhdistysten kanssa

Nämä ideat vietiin eteenpäin kaupungin kesätyöryhmälle

Mitä asioita lasten parlamentti voisi käsitellä?

- Mitä lapset ja nuoret toivoisivat kaupunkiin (tapahtumat, harrastusmahdollisuudet jne)
- Harrastusmahdollisuuksia, tukimuotoja joita lapset itse toivovat hyvinvoinnin lisäämiseksi koulussa/vapaa-ajalla
- Kouluviihtyvyyteen liittyviä asioita
- Oman päiväkodin/koulun tilojen ja ympäristön suhteen toiveita ja mahdollisia parannusehdotuksia
- Lapset ovat parhaimmat asiantuntijat koulumaailmassa, annetaan heidän äänensä kuuluviin koulunkäyntiin liittyvissä asioissa
- Oman päiväkodin/koulun tilojen ja ympäristön suhteen toiveita ja mahdollisia parannusehdotuksia
- Tietenkin käsiteltäisiin lapsia ja nuoria koskevia asioita urheilusta kulttuuriin. Tarvittaessa demokraattisten toimintatapojen opetteleluta vaikkapa demokratiahankkeen puitteissa. Otetaan mukaan päättäviin kokouksiin.
- Turvallinen kouluarki
- Kiusaamiseen puuttuminen
- Lapsista lähtevät ideat

Nämä ideat vietiin eteenpäin lasten parlamentin työryhmälle

Missä toivoisit voivasi kuulla harrastusmahdollisuuksista? Mitä harrastusmahdollisuuksia toivoisit Raaseen, joita meillä ei vielä ole?

- Jokin lehtinen, joka jaetaan koululaisille ensimmäisten kouluviikkojen aikana. Lehtisessä olisi pieni esittely lajeista ja lukuvuoden aikataulut harrastuksen osalta, jolloin välttyisi siltä, että harrastukset menee päällekkäin. Uintiseuraa ja koripalloseuraa on kaivattu.
- Minigolf
- Harrastukset koottaisiin yhteen helposti löydettäväksi esim. yhden nettisivun alle vaikka järjestäjät olisivatkin eri järjestöjä, kaupungin järjestämää toimintaa tms.
- Koulut on hyvä kanava tiedottaa harrastusmahdollisuuksista. Sieltä lähti pesäpalloharrastukseen kipinä, kun lajia oli käyty esittelemässä koulussa seuran toimesta.
- Sosiaalisessa mediassa
- Paikallislehdissä
- Koko kunnan kattava latu- ja retkiverkosto nähtäväksi
- Sivukylälle enemmän harrastusmahdollisuuksia
- Yhdistysten tiedot helposti löydettäväksi. Voisiko olla esimerkiksi sähköinen harrastusopas?

Sähköinen harrastuskalenteri on työn alla ja julkaistaan vuonna 2024

Minkälaista koulutusta tai tapahtumia toivoisit mielen hyvinvoinnin tukemiseen liittyen?

- Matalan kynnyksen tapahtumia, jossa esim joku/jotkut julkkikset kävisi kertomassa mistä saisi apua, miten vahvistaa ystävyys suhteita, miten vahvistaa itsetuntoa, mitä koulukiusaaminen aiheuttaa jne.
- Maadoittumista ja rauhoittumista lapsille ja nuorille, koska aina ei tarvitse ylisuoriutua
- Harri Gustafsbergin luento johtamisesta, paineen alla toimimisesta, stressin hallinnasta jne..
- Nuoria rohkaisevia tapahtumia
- Musiikkia, mahdollisuus harjoitteluun, esiintymiseen. Tai ihan porukalla musisointia.
- Eri ikäryhmille ja erityisryhmille kohdenettua ja saavutettavaa koulutusta, .(sisältö kohdennetulla kyselyllä tai seuraamalla ajankohtaisia aiheita)
- Semmoisia, minne on helppo mennä, missä ei ole pakko osallistua, mutta saa katsella
- Mielenhyvinvointitaidot omaksi oppikokonaisuudeksi osaksi koulupäiviä peruskouluissa.
- Joka asuinalueelle "olohuone", jossa perheet voivat tavata, esim. leikkipuistot, ulkoliikuntapaikat jne.
- Psyyykkeellä hyvin jo toimintaa

Ideota huomioidaan mielen hyvinvoinnin koulutuksia järjestettäessä v. 2024 ja 2025

Minkälaista koulutusta tai tapahtumia toivoisit vanhemmuuden tukemiseksi?

- Itsensä ymmärtäminen, eli kuinka saada voimavaroja, läsnäolon taitoja jne.
- Yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta lisäävää toimintaa
- Laajalla skaalalla kaikkea vanhemmuuteen liittyvää, asiantuntijaluentoja
- Haitallisten toimintamallien periytyminen ehkäisyä vanhemman omasta lapsuudesta
- Sinkkosen luentoja
- Innostavia ja yhdistäviä kulttuuritapahtumia
- Matalan kynnyksen tukea ja kokoontumisia. Hoitorinki, vuorottelua lasten hoidoissa, kun tulevat ensin tutuiksi.
- Lapsille turvallinen arki koulussa
- Tavallinen on tarpeeksi teemalla. Uupumisen ja paineiden välttämiseksi.
- Ohjeita arkirutiinien pitämiseksi yllä. Vanhempainilloissa voitaisiin sopia yhteisiä pelisääntöjä.

Ideoita huomioidaan Voimaannu vanhempana -toiminnan järjestämisessä

Minkälaista toimintaa toivoisit olevan mukana kulttuuri- ja liikuntapalvelujen vuosisuunnitelmassa?

- Toteuttakaa se luvattu lasten taidepuisto kirjaston viereen. Sopisi paikkaan oikein hyvin, ja leikkipuisto vieressä tuo synergiaetuja myös.
- Yleisurheilua, telinevoimistelua, voimistelua, lihaskuntoa. Talvella tulisi olla enemmän sisäliikuntaa esim. telinevoimistelua ja voimistelua sen sijaan, kun ollaan aina ulkona. Reilusti ylipainoisilla matala kynnyksellä liikunnan aloittamiseen.
- Toimintaa, joka on työajan jälkeen alkamisaika n.klo 18.00. Uusiin harrastuksiin ohjaamista ja tutustuttamista .
- Ulkokahvakuulajumppaa kesäkuu–elokuuksi, aamupäivällä (klo 10 hyvä) kerran viikossa, ei sama päivä kuin Naisvoimistelijoilla (heillä illalla kesäkuussa perinteisesti)
- Enemmän taidetta, kulttuuria ja erityisesti tapahtumia kaupunkiin.
- Paikallisten kulttuurintuottajien tuottamaa taidetta, esityksiä alueen päiväkoteihin, kouluihin, työpaikoille ym. yhteistyössä kohteen kanssa.
- Liikuntaan lyhytkursseja tai lajitutustumisia, joihin olisi helppo osallistua matalalla kynnyksellä ja pienellä omavastuulla. Esim. merelliset harrastukset: melonta, suppailu, purhjedus, meriuinti jne. Ohjatut patikkaretket Raahen alueella.
- Matalan kynnyksen mahdollisuutta osallistua. Eri lajeihin tutustumista pienellä porukalla. Motivointia. Aloitus on monella todella vaikeaa.
- Vihanti/Alpua; eräilyyn/vaellukseen liittyviä kursseja

Toiveet vietiin eteenpäin liikunta- ja kulttuuripalveluiden esihenkilöille

Mitä harrastusvälineitä toivoisit vuokrattavaksi?

- Taidetarvikkeita, liikuntavälineitä entistäkin monipuolisemmin
- Ompelukone, saumuri
- Käsipainoja, steppilautoja
- Talviurheiluvälineitä, kuten lumikenkiä
- SUP-lauta, kajakki
- Pyörät, sähköpyörät, suksia, luistimia
- Haapajärvelle ja Vihannin keskustan järvelle vene, kanootteja, sublautoja, varastotila ja laituri sekä retkiluisteluvälineet
- Osa harrastus välineistä voisi olla lainattavissa muuallakin kuin Raahessa, esimerkiksi Vihannissa
- Vihantiin; liukulumikenkiä, läskipyöriä

Lainattavien välineiden valikoimaa kehitetään.

Kirjastolta on varattavissa monipuolinen valikoima, joista löytyy tietoa seuraavasta linkistä:

[\(Kaikki osumat.\) | Hakutulokset | OUTI-kirjastot \(finna.fi\)](#)

Toiveita senioripostin sisältöön

- Monet iäkkäät on yksinäisiä. Toivoisin matalan kynnyksen tapahtumia senioreille. Yhteislaulua tai puistokävelyä tai jotain sellaista.
- Joku piirustus lapselta. Jokin aivopähkinä.
- Moni jää tuossa vaiheessa eläkkeelle, niin tietoa mitä harrastusmahdollisuuksia kaupunki tarjoaa, mistä saa apua esim. yksinäisyyteen/painonhallintaan, yleensä ravitsemukseen/opiskeluun, itsensä kehittämiseen, terveyteen ym.
- Kutsu kokoontumiseen, jossa kerrotaan senioreille järjestetystä toiminnasta.
Senioripassin käyttökohteet, käytön edullisuus ja liikkumisen välttämättömyys.
Itsehoito, terveydentilan seuranta säännöllisin väliajoin, kun alkustartti on tehty ja terveyden lähtötilanne on kartoitettu.
- Kuntalaisviestilehti kunnasta joka talouteen muutaman kerran vuodessa, siinä myös senioriasiat

Toiveet vietiin eteenpäin senioripostia kehittäväälle työryhmälle

Toiveita digiopaspalveluun

- Kuinka haetaan kaikki mahdolliset tuet mitä on mahdollista saada. Miten varataan lääkäriaikoja ja katsotaan omakantaa.
- Yleisimmät asiat mihin/miten kännykkää voi käyttää muutenkin kuin soittamiseen/viestittelyyn. Digilaitteita vanhuksille ystävöimintaan yhteydenpitoa varten.
- Laajemmin tiedoksi, että järjestetään sekä NeuvoRassissa että kirjastossa.
- Nuoria, reippaita ja taitavia digiosaajia ikäihmisille avuksi. Pientä korvausta vastaan.
- Kylittäin opastustuokioita.
- Tiedote postitse. Mahdollisuus myös kotikäynteihin.
- Digiopastus selkokieliiseksi sekä miten käyttää digipalveluita kun ei ole laitteita tai älypuhelinia

Toiveet vietiin eteenpäin digiopaspalvelua kehittäville tahoille

Digiopaspalvelua on saatavilla: [Tukea digiasointiin | Raah.fi](https://www.raahe.fi/tukea-digiasointiin)

Toiveita ystävätöimintään

- Ulkoilua, pelailua, lehden lukua ja ristikoita
- Toimintaa yksinäisille lapsille ja perheille
- Voisi olla yhteistyössä kaupungin ja 3.sektorin toimijoiden kanssa, niin että kaupunki koordinoi toimintaa. Esim. kotihoidon tietoa yksinäisistä vanhuksista voisi hyödyntää vanhuksen luvalla, yksinäiset voisivat ystävystyä myös keskenään
- Rekrytoida vapaaehtoisia
- Juttelua, seurustelua, käydä jossain yhdessä, kahvilla tai kirjastossa.
Lukemista, ellei ikäihminen itse enää kykene.
- Kylittäin tuokioita, jonne kutsutaan.
- Ystävätöiminta esillä mediassa

Toiveet vietiin eteenpäin ystävätöiminnan kehittäjille

Millaista toimintaa koulumummu ja - pappatoiminnassa voitaisiin toteuttaa kouluilla?

- Eläkeläisten tapahtumissa voisi käydä kysymässä vapaaehtoisia ja kertomassa toiminnasta.
- Koulunkäynnin tukena; esim. lukuhetket sekä kiireetöntä läsnäoloa ja kohtaamisia. Siellä missä aktiiviset eläkeikäiset viettävät aikaa; eri harrastusryhmät esim. Raahen opiston päiväryhmien kävijät.
- Käsityömummot mukaan käsityötunneille.
- Erilaisia teemapäiviä kouluille jonkin asian ympärille ja niiden merkeissä vierailulle kouluihin. Yleensä innokkaat ovat jossain järjestötoiminnassa mukana, joten tiedotusta sitä kautta.
- Jonkun vanhan kädentaidon taitaja voisi opettaa nuorille jotain.
Kertoa vanhoista asioista, nuoret voisivat kysellä, mikä kiinnostaa ja mietityttää.
Joku yhteinen tekeminen, vanhasta valokuvasta idea taideteokseen, seinätekstiiliin tms.
Löytyisikö joku ryhmä/ harrastusporukka mummoiksi/papoiksi kouluihin.
- Mummoja ja palloja voisi koittaa löytää juuri eläköityneistä henkilöistä tai vanhusneuvolaan osallistuvista

Toiveet vietiin eteenpäin koulumummu- ja pappatoiminnan kehittäjille

Mistä toivoisit tiedotettavan nykyistä enemmän? Missä kanavassa toivoisit tiedottamisen tapahtuvan?

- Raahen liikuntaseurojen tarjonnasta kouluikäisille
- Ilmaisjakelu, Facebook, Instagram, Tiktok.
- *Tiedottaminen on hyvää. Seuraan kaupungin somekanavia*
- Ikäihmiset lukevat Raahelaisen hyvin tarkkaan, srk-sivu ja tv-ohjelmisivu otetaan talteen. Nuorille ja työikäisille tieto löytyy netistä. Myös ne eläkeläiset, jotka osaavat käyttää tietokonetta/älypuhelinta/tablettia.
- Muutaman kerran vuodessa paperinen tiedotelehti joka talouteen.
- Postitse. Ikäihmiset oletettavasti suurin käyttäjäryhmä ja heillä ei kaikilla ole nettiä käytössä/osaa käyttää
- Tapahtumien löytäminen nykyisestä tapahtumakalenterista on hankala. Oma selkeä kalenteri vain raahelaisille. Sinne kootusti kaikkien yhdistysten tapahtumat. Kaupungin roolin tulee alkuun olla aktiivinen tässä asiassa.
- Tiedotuslehti muutaman kerran vuodessa Pohteen palveluista. Pohteen ja kuntien yhteistyöhenkilöiden tiedotteet

Toiveet välitettiin kaupungin tiedottamista kehittäville

Ehdotuksia Naapuriavun toimiksi? Missä Naapuriavusta voitaisiin tiedottaa?

- Kaupankäynnissä avustamista, pihatöiden, lumitöiden tai sairastumisen aikaiseen asioiden hoitoon
- Ilmaisjakelut, Facebook, Instagram
- Varamummoa tarvitsisi yksinäisille lapsiperheille. Olisin siis vastaanottaja, mutta mummo saisi samalla seuraa meistä.
- Lumityöt ja pienet asiointiavut, postinhakemiset. Tiedottaa voisi esim. kotihoidon kautta
- Kauppa-apu, pihatyöt (osittain) ystävätoiminta, kuljetus asioille.
- Ilmoitustauluilla ja joka talouteen jaettavassa paperisessa tiedotteessa.
- Naapuriavussa kyläyhdistykset mukaan. Tietävät tarpeet alueella joiltakin osin.
- Varautumis- ja turvallisuussuunnitelmat kaikille kylille

Ideat välitettiin Naapuriavun kehittäjille

Millaista toimintaa toivoisit kotoutumisen edistämiseksi?

- Työ kotouttaa parhaiten. Kielitaito on rajoite.
- Toimintaa, johon olisi helppo tulla sekä suomalaisen että kotoutuvan matalalla kynnyksellä, esim. perhekerhot, taidepaja, ruokatapahtuma
- Yhteisiä tapahtumia, esimerkiksi ruokakojuja missä suomalaista ja eri kulttuurien ruokia
- Liikuntaharrastukset
- Ystävä(perhe)toimintaa, esim. suomalainen perhe toimii ystävänä maahanmuuttajaperheelle. Kahvilatoimintaa maahanmuuttajille, johon myös suomalaiset voivat osallistua.
- Yhteistä tekemistä ja teemajuttuja, tiedottamista esim. lehtijutut ja muut haastattelut

Ideat välitettiin kotoutumisen koordinaattorille

Millaista toimintaa ehdottaisit itsensä yksinäiseksi kokeville? Miten yhteisöllisyyttä voisi kehittää nykyisestä?

- Ulos liikkumaan. Yhdessä tekeminen esim. pihatalkoot jne. lisää yhteisöllisyyttä.
- Matalan kynnyksen toimintaa
- Enemmän tapahtumia ja kulttuuria, kuten jo aiemmin mainittu
- Chatpalvelua/vertaistukea
- Mukaan esim. ystävä- ja järjestötoimintaan. Esim. kyläkouluille teematapahtumia, kyyditys sinne sitä tarvitseville.
- Kylien seurantalosten hyödyntäminen esim iltapäiväkahvi toimintaan, "kyläkahvilat", auki esim 1-2 krt/vko
- Kylille asukastuvat jossa voi järjestää toimintaa

Hyvinvointikoordinaattori huomioi palautteen ja vie palautetta myös eteenpäin toiminnan kehittämisessä

Miten toivoisit voivasi osallistua kaupungin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työn kehittämiseen?

- Osallistun käyttämällä palveluita
- Kyselyiden kautta
- Kuten tällaisten kyselyjen myötä sekä tiimeissä pohdintaa esim. työpaikalla (pitäisi olla myös aikaa vastata työpäivän aikana)
- Vaikka näin somen kautta. Kaupunki voisi myös kutsua kehittämistapahtumaan.
- Motivointi on tärkeää, yhdessä tekemällä voi onnistua
- Asukastilaisuuksia kylillä kylä- ja asukasyhdistysten yhteistoimintana sekä vammais- ja vanhusjärjestöjen kanssa

Hyvinvointikoordinaattori huomioi palautteen ja vie palautetta myös eteenpäin toiminnan kehittämisessä

Minkälaista toimintaa toivoisit hyvinvointikoordinaattorin järjestävän yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistämiseksi esim. Praatissa?

- Kävisikö lyhyet ja kevyet jumppatuokiot? Eläkeläisten porinapiirit?
- En toivo isoja massatapahtumia, mieluummin kohtuu ryhmistä koostuvia juttuja
- Yhteisen tekemisen iltoja, esim. erilaisia työpajoja ja vaikka peli-iltoja (lautapelejä, bingo, tietovisat)...
- Houkuttelevia tapahtumia. Tarvittaessa opastusta ja neuvontaa.

Hyvinvointikoordinaattori huomioi palautteen ja vie palautetta myös eteenpäin toiminnan kehittämisessä

Millaista palvelua toivoisit raha-asioden hallinnan tueksi?

- Monilla on todella tiukkaa. Voisiko kaupunki osallistua jotenkin ruokajakeluun tai ylijäämäruuan tarjoamiseen?
- Velkaneuvontaa helposti saataville
- Kela juttujen selvittämistä/helpottamista/tietoa ja apua hakemuksissa.
- Nuorille esimerkiksi "Vastuullista rahankäyttöä- kurssi"
- Neuvontaa ja opastusta. Konkreettinen tuki otettaisiin varmasti vastaan.
- Netinkäyttäjille nettiin erilaisia ohjeita ja linkkejä. Monipuolista infoa myös kouluihin. Ikäihmisille kerhoihin, tapahtumiin, Neuvorassiin ym. paikkoihin
- Tästä enemmän ihmisille infoa. Mistä apua/ohjausta, milloin ja korostettava luottamuksellisuutta'
- Talousneuvontaa osaksi vapaaehtoistyönä

Ideat vietiin eteenpäin Pohteen talousneuvontaa kehittäville

Minkälaista apua toivoisit terveellisten elämäntapojen noudattamisen tueksi?

- Enemmän kotimaista kalaa ja kasviksia koulujen ruokailuun
- Matala kynnyks, jaottelu kuntotason/lihavuuden mukaan. Pieniä vinkkejä mistä aloittaa.
- Ammattilaisen apua, tapaamisia esim. 1-2 x kuussa etänä
- Vaikka tapahtumia
- Ei vietäisi sivukyliltä liikuntaharrastuksia ja muita harrastusmahdollisuuksia pois / liian kauaksi

Ideat vietiin eteenpäin kaupungin sekä Pohteen ammattilaisille, jotka edistävät terveellisiä elämäntapoja