



Kunnan, yritysten ja yksityisten julkinen tiedote jokaiseen kotiin.

Seuraava tiedote ilmestyy to **24.1.2019**. Ilmoitusmateriaali tulee toimittaa mielellään sähköpostin liitetietona olevana Word - tiedostona osoitteeseen [satu.kahlos@merijarvi.fi](mailto:satu.kahlos@merijarvi.fi) **edellisenä maanantaina klo 12.00 mennessä.**

---

**Kuntatiedotteen jakopäivä on muuttunut torstaiksi johtuen postin jakelumuutoksista.**

**Ilmoitusmateriaali tulee toimittaa viimeistään jakoviikon maanantaina klo 12 mennessä.**

---

### **Merijärven sivuapteekki tiedottaa**

Haluamme parantaa lääkkeiden saatavuutta Merijärvellä. Aukioloaikamme muuttuu vuoden vaihteessa. 1.1.2019 alkaen olemme auki maanantaista perjantaihin klo 9:30 – 17:00. Lauantaisin teitä palvelee Pyhäjoen apteekki klo 9 – 15.



---

### **MTK-Merijärvi tiedottaa:**

#### **ENSIAVUN PERUSKURSSI**

MTK Merijärvi järjestää ensiavun peruskurssin (EA1) kahtena lauantaina helmikuussa: 9.2. ja 16.2.2019 molempina päivinä klo 9-16 Kilpukassa. Kurssin hinta yhdistyksen jäsenelle on 60-80€ osallistujamäärästä riippuen. Hinta sisältää ruokailun ja kahvit. Ilmoittautumiset viimeistään 22.1.2019 Miitalle: [miitta.nisula@gmail.com](mailto:miitta.nisula@gmail.com) tai 045 1334242.

OHJATTU KUNTOSALIVUORO jatkuu lauantaisin 12.1. klo 11 - 12.30.

Myös alennus uintilipun hinnasta Oulaisten uimahallissa on voimassa edelleen!

REIPASTA ALKANUTTA VUOTTA!

---

### **KOTISEUTUKALENTERI NYT 5 EUROA KAPPALE**

**HUOLTIKSELLA, KIRJASTOSSA JA KUNNANVIRASTOSSA-  
TUE KOTISEUTUTYÖTÄ!!!!!!**

**Merijärven Kotiseutuyhdistys**



## VAPAA-AIKATOIMI TIEDOTTA

### Syksyn 2018 kuntokorttikampanja päättyi 31.12.18

Palauta täytetty kortti kunnantoiimistoon 21.2.2019. klo 15 mennessä.

Palauttaneiden kesken arvotaan 150€, 100€ ja 50€:n lahjakortit Urheilu Pajalaan.

**Liikuntakorttikampanja jatkuu 1.1.19-30.4.19**, uusi kortti tässä kuntatiedotteessa.

Kortteja saa myös kunnantoiimistolta.

### NonStop2-liikuntahankkeen vaikuttavuuskysely

Kyselyyn 28.2.19 mennessä vastanneiden kesken arvotaan

Kilpukan kuntosalin vapaa käyttö puoleksi vuodeksi, arvo 100€,

sekä 50€:n lahjakortti S-ryhmän myymälöihin.

Osallistuminen ensisijaisesti Merijärven kunnan kotisivujen kautta

<http://www.merijarvi.fi/>



---

## Eläkeliiton Merijärven yhdistys

Aloitetaan uusi vuosi kokoontumalla ti 15.1. klo 11.00 seurakuntatalolla.

Omaa ohjelmaa, jossa uusi puh.johtaja esittelee itsensä sekä toimintaansa. Kahvittelua sekä arvontaa.

Kokoontumiset jatkuu joka toinen tiistai, parittomilla viikoilla.

Kuntosalivuoro entinen ma klo 17.00-18.00 Bocciaa pelataan pe klo 16.30-17.00. Skipboa pelataan to klo 12.00 huoltiksella

Tervetuloa tilaisuuksiin.

---

KILPUKAN KÄYTTÖVUOROT				ajalle 3.9.2018-31.5.2019				17.12.2018	
KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI			
14.30					4H, 14.30-16				
15.00					liikuntakerho				
15.30				4H, 15.30-17.00					
16.00	4H, 16-17.30		SRK	liikuntakerho					
16.30	sähly, alakoulu		16-18		eäkeliitto				
17.00			lentopallo	virt.naiset	16.30-18				
17.30				17-17.45	Boccia	MeKe 17-19			
18.00	18-19	MeKe 18-19	kahvakuula	kuntopiiri,m+n	Sillankorva				kilpaurheilijat
18.30	Hiitola	lasten liikuntakerho	18.30-19.15	18-18.45	18-19.30				
19.00	4H, 19-20.30			Lastenmissio					
19.30	sähly, isot	Salmu 19-21	Salmu 19.15-21	18:45-19.45					HiMy 20-21.30
20.00					Koskela 19.30-21				
20.30									SUNNUNTAI
21.00								Ahonen	Nivala
21.30								17-18.30	14.30-16
22.00	Koko sali	A-lohko	B-lohko						
<b>KUNTOSALI:</b>									
MAANANTAI	TIISTAI	huoltis 9-10	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI			
	15-16	yleinen	14.15-15.15 TK	15-17	naiset	15-17	yleinen	11-12.30	MTK
15-17	naiset	16-17.30 KUNTA	15.15-17 yleinen	17-18.45	miehet	17-19	yleinen	17-19	MeKe
17-18	Eläkeliiitto	18-19 MeKe	17-19 miehet	18.45-21	yleinen	19-21	yleinen		
18-21	miehet	19-21 yleinen	19-21 naiset						SUNNUNTAI

## MERIJÄRVEN KAPPELISEURAKUNTA

**Su 13.1.** klo 11 Pyhäkoulu Riitta ja Pekka Rautiolla sekä Tuija ja Joonas Ylisellä;  
klo 13 Sanajumalanpalvelus kirkossa, Janne Isomaa, Eila Kotiaho.

**ma 14.1.** klo 12-16 EU-elintarvikkeiden ja kaupan (Merijärven Sale) hävikkiruuan jakoa diakoniatöimistöllä sitä tarvitseville. Ota oma kassi mukaan!

**Pe 18.1.** klo 18.30 Ompeluseurat Riitta ja Pekka Rautiolla.

**La 19.1.** klo 19 Nuortenilta Raution rauhanyhdistyksellä.

**Su 20.1.** klo 13 Sanajumalanpalvelus kirkossa, Janne Isomaa, Eila Kotiaho;  
klo 18.30 Rauhanyhdistyksen seurat ja laulutuokio seurakuntatalolla, Leevi Saukko.

**Ti 22.1.** klo 12 Vartuneitten kerho Kaija Eskolalla.

**Diakoniatyön** asiakasasioiden ja kotikäyntien ajanvaraukset sekä kirkkokyytisetelit jumalanpalvelukseen Marjo Karppinen p. 044 7118 631 tai marjo.i.karppinen(at)evl.fi.

**Yhteystiedot:** kappalainen Janne Isomaa p. 044 7118 635, seurakuntamestari Antti Sakko p. 044 7118 634, kanttori Eila Kotiaho p. 050 3398 751, keittiö Ulla Lehtola p. 044 7118 636.

**Merijärven seurakuntatoimisto** Merijärven seurakuntatoimisto on avoinna torstaisin klo 9-12. Maanantaisin, tiistaisin ja keskiviikkoisin klo 9-12 yhteydenotot Ylivieskan kirkkoherranvirastoon p. 044 711 8610, perjantaisin suljettu.

## **NonStop -liikuntakysely**

Kysely koskee kuntalaisten kokemuksia NonStop -hankkeesta ja sen vaikutuksista kuntalaisten liikuntatottumuksiin. Kaikkien 28.2.2019 mennessä vastanneiden kesken arvontaan Kilpukan kuntosalin vapaa käyttöoikeus puoleksi vuodeksi (arvo 100€), sekä 50€:n lahjakortti S-ryhmän kaappoihin.

Taustatietoja: Vastaajan ikä \_\_\_\_\_

Sukupuoli: mies / nainen

### **Koulutustaso**

- Peruskoulu tai kansakoulu
- Lukio tai ammatillinen koulutus
- Opistotason tutkinto
- Yliopisto- tai korkeakoulututkinto
- Ei tutkintoa

### **Työtilanne ja ammatti**

- Palkkatyöntekijä / Toimihenkilö
- Toimihenkilö johtavassa asemassa
- Yrittäjä
- Opiskelija / koululainen
- Työtön
- Eläkkeellä/ osa-aikaeläkkeellä

**1. Oletko kuullut/lukenut vuoden 2018 aikana NonStop -muutosta liikkeellä hankkeesta?**

- Kyllä     En

**2. Oletko osallistunut vuoden 2018 aikana NonStop2-hankkeen lajikoeluihin?**

- Kyllä     En

**3. Jos osallistuit, niin mihin lajiin osallistuit?**

- Venus kuntoon
- Tankofutis
- Puistojumppa
- Lavis
- Sirkuskoulu
- Jooga
- Bunda
- Kehonhuolto

**4. Aiotko jatkaa kokeilemaasi lajia hankkeen päättymisen jälkeen?**

- Kyllä     En

**5. Oletko osallistunut vuoden 2018 aikana NonStop -hankkeen liikuntaryhmiin tai lajikouluihin?**

- Kyllä     En

**6. Jos osallistuit niin mihin?**

- Aikuisten ohjattu kuntosali
- Nuorten ohjattu kuntosali
- Alakouluikäisten pesiskoulu
- Harrastepesis
- Lasten yleisurheilukoulu

**7. Osallistuitko muihin hankkeen tapahtumiin tai tempauksiin?**

- Kyllä     En

**8. Jos osallistuit niin mihin?**

- Inbody-mittaukset
- Unelmien liikuntapäivä (lentopalloturnaus)
- Hyvinvointiluento
- Merijärvipyöräily

**9. Harrastitko liikuntaa ennen NonStop2-hanketta?**

- 5-6 kertaa viikossa
- 3-4 kertaa viikossa
- 1-2 kertaa viikossa
- en koskaan

**10. Paljonko liikuntaa harrastat tällä hetkellä?**

- 5-6 kertaa viikossa
- 3-4 kertaa viikossa
- 1-2 kertaa viikossa
- en koskaan

**11. Innostiko NonStop2 -hanke sinua liikkumaan enemmän kuin ennen?**

- Kyllä     Ei

**12. Onko NonStop -hanke muuttanut käsityksiäsi liikunnasta ja liikunnan vaikutuksista?**

- Myönteisempään suuntaan
- Kielteisempään suuntaan
- Ei vaikutusta

**Arvontaa varten:**

Nimi \_\_\_\_\_

Puhelin \_\_\_\_\_

Merijärven vapaa-aikalautakunta

½ tunnin suoritus = 1 piste

Nimi \_\_\_\_\_

1.1.19-31.4.19

1 tunnin suoritus 2 pistettä jne

Puheli \_\_\_\_\_

Hiihto H, Kävely/Juoksu K/J,

Pyöräily P, Sisäliikunta SL, Muu liikunta ML, Hyötyliikunta, HY

Pv	H	K/J	P	SL	ML	Hy
01						
02						
03						
04						
05						
06						
07						
08						
09						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
<b>YHT</b>						

Pv	H	K/J	P	SL	ML	Hy
01						
02						
03						
04						
05						
06						
07						
08						
09						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
<b>YHT</b>						

Pv	H	K/J	P	SL	ML	Hy
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
<b>YHT</b>						

Pv	H	K/J	P	SL	ML	Hy
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						
<b>YHT</b>						

Kaikki yht