



Kunnan, yritysten ja yksityisten julkinen tiedote jokaiseen talouteen.

Seuraava tiedote ilmestyy **24.1.2024**. Ilmoitusmateriaali tulee toimittaa mielellään sähköpostin liitetietona olevana Word - tiedostona osoitteeseen toimistosihiteeri@merijarvi.fi **maanantai 22.1. klo 12.00 mennessä. Yritysten mainosaineisto tulee toimittaa valmiina.**

KUULUTUS

PRESIDENTINVAALI 2024

Presidentinvaali toimitetaan 28.1.2024 klo 9.00-20.00. Mahdollinen toisen kierroksen vaali toimitetaan 11.2.2024 klo 9.00-20.00. Äänestyspaikkana Merijärven kunnassa on liikuntasali Kilpukka, osoite Merijärventie 106.

Ennakkoäänestys

Ennakkoäänestyspaikkana presidentinvaalissa on kunnanvirasto. Presidentinvaalin ennakkoäänestys toimitetaan 17.-23.1.2024 seuraavasti:
arkipäivinä 17.-19.1.2024 klo 9-16 ja 22.-23.1.2024 klo 9-18
viikonloppuna 20.-21.1.2024 klo 10-13.

Tarvittaessa toisen kierroksen vaalissa ennakkoäänestys toimitetaan 31.1.-6.2.2024 seuraavasti:
arkipäivinä 31.1.-2.2.2024 klo 9-16 ja 5.-6.2.2024 klo 9-18
viikonloppuna 3.-4.2.2024 klo 10-13.

Ennakkoäänestyksessä äänestäjän on esitettävä henkilöllisyystodistus tai muu riittävä selvitys henkilöllisyydestään.

Kotiäänestys

Henkilö, jonka kyky liikkua tai toimia on siinä määrin rajoittunut, ettei hän pääse äänestys- tai ennakkoäänestyspaikalle ilman kohtuuttomia vaikeuksia, saa äänestää ennakolta kotonaan siinä kunnassa jossa hän on äänioikeutettu. Myös kotiäänestykseen oikeutetun hoidettavan kanssa samassa taloudessa asuva Merijärvellä äänioikeutettu omaishoitaja voi äänestää samassa yhteydessä.

Henkilön, joka haluaa äänestää ennakolta kotonaan, on ilmoitettava siitä kirjallisesti tai puhelimitse kunnan keskusvaalilautakunnalle. Ilmoitus tulee tehdä 16.1.2024 klo 16.00 mennessä. Ilmoituksen voi tehdä äänestäjän puolesta tämän valitsema henkilö. Merijärven kunnan keskusvaalilautakunnan osoite on Kunnantie 1, 86220 Merijärvi ja puh. 044-4776200. Ilmoituslomakkeita saa kunnantoimistosta.

Merijärvellä 2.1.2024

Merijärven kunnan keskusvaalilautakunta

KUNNANVALTUUSTON KOKOUS

Kunnanvaltuuston kokous pidetään 29.1.2024 klo 18.00 Kilpukan ruokalassa. Kokouksen esityslistalla ovat seuraavat asiat:

- TE2024 -uudistuksen mukaisen työllisyysalueen sopimukset

Kokouksen tarkastettu pöytäkirja valitusosoituksineen on nähtävillä kunnan kotisivuilla www.merijarvi.fi sekä kunnantoimistolla tarkastuksen jälkeen.

Merijärvellä 8.1.2024

Päivi Saukko
Kunnanvaltuuston pj.



PopUp Merkku
kevät 2024

Merijärven Huoltiksella

20.1.2024
24.2.2024
23.3.2024
27.4.2024
25.5.2024

klo 10 - 14

Ilmoittaudu mukaan 040 726 75 65
Ilmainen myynti/esittelypaikka

PORINAHETKET KEVÄÄLLÄ 2024

klo 8.30

Huoltiksella

9.1.2024

6.2.2024

5.3.2024

2.4.2024

6.5.2024

huom maanantai

4.6.2024



Nuorten aikuisten nuoppari kerran
kuukaudessa perjantaisin

26.1.2024 klo 21 - 24

23.2.2024 klo 21 - 24

22.3.2024 klo 21 - 24

26.4.2024 klo 21 - 24

31.5.2024 klo 21 - 24

Oleskelua ja pientä purtavaa täysi-ikäisille
nuorille aikuisille!

Tule moikkaamaan!



HYVINVOINTI-ILTA

joka keskiviikko

klo 18 - 20

Merijärven Huoltiksella

Tule juttelemaan,
ideoimaan

Hyvinvointikoordinaattori Marjo
paikalla

Tervetuloa yksin, yhdessä
koko illaksi tai hetkeksi!



Voit ottaa mukaan
keskeneräisen käsityön

Liikuntakorttien palautus

ajalta 1.9-31.12.2023 kunnantoimistolle 21.1.2023
mennessä!

Vapaa-aikatoimi

HYVINVOINTI- LUENTO



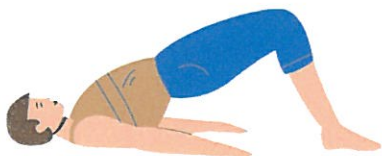
**TORSTAINA 18.1.2024
KLO 18.00 ALKAEN
KILPUKAN RUOKALA**



**KAIKILLE AVOIN JA ILMAINEN LUENTO
HYVINVOINTI JA PILATES -TEEMOISTA**

LUENNOIMASSA KUNTOHOITAJA PIRKKO MEHTÄLÄ

LUENTO TOIMII ALUSTUKSENA 25.1. ALKAVALLE PILATESKURSSILLE



MERIJÄRVEN LIIKUNTATOIMI

PILATES-KURSSI KILPUKASSA

TO 25.1. ALKAEN

15 KERTAA

TORSTAISIN KLO 18-19.30

OHJAAJANA PIRKKO MEHTÄLÄ

ILMOITTAUDU ENNAKKOON: 044-4776 220

HINTA 45€

Mitä on Pilatesmenetelmä?

Pilates on kunto-ohjelma ja kehonhuolto ohjelma. Tarkoitus on korjata lihasten epätasapainotiloja, parantaa ryhtiä ja jäntevöittää vartaloa.

Pilates-menetelmän kehitti saksalainen kunto-ohjaaja Josep H. Pilates ja pohjana on käytetty itämaisia liikuntafilosofioita.

Pilates-harjoitusten tärkein päämäärä on vahvistaa vartalon keskiosaa, joka ulottuu lantiosta rintakehään. Pilates-liikkeet harjoittavat erityisesti keskivartalon syvimpiä lihaskerroksia, jotka ovat asentoa ylläpitäviä lihaksia. Oikean asennon löytäminen alkaa oikean lantionasennon löytämisestä ja korjaamisella. Kun lihakset tukevat paremmin lantiota ja selkärankaa, ryhtisi paranee ja vammautumisen riski pienenee. Pilates-harjoitukset sopivat kaiken ikäisille ja kaikenkuntoisille.

Harjoitusten vaikutukset:

- Vatsalihakset vahvistuvat
 - Ryhti paranee
- Riskit alaselän kipeytymiseen ja loukkaantumisiin pienenee
 - Koko keho vahvistuu
- Joustavuus lisääntyy ja nivelten liikkuvuus paranee
 - Kestävyys lisääntyy
- Koordinaatio ja tasapaino paranee
- Keskittymiskyky ja energiataso nousee
- Kuntoutuminen vammautumisista nopeutuu



MERIJÄRVEN LIIKUNTATOIMI

KILPUKAN KÄYTTÖVUOROT, muutokset mahdollisia

Ajalle 1.1.24-31.5.24

päiv.4.1.2024

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI
14.30-16						Saukko 12-13.30
16.00		Varttuneiden liikunta Jokiheimi, 16-17	SRK 16-17.45			Ahonen 13-14.30
16.30			Tenavajumppa 17-17.45	Liikuntakerho, 4H 16.30-18.00	Sählykerho, 4H 16.30-18.00	Meke 18-20
17.00						
17.30		Klasila 17.30-19.00	Jokiheimi, kehuonhuolto ja liikkuvuus, 17.55-18.55	Pilates 18-19.30	Lasten jalkapallo MeKe, 18-19.30	SUNNUNTAI
18.00	Lasten touhupiiri MeKe + Mill 18-19.30		Lentopallo MeKe 19-21			MeKe 10-12
18.30						HIMY 12.30-14
19.00		Kahvakuula Jokiheimi 19-20		HIMY 19.30-21	Koskela 19.30-21.00	Rautio 14-15.30
19.30	Karkulanti 19.30-21.00					Ahonen 16-18
20.00						Metsolan Maito OY 18-19.30
20.30						
21.00						
21.30						
22.00						

KUNTOSALI:	1.1.-3.3.2024					
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	LAUANTAI
6-12.30	yleinen	yleinen	yleinen	yleinen	yleinen	
12.30-14.30	KOULU	KOULU	KOULU	KOULU	KOULU	MeKe
14.30-17	Yleinen	Yleinen	Koulun hlök.	TK	Yleinen	
17-18	Eiäkel.	KUNTA	Yleinen	Yleinen		SUNNUNTAI
18-23	Yleinen	Yleinen				10-12
						MeKe

Lauantaisin ja sunnuntaisin kuntosalilla on yleinen vuoro klo 6-23, poislukien varatut vuorot.

Koulujen loma-aikoina kuntosalin käyttövuoro yleinen klo 6-23, poislukien muut varatut vuorot.

Pukuhuoneet oppilaiden käytössä arkisin klo 8.30-14.30

OLLI REHN 2024



Vakaa kuin kallio.

www.ollirehn2024.fi

Nuohooja Pauli Ålander kiertelee Merijärvellä maanantaisin klo 08.00–15.00.

Varaukset arkisin klo 08.00–16.00 numerosta 050 3714 247 /Kalajoen nuohouspalvelu

Eläkeliiton Merijärven yhdistys

Aloitetaan kokoontumiset uuden puheenjohtajan, kahvittelun ja seurustelun merkeissä ti 16.1. klo 11.00 seurakuntakodilla. Ota mukaan pientä ohjelmaa ja iloinen mieli. Tilaisuuden jälkeen hallitus kokoontuu järjestäytymään ja päättämään vastuuhenkilöistä. Tervetuloa mukaan!

MERIJÄRVEN KAPPELISEURAKUNTA

KASTETTU: Heljä Vieno Kyllikki Tanska

To 11.1. klo 14 Laulajat harjoittelee seurakuntakodilla.

Pe 12.1. klo 19 Ompeluseurat Rauhanyhdistyksellä.

Su 14.1. klo 13 Sanajumalanpalvelus Merijärven seurakuntakodilla Eija Nivala, Eila Kotiaho, suntio Pekka Viljamaa.

To 18.1. klo 15 Lapsikuoron harjoitukset seurakuntakodilla; klo 16 Laulajat harjoittelee seurakuntakodilla (Huom aika).

Pe 19.1. klo 19 Ompeluseurat Rauhanyhdistyksellä.

Su 21.1. klo 13 Sanajumalanpalvelus Merijärven seurakuntakodilla Eeva-Kaisa Laakko, Eila Kotiaho, suntio Pekka Viljamaa; klo 17 Seurat Rauhanyhdistyksellä, Markku Veteläinen, Samuli Kumpula.

Ti 23.1. klo 13 Kahvihetki palvelutalolla, Salmentie 8

Ti 23.1. klo 18–19.30 Käsityökerho pappilassa, Vanhatie 20. Tervetuloa mukaan tekemään omia tai yhteiseen, diakonian tarkoitukseen käsitöitä!

Merijärven diakoniatyön asiakasasioissa yhteys Ruut Hirvilammi p. 044–7118631. Diakoniatyöntekijä työskentelee Merijärvellä 8.1.2024 alkaen **parillisilla viikoilla** (vkot 2, 4, 6 jne) kevään ajan.

Merijärven seurakuntatoimisto, Vanhatie 20, avoinna torstaisin klo 9–12, p. 08-4395070. Maanantaisin, tiistaisin ja keskiviikkoisin klo 9–12 yhteydenotot Ylivieskan kirkkoherranvirastoon p. 08-4395010, perjantaisin suljettu.

Virkatodistusten tilaus Oulun aluekeskusrekisteristä p. 08 3161 303 ma-pe klo 9–15. Linkit sähköisiin lomakkeisiin ylivieskanseurakunta.fi-sivun Info ja asiointi -otsikon alta.

Kalajoen rovastikunnan perheasiain neuvottelukeskus, Terveystie 11, 84100 Ylivieska, ajanvaraus ma-to 12–13 p. 08-425 990.

Kirkon keskusteluapu päivystää numerossa 0400 22 11 80 joka ilta klo 18–24.

Palveleva netti osoitteessa: <https://kirkonkeskusteluapua.fi/palveleva-netti>.

Palveleva kirje: PL 210, 00131 Helsinki.