



Kunnan, yritysten ja yksityisten julkinen tiedote jokaiseen kotiin.

Seuraava tiedote ilmestyy **2.12.2016**. Ilmoitusmateriaali tulee toimittaa mielellään sähköpostin liitetietona olevana Word - tiedostona osoitteeseen satu.kahlos@merijarvi.fi edellisenä **tiistaina klo 12.00 mennessä**.

KUNNALLA VUOKRA-ASUNTO TARJOLLA

Kolmio, 85 m², heti vapaa
Osoitteessa Mäntytie 11 A 5, 86220 Merijärvi
Vuokra 606,17 €, sisältää vesimaksun

Lisätietoja antaa Satu Kahlos p. 044 4776 200

SPR-Merijärven osaston perinteinen

HYVÄ JOULUMIELI- tapahtuma

kirjastolla ma 28.11. klo 17-19

Tarjolla; puuroa, kahvia, mehua, piparia

Tervetuloa!

Merijärven Kotiseutuyhdistys on mukana

Joulumyyjäisissä

la 19.11. klo 10-13 Kilpukka-salissa.

Myytävänä on makkaroita, arpoja, uuden vuoden seinäkalentereita (7 €), kirjoja (20 €) ja viirejä (50 €)

Osta vaikka lahjaksi ja tue kotiseututyötä!



Vapaa-aikatoimi tiedottaa!



Kuntatiedotteen lopusta löydät kyselylomakkeen, jolla kerätään tietoa kuntalaisten liikuntatottumuksista ja toiveista Merijärven liikuntapalveluihin liittyen. Vastaathan kyselyyn 28.11. mennessä.

Vastausten perusteella tiedämme paremmin, mitä kuntalaiset liikuntapalveluilta odottavat, ja miten saisimme lisättyä kuntalaisten terveitä elämäntapoja ja arkiliikuntaa.

Halutessasi voit myös osallistua Kärkkäisen **50 euron** arvoisen lahjakortin arvontaan! Kyselyn lopussa palautus- ja osallistumisohjeet.

Poikkeuksia liikuntasalin käyttövuoroihin:

Kilpukan salivuorot peruttu 3.-4.12. sekä 14.-16.12. joulukonsertin sekä koulun joulujuhlan vuoksi. Kuntosali on käytössä normaalisti.



Maksuton

Valokuvauskurssi

13-20 vuotiaille

Lauanlaisin klo 11-14
Koivupuhdon koululla

Kurssipäivät
syksyllä.

Aloitus 26.11.

3.12.

10.12.

17.12.

Jatkoo seuraava
kevällä.

Vetäjänä valokuvaaja Jarmo Tyyskä

Haluatko paremmaksi valokuvaajaksi?

Tule kurssille opettelemaan kameran ominaisuuksia, sommittelua ja mm. luonto- sekä potrettikuvausta! Kurssille tarvitset mukaasi digi- tai pokkarikameran, mutta myös puhelimen kamera riittää.

Kurssi sopii niin aloittelijoille, kuin jo jonkin verran valokuvausta harrastaneille.

Tule mukaan!

Ilmoittautuminen kurssille 24.11. mennessä

Riikalle numeroon 044 4776 220. Viestit tiedot: nimi, ikä

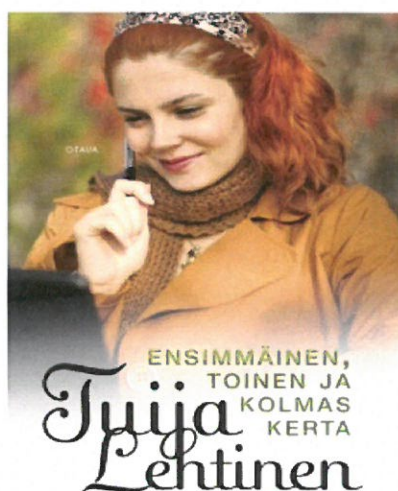


Nyt kirjastossa lainattavissa e-äänikirjoja

Tiekkö-kirjastojen Ellibs-palvelussa on lainattavissa e-kirjojen lisäksi myös kotimaisia e-äänikirjoja, jotka löytyvät www.tiekko.fi -sivulla olevasta Ellibs-linkistä. Aloituskokoelmassa on 50 äänikirjaa.

Palvelu on helppokäyttöinen. Kuuntelu tapahtuu suoraan selaimessa, erillistä kuunteluohjelmaa ei tarvita. Jatkuva verkkoyhteys on edellytys kuuntelulle. Äänikirjoja voi kuunnella tietokoneella, tabletilla tai älypuhelimella.

E-äänikirjan kuunteluun eri laitteilla löytyy ohjeet Ellibsin omalta sivulta ja Tiekön verkkosivun ohjeista. E-äänikirjoihin pääsee kirjautumaan myös <http://ekirjasto.kirjastot.fi>. Siellä on mahdollisuus päästä laajempaan kokoelmaan riippuen minkä kirjaston kirjastokortti ja tunnusluku on käytettävissä. KIRJASTOSTA SAAT TARVITTAESSA LISÄTIETOJA!!



Kimmo Pohjanen: "Eestin kuvia" -valokuvanäyttely kirjastossa 14.-25.11.16.

Mukaan näyttelyvieraat saavat taiteilijan runoja. TERVETULOA!

Kirjasto avoinna: Ma, To: 14-20; Ti, Ke, Pe: 12-16

Ilmaiset
myyntipaikat
Merijärven kunnan
keskuksesta
p. 044 4776 200

Samaan aikaan
Merijärven
metsästäjien
hirvipeijaiset
seurakuntatalolla



KILPUKASSA

MERIJÄRVEN JOULUMYYJÄISET

LA 19.11.
Klo 10-13

- ❖ Jouluiinen Photo booth
- ❖ Arvaa pukki -kilpailu
- ❖ Kunta tarjoaa glögit ja piparit
- ❖ Joulupukki jakaa karkkeja
- ❖ Leikkimielistä kisailua
- ❖ koululaisten lauluesitys
- ❖ Onnentähden ponit kyyditsevät

Järjestäjänä: Merijärven vapaa-aikatoimi &
Merijärven 4H-yhdistys



Hakalan perheen joulukonsertti

Kilpukkasalissa su 4.12.
klo 18:00

Väliajalla kotiseutuyhdistyksen kahvila

järjestäjänä Merijärven kulttuuritoimi sekä
kotiseutuyhdistys

Ohjelma 5 euroa

Konsertin tuotto lahjoitetaan
Ylivieskan uuden kirkon
rakentamisen hyväksi

MERIJÄRVEN ITSENÄISYSPÄIVÄN VIETTO

Tiistaina 6.12.2016.

9:15 Kunniakäynti Pyhäkosken sankarihaudoilla

10:00 Jumalanpalvelus Merijärven kirkossa
Juhani Alaranta, Markku Sakko ja Laulajat

Kunniakäynti Kirkonkylän sankarihaudoilla

11:00 Kahvitarjoilu ja itsenäisyyspäivän juhla
seurakuntatalolla. Juhlapuhe; Pirjo Männistö

Kunniavartiot sankarihaudoilla

Sankarihautojen juhla-alaistus yhteistyössä Merijärven kotiseutuyhdistys ja Koivupuhdon koulu



Koivulan Talkkaripalvelu

- Pihatyöt, rantehommat, talonmiestyöt, lumityöt...

Hinnasto:

Suksien voitelupalvelua

- Luistovoitelu 15€
- Pito- ja luistovoitelu 15€
- Perushuolto 20€ (sis. vanhojen voiteiden poisto, luisto- ja pitovoitelu)

Painehuuhtelulaitteen ja painepesurin vuokrausta

30€/vrk, lisävrk 15€, viikonloppu 50€ (Painehuuhtelulaitteella voit pestä sohvaa, patjat, auton penkit, matot...)

Soita, niin kerromme lisää:

044 352 0900 / Akseli Saukko

044 555 5524 / Arttu Saukko

Muista kotitalousvähennys!



MÄNNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Merijärven yhdistys

MLL Merijärven yhdistyksen sääntömääräinen SYYSKOKOUS

24.11.2016 torstaina klo 19.00 kunnantoimistolla.

Tervetuloa kaikki yhdistyksen jäsenet ja muutkin

MLL:n toiminnasta kiinnostuneet!

Tervetuloa Merijärven perhekahvilaan seurakuntatalolle keskiviikkoisin klo 10-12!

MLL:n perhekahvilaan ovat kaikki lapsiperheet tervetulleita. Perhekahvilassa vanhemmat tutustuvat paikkakunnan muihin, samassa elämäntilanteessa oleviin vanhempiin ja lapset saavat ikäistään seuraa. Perhekahvilassa jutellaan ja kahvitellaan, leikitään lasten kanssa tai kuullaan asiantuntija-alustuksia.

Asiantuntijavierailut suunnitellaan perhekahvilakävijöiden toiveiden mukaisesti.

Perhekahvila toimii vapaaehtoisvoimin.

Onni löytyy arjesta.





Pukin tarve jouluksi?

Soita numeroon:

044-2972962

Klo 17 jälkeen

Toimi nopeasti niin saat itsellesi
sopivan ajan!

4H-yritys MikinVarsi
Arsi Mattila

Tilaa ajoissa gluteenittomat JOULULEIVONNAISET:



Piirakat, tortut, piparkakut,
sämpylät, kuivakakut yms.

KUUSIKALLION GLUTEENITTOMAT LEIVONNAISET

Tilaukset; Marika Saukko 040 7224 712



4H:n KERHOT.... KaiKKi MukAAn...

MA	Kokkikerho 2-6lk	Kotitalousluokka	17.00-19.00
	Sähly (isot)	Kilpukka	18.00-19.30
	Poikien kerho	Nuoppari	18.30-20.00
TI	Eläinkerho	Käsityöluokka	16.30-18.00
	Punttis	Kuntosali	19.30-20.30
KE	Puuhis 0-6lk	Käsityöluokka	16.00-17.30
	Sähly 4-7lk	Kilpukka	16.00-17.30
	Liikuntakerho 0-4lk	Kilpukka	17.30-19.00
TO	Sähly (ala-aste)	Kilpukka	16.00-17.30
	Mopokerho	Huoltis	17.00-20.00
	Sähly	Kilpukka	19.00-20.30



HAVUILTA HUOLTIKSELLA TO 24.11. klo 17.00-20.00

Tehdään erilaisia havutöitä
juhlistamaan talvea ja joulua!

Omat havut ja pajut ym. mukaan....

Materiaalimaksu 2€ -ei ilmoittautumista



JOULUPAJA La 3.12.

klo 11.00-13.30 Koivupuhdon koululla

Askarellaan jouluisia juttuja ja kortteja ...

Materiaalimaksu 4H-yhdistyksen jäsenmaksun

maksaneille 4€/hlö, muille 6€/hlö

Ilmoittautumiset ke 30.11. mennessä

Jouluinen KARKKIPAJA LA 10.12.

Kotitalousluokassa klo 11.00-14.00

Materiaalimaksu 4H-yhdistyksen

jäsenmaksun maksaneille 4€/hlö,

muille 6€/hlö



Ilmoittautumiset p. 044 7591 999 ma-to klo 10-15 tai www.jokihelmenopisto.fi.

Ilmoittautuminen kevään 2017 kursseille on menossa. Muistathan, että vain riittävä ennakkoilmoittautuneiden määrä takaa kurssin alkamisen. Koko työvuoden kestävien kurssien avoimia paikkoja voit tiedustella opiston kansliasta p. 044 7591 503.

Kevään 2017 kurssit:

03030023 KUVANVEISTO TEHOVIIKONLOPPU la 25.2. klo 10–16, su 26.2. klo 10–15.15, 15 t, 20 € + materiaalimaksu 10 €, Oulainen, Puuparantola, luokka 5, Anna Karjula. Kokeilemme pienenveistosten ja prototyyppien tekoa eri materiaaleista esim. savi, styrofoam, kapalevy ja paperimassa. Kurssi soveltuu täydennystyöpajaksi kesken jääneille kuvataiteen perusopetuksen opinnoille. Sitova ilm. to 16.2.2017 menn.

03040033 MUNANKUORIMOSAIKKI la 28.1. klo 10–14, 5 t, 12 €, Koivupuhdon koulu, Sirpa Pirttiala-Haasiomäki. Munankuoret on jo kauan tunnettu, mutta harvemmin käytetty materiaali mosaiikkitoissa. Työtapa on helppo, edullinen ja sillä voit koristella erilaisia huokoisia pohjia. Opettelemme munankuorimosaiikin perustekniikoita ja pintakäsittelyjä koristelemalla mm. ruukkuja, rasioita ja lautasia. Lähetämme ohjeet tarvikkeiden hankintaan ennen kurssin alkamista. Sitova ilm. to 19.1.2017 menn.

03040029 KIRJANSIDONTA ti 7.2.–21.2. klo 18–21, 12 t, 20 €, Koivupuhdon koulu, Pauliina Yliniitty. Käsin sidottu kirja on uniikki taide-esine! Tule mukaan tutustumaan tähän kiehtovaan ja vanhaan käsityötaitoon! Valmista itsellesi tai lahjaksi helpoilla perustekniikoilla upea, moniin tarkoituksiin sopiva pehmeäkantinen kirja. Osallistuminen ei edellytä kokemusta kirjansidonnasta. Lähetämme ohjeet tarvikkeiden hankintaan ennen kurssin alkamista. Sitova ilm. ti 31.1.2017 menn.

03080062 KAHVAKUULAJUMPPA ke 11.1.–19.4. klo 19.50–20.50, 18 t, 30 €, Kilpukka, Anna Järvelä. Tehokas, koko kehon voima- ja kestävyystreeni, sisältää myös liikkuvuus-, venyttely- ja koordinaatioharjoituksia. Tunti sisältää alkulämmittelyn, jonka jälkeen kahvakuulaliikkeitä sekä yhdellä että kahdella kuulalla, lopuksi loppuverryttely ja venyttely. Tunti sopii sekä naisille että miehille. Omat kahvakuulat mukaan. Teholtaan keskiraskas. Opinto-, työttömyys- ja vuoropassi. Sitova ilm. to 15.12.2016 menn.

03080064 LASTEN LIIKUNTALEIKKEJÄ 4-5 v ti 10.1.–28.3. klo 17.15–18.00, 11 t, 17 €, Kilpukka, Anna-Maija Saukko. Hauskaa yhdessä olemista liikuntaleikkien ja tempujen parissa. Teholtaan kevyt. Sitova ilm. to 15.12.2016 menn.

03080066 LAVIS la 28.1.–4.3. klo 10–11, 8 t, 18 €, Kilpukka, Anna Järvelä. Lavis on uusi hauska, helppo ja hikinen liikuntamuoto, joka perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan välimuotoon. Lavista tanssitaan yksin. Tanssimme tuttuja lavatanssilajeja kuten humppa, jenkka, rock/jive, chacha ja samba. Teholtaan keskiraskas. Sitova ilm. to 19.1.2017 menn.

03080060 NAISTEN JA MIESTEN KUNTOPIIRI ke 11.1.–19.4. klo 18.50–19.50, 18 t, 30 €, Kilpukka, Anna Järvelä. Kuntopiiri on monipuolinen kuntoilumenetelmä, jossa pyrimme joko oman kehon painoa tai välineitä käyttäen parantamaan fyysistä suorituskykyä. Teemme oman kunnon mukaan kierto- ja harjoitteluna vatsan, selän, käsivarsien ja jalkojen lihasten suorituskykyä kehittäviä liikkeitä. Teholtaan keskiraskas. Opinto-, työttömyys- ja vuoropassi. Sitova ilm. to 15.12.2016 menn.

03080058 PILATES JA SYVAVENYTYS ke 11.1.–19.4. klo 17.45–18.45, 18 t, 90 €, Kilpukka, Anna Järvelä. Pilates ja syvävenytys vahvistaa kehosi syviä lihaskerroksia, parantaa kehosi tasapainoa ja ryhtiä, lisää kehosi tuntemusta, hallintaa ja aineenvaihduntaa, lisää energiatasoasi ja keskittymiskykyäsi sekä rentouttaa. Harjoitukset sopivat kaikille ikään ja kokoon katsomatta! Teholtaan keskiraskas. Sitova ilm. to 15.12.2016 menn.

03080056 TEHOJUMPPA ma 9.1.–24.4. klo 17–18, 18 t, 30 €, Kilpukka, Anna Järvelä. Kuntoa kohottavaa perusjumppaa. Teemme helppoja askelsarjoja hieken asti liikkuen, lihaskunto-osuuden aikana käytämme erilaisia apuvälineitä, loppuvenytykset. Yksinkertaista, mutta tehokasta! Teholtaan raskas. Opinto-, työttömyys- ja vuoropassi. Sitova ilm. 15.12.2016 menn.

03080054 VARTTUNEIDEN NAISTEN LIIKUNTA ma 9.1.–24.4. klo 16–17, 18 t, 30 €, Kilpukka, Anna Järvelä. Kaikille soveltuva perusjumppa, jossa kohennamme kuntoa, kehitämme liikkuvuutta ja lihasvoimaa, koordinaatiota ja tasapainoa. Tarpeen mukaan voimme keskittyä niska- ja hartiasseudun alueen tai selän alueen lihasten voiman ja liikkuvuuden parantamiseen. Teholtaan keskiraskas. Opinto-, työttömyys- ja vuoropassi. Sitova ilm. to 15.12.2016 menn.

KOTISEURAKUNNAN TIETOJA

- Pe 18.11. klo 18.30 Aikuistenilta Rauhanyhdistyksellä – alkurukous Leevi Saukko, alustus ”Luottamus Jumalaan”, Jouko Tölli
- Su 20.11. klo 11** Pyhäkoulut Rauhanyhdistyksellä ja Saara Saukolla
klo 13 **Sanajumalanpalvelus kirkossa – Kalle Luhtasela, Arto Vähäkangas**
- Ke 23.11. klo 18 Päiväkerho Rauhanyhdistyksellä
klo 18 Raamattuluokka Mervi Hakalalla
- To 24.11. klo 13 Hartaus Salmenrannassa
klo 14 Hartaus Palvelutalolla
- To 24.11. klo 18 Miestenilta Marjut ja Markus Ahosella
- Pe 25.11. klo 8.45 Koivupuhdon koulun adventtihartaus kirkossa
Marjo Jokitalo, Juha Niemelä, Markku Sakko
klo 18.30 Ompeluseurat Kerttu ja Esko Tanskalla
- Su 27.11. klo 13** **Messu kirkossa – Timo Määttä, Markku Sakko**
Seurakunta laulaa Hoosiannan
klo 14-16 Adventtilounas diakoniatyön hyväksi Seurakuntatalolla
klo 16 Seurat ja julkaisutilaisuus Rauhanyhdistyksellä – seurapuhe ja julkaisujen esittely Ari-Pekka Palola
- Ma 28.11. klo 14.30 Kahvihetki Palvelutalolla
- Ke 30.11. klo 18 Päiväkerho Rauhanyhdistyksellä
- To 1.12. klo 17 Seurat Salmenrannassa
- La 3.12. klo 12 Joulumyyjäiset Rauhanyhdistyksellä
- Su 27.11. klo 14-16 Adventtilounaalla ruokana lohikeitto (lihakeitto), leipä, juusto suolakurkku, luumurahka/kiisseli, torttukahvit. Hinta 10 €, alle 12v 5€ ja alle kouluikäiset ilmaiseksi.

Kirkkotalakoot kortteja myytävänä seurakuntatoimistolla.

Kirkkokyytiseleitä saa seurakuntatoimistosta ja kirkosta.

SEURAKUNTATOIMISTO avoinna ma, ke ja pe klo 9 – 12
p. 08-477119, fax 08-477425

Seurakuntamestari Antti Sakko p. 044 7118 634
Toimistonhoitaja Leila Eilola p. 044 7118 637
Kanttori Markku Sakko p. 044 7118 633
Diakonissa Marianne Joensuu p. 044 7118 631
diakoniatoimistolla maanantaisin klo 9-10, sekä sovittaessa

Kysely kuntalaisten liikuntatottumuksista ja toiveista Merijärven liikuntapalveluihin liittyen. Vastauksillasi mahdollistat liikuntapalveluiden kehittämisen.

Haluessasi voit myös osallistua 50 euron arvoisen lahjakortin arvontaan!

Ikä _____ Sukupuoli mies nainen

Koulutustaso Työtilanne ja ammatti

Peruskoulu tai kansakoulu Palkkav/öntekijä / Toimihenkilö

Lukio tai ammatillinen koulutus Toimihenkilö johtavassa asemassa

Opistotason tutkinto Yrittäjä

Yliopisto- tai korkeakoulututkinto Opiskelija tai koululainen

Ei tutkintoa Työtön Etäkkeellä / Osa-aikaetäkkeellä

1. Kuinka monta kertaa viikossa harrastat vähintään 30 minuuttia hengästymistä ja hikoilua aiheuttavaa liikuntaa? Valitse yksi.

En ollenkaan 2-3 kertaa viikossa

Satunnaisesti, en kuitenkaan viikoittain 5 kertaa viikossa tai useammin

Kerran viikossa

2. Millaista säännöllistä liikuntaa harrastat? Voit valita useamman vaihtoehdon.

Omatoimista ulkoilua (esim. kävely, hiihto) Pallolajia

Kuntosaliharjoittelua Ohjattua ryhmäliikuntaa

Uintia tai vesijuoksua Ratsastusta

Frisbeegolfia / golfia En harrasta säännöllistä liikuntaa

Jotain muuta, mitä _____

3. Kuinka riittäväksi arvioit nykyisen arki- ja kuntoliikuntasi määrän? Valitse yksi.

Riittävä Pitäisi lisätä huomattavasti

Pitäisi lisätä hieman Riittämätön

Pitäisi lisätä melko paljon

4. Liikuttokoulutusosustusten mukaisesti? Valitse yksi.

• 13-18-vuotiaiden liikuntasuositus päivässä on 1½ tuntia.

• Yli 18-vuotiaiden tulisi liikkua vähintään 2½ tuntia reippaasti tai 1 tunti 15 minuuttia rasittavasti kestävyysliikuntaa VIHKOSSA?!. Lhaskunta ja liikehallintaa tulisi olla vähintään 2 kertaa viikossa.

• Reipas liikunta tarkoittaa mm. lievää hengästymistä aiheuttavaa arki liikuntaa ja kevyitä pyöriä- tai kävelyreikkejä. Rasittava liikkuminen hengästyttää selvästi ja tarkoittaa esimerkiksi reipasta kävelyä, juoksua, uintia, pallopelejä tai hikilumppua. Lhaskuntaa huoltavat esimerkiksi kuntosali ja kuntopiiri.

Liikehallintaa puolestaan kehittävät jooga, pilates ja säännöllinen venyttely.

Kyllä, täysin En, mutta melkein

Kyllä, melko hyvin En, lainkaan

5. Vastaa joko A tai B kysymykseen edellisen vastauksesi perusteella.

A) Mikäli vastasit edelliseen kysymykseen: en, mutta melkein tai en, lainkaan, valitse 4 eniten vaikuttavaa tekijää.

B) Mikäli vastasit edelliseen kysymykseen: kyllä, täysin tai kyllä, melko hyvin, valitse 4 eniten vaikuttavaa tekijää.

A **B**

Ajan puute	Löydän aikaa liikkumiselle
Rahan puute	Taloudellinen tilanne mahdollistaa liikkumisen
Sopivien liikuntamuotojen puute	Sopivat liikuntamuodot
Puuttuvat välineet	Hyvät välineet
Puuttuvat/epäkäytännölliset harrastuspaikat	Hyvät ja toimivat harrastuspaikat
Motivaation puute	Oma motivaatio
Sairaus	Terveys mahdollistaa liikkumisen
Ohjatun liikunnan vähäisyys	Henkinen jaksaminen mahdollistaa liikkumisen
Väsymys tai stressi	Ohjatun liikunnan monipuolisuus
En koe liikunnan harrastamista tärkeäksi	Liikuntatietoni mahdollistavat liikkumisen
Liikuntatietojen puute	Jokin muu, mikä _____
Jokin muu, mikä _____	Jokin muu, mikä _____

6. Mitä Merijärven liikuntapalveluita ja -paikkoja käytät? Voit valita useamman vaihtoehdon.

Kuntosali Valaisut ladut

Muut ohjatut ryhmäliikuntatunnit Jääkiekkokaukalo

Seurojen/harrastusryhmien järjestämä liikunta Liikuntakenttä

Ristivuoren maasto En mitään näistä

Frisbeegolf-rata Tenniskenttä

Jokin muu, mikä _____

Jotain muuta, mikä _____

7. Mikä sinua motivoisi osallistumaan yhteisiin liikkunnallisiin tapahtumiin/retkiin tai liikkumaan ylipäätään?

Valitse korkeintaan 4 motivoivinta vaihtoehtoa.

Uusi tieto Kunnan kohentuminen

Palkinnot Ilmaiset tapahtumat ja retket

Tuttujen ihmisten tapaaminen Uusien ihmisten tapaaminen

Uudet kokemukset Ei mikään näistä

8. Mitä asioita pidät tärkeänä oman liikuntaharrastukseksi kannalta? Valitse korkeintaan 4 asiaa.

- Kunnan liikuntapaikat ja välineistö pidetään hyvässä kunnossa
- Monipuolinen ohjattu liikunnan tarjonta
- Mahdollisuus saada liikuntaneuvontaa
- Aktiiviset urheiluseurat
- Työnantaja tukee liikuntaa
- Ohjattua liikunnasta ja tarjottavista välineistä saatavilla ajannukaista tietoa
- Uusia lajeja pääsee kokelemaan ohjatusi
- Sosiaalinen (perheen ja ystävien) tuki
- Taloudellinen tuki (tykyselit, smartum-setelit, ilmaiset liikuntamahdollisuudet)

9. Toteutuvatko seuraavat asiat kotikunnassasi? Valitse mielestäsi hyvin toteutuvat asiat.

- Kunnan liikuntapaikat pidetään hyvässä kunnossa
- Monipuolinen ohjattu liikuntatoiminta
- Mahdollisuus saada liikuntaneuvontaa
- Aktiivinen urheiluseuratoiminta
- Tieto liikuntapaiveluista ja käytettävistä välineistä on helposti saatavilla

10. Kiinnostaisivatko sinua seuraavat liikuntapaikat. (Olisit valmis osallistumaan?)

Valitse korkeintaan 5 kiinnostavinta vaihtoehtoa.

- Laskettelu/Hiihtokoulut
- Juoksukoulut
- Kuntosalikurssit, joissa opeteltaisiin perustaidot
- Vertaisryhmät/vertaisohjaaminen
- Matalan kynnyksen helpot jumpat
- Avoimet harrasteryhmät, joihin voi osallistua tasosta riippumatta
- Liikuntaneuvonta
- Liikuntakokeilut, joissa tutustuu uusiin lajeihin
- Perheiliikunta I
- Ilmaiset ohjaukset, liikuntatunnit ja ryhmät.
- Milkään näistä ei kiinnosta

11. Millaisia liikunnallisia tapahtumia/retkiä toivoisit? (Olisit valmis osallistumaan?)

Valitse korkeintaan 4 kiinnostavinta vaihtoehtoa.

- Liikunnista, terveyttä ja hyvinvointia käsittelevät luennot
- Koko perheen yhteiset ulkotapahtumat
- Koko perheen yhteiset sisätapahtumat
- Alueelliset kilpailut
- Paikalliset kilpailut
- Retket lähikuntien liikuntapaikkoihin tutustumaan uusiin lajeihin
- Leikkimieliset haasteet ja kisailut kuntien, koulujen, työyhteisöjen yms. välillä
- Jotain muuta, mitä? _____

12. Millaisia välineitä tai liikuntapaikkoja toivoisit? (Olisit valmis käyttämään?)

Valitse korkeintaan 4 kiinnostavinta vaihtoehtoa.

- Vuokrattavat/lainattavat fatbike-pyörät
- Vuokrattavat/lainattavat kajakit/kanootit/soutuveneet
- Vuokrattavat/lainattavat frisbeet frisbeegolfia varten
- Pururata juoksemista ja lenkkeilyä varten
- Valaistut/merkityt reitit Merijärven lähimaastossa maastoretkiä varten
- Hiekkafutis- tai rantalentopalloalueet
- Jotain muuta, mitä?

13. Vapaa sana. Millaisia liikuntapaikkejasi, -tapahtumiasi, -välineitä ja -retkiä kaipaisit kotikuntaasi? Terveiset liikuntatoimelle.

Voit tehdä kyselyn myös netissä osoitteessa: <http://www.mielipiteet.fi?id=c98f0b>

Kyselyn voit palauttaa Merijärven kunnantalolle, kirjastolle tai Saleen niiden aukioloaikoina. Kilpailuun osallistut jättämällä yhteyshetosi palauttaessasi kyselyn. Kiitos!