

HYVINVOINTIKYSELY 2020

Kouvola



Hyvinvointikysely 16.11.-29.11.2020

- Vastaaminen oli mahdollista joko sähköisesti kaupungin verkkosivuilla tai paperilomakkeella. Vastauksia kyselyyn saatiin 1053 kpl.
- Tässä yhteenvedossa esitetään vastausten pohjalta esille nousseita keskeisimpiä tuloksia ja huomioita
- Yhteenvedosta tehdään mediatiedote. Yhteenvedo löytyy Kouvolan kaupungin verkkosivuilta www.kouvola.fi/kyselyt
- Kysely toistetaan vuosittain vaihtuvalla teemalla, tänä vuonna teemana oli korona-ajan vaikutus hyvinvointiin
- Vertailtaessa tuloksia aiempien vuosien kyselyihin on huomioitava selkeä ero vuosittaisissa vastaajamäärissä. Kyselyn tulokset ovat luonteeltaan suuntaa antavia.

Taustatietoa vastaajista 1/2

- Vastaajia oli 1053, eli huomattavasti enemmän kuin kahtena edellisellä vuonna (2019, 2018)
- Vastaajista naisia oli 83%, miehiä 16%. Naisten osuus vastaajista oli kasvanut edellisestä vuodesta (74%), mutta oli sama kuin vuonna 2018 kyselyssä.
- Valtaosa vastaajista sijoittui ikäryhmään 30-64 –vuotiaat (62 %).
- Lasten ja nuorten osuus (25%) oli selvästi kasvanut edellisistä vuosista (8% / 15%). Yli 65 –vuotiaiden osuus (13%) oli vähentynyt edellisestä vuodesta, mutta oli enemmän kuin vuonna 2018 (7% / 25%).

Taustatietoa vastaajista 2/2

- Valtaosa vastaajista asuu taajamissa (88%) kuten myös edellisessä kyselyssä
- Yksin asuvia oli 18% vastaajista, samoin edellisenä vuonna

Millainen hyvinvointisi on ollut kuluvan vuoden aikana?

- 53 % ilmoitti vointinsa olleen hyvä tai erittäin hyvä (edelliset vuodet 2019/2018: 63% /58,5%)
- 26% ei ollut voinut hyvin eikä huonosti (edelliset vuodet 20% /22%)
- 21 % oli voinut huonosti tai erittäin huonosti (edelliset vuodet 17% /19%) Näistä suurin osa oli asunut postinumeroalueella 45150, 45120 ja 45700.

Miten korona on vaikuttanut hyvinvointiisi?

- 64% ilmoitti, että korona on heikentänyt hyvinvointia vähän tai merkittävästi
- 27% mielestä korona ei ole vaikuttanut mitenkään hyvinvointiin
- 9% ilmoitti, että korona on parantanut hyvinvointia vähän tai merkittävästi

Mitä myönteistä korona-aika on tuonut elämääsi? 1/2

Vastauksia 812

- Perheen/läheisten kanssa enemmän aikaa (20,7%)
- Kiireen vähentyminen, elämän rauhoittuminen (17,7%) (elämän arvot)
- Ulkoilun lisääntyminen (8,5%)
- Etätyö (8,1%)
- Rahan säästyminen (7,0%)
- Luonnon arvostaminen ja luonnossa liikkumisen lisääntyminen (5,2%)
- Liikunnan/urheilun lisääntyminen (4,8%)

Vastauksista 58% liittyi näihin TOP 7 -teemoihin. Lisäksi vastauksia, ettei korona ole tuonut mitään hyvää.

Mitä myönteistä korona-aika on tuonut elämääsi? 2/2

Annettuja vastauksia:

- *Rauhoittuminen, hidastuminen, ajattelun keskittäminen olennaiseen, oravanpyöräolon poistuminen.*
- *Etätyön lisääntyessä on ollut entistä helpompaa yhdistää työ ja perhe-elämä, koska olen voinut olla kotona aamuisin lapsen lähtiessä kouluun ja vastaavasti olen ollut kotona, kun hän on palannut koulusta.*
- *Paljon ulkoilua, kävelemistä. Ystävien merkityksen. Ajatuksen siitä, kuinka paljon elämässämme on hyviä asioita, miksi emme huomaa niitä, ennen kuin vaikeat ajat koittavat*
- *Perhe on löytänyt koronan myötä myös uusia yhteisiä turvallisia harrastuksia, mm. luonnossa liikkuminen, pyöräily ja frisbeegolf*
- *Ei kulu rahaa niin paljon, kun käy kaupassa vain oikeasti tarpeeseen*
- *Sauvakävelen lähes päivittäin metsässä. Joogatunnit netin välityksellä.*
- *Etätyöt ja rauhallisen työympäristön. Toimintatapojen muutoksia.*
- *Uusia tapoja viettää vapaa-aikaa (ulkoilu jne)*

Mitä kielteistä korona-aika on tuonut elämääsi? 1/2

Vastauksia 888

- Sosiaalisten kontaktien väheneminen (24,7%) (ystäviin, sukulaisiin)
- Henkisen hyvinvoinnin heikentyminen (23,9%) (stressi, pelko, ahdistus, huoli läheisistä/terveydestä, mielenterveysongelmat, epävarmuus)
- Harrastusten ja tapahtumien väheneminen (21,5%) (kulttuuri, liikunta, muut)
- Vaikutukset työhön (11,7%) (työn kuormittavuus, kiire, työmäärän lisääntyminen, lomautukset)
- Matkailun väheneminen/loppuminen (9,9%)
- Elämän ja liikkumisen rajoittuminen (7,2%) (rajoitukset ja määräykset)
- Yksinäisyys (6,4%)
- Rahahuolet/taloudelliset haasteet (4,0%)

Vastauksista 75% liittyi näihin TOP 8 -teemoihin. Lisäksi mainittiin kauppojen hiljentymistä ja yleistä tylsyyttä. Tähän kysymykseen tuli runsaasti vastauksia ja tekstiä.

Mitä kielteistä korona-aika on tuonut elämääsi? 2/2

Annettuja vastauksia:

- *Elämä rajoittuu, sosiaaliset kontaktit vähentyneet, matkailu ja arjen piristysruiskeet jääneet pois, huoli omasta ja läheisten terveydestä*
- *Rahahuolia epävarmojen tulevaisuusnäkökymien suhteen.*
- *Yksinäisyys ja siitä ahdistuneisuus, erilaisia pelkoja.*
- *Etätyö kuormittaa ja vaikeuttaa työhön motivoitumista. Etätyö on myös osaltaan vaikuttanut kotiin jumittumiseen: kun edes työpaikalle ei voi kotoa lähteä, niin sinne jämähtää tosi helposti kokonaan.*
- *Olen lopettanut teattereissa, elokuvissa, urheilutapahtumissa, keskustan ravintoloissa ja tapahtumissa, uimahallissa, konserteissa jne käymisen*
- *Henkiset paineet. Esim. rikkonainen koulu/opiskeluvuosi aiheuttanut huolta omien lasten opiskelujen sujumisesta ja heidän jaksamisestaan. Kaiken lisäksi opettajien lomautukset osuneet vielä samalle vuodelle.*
- *Kaipaam työyhteisöä, josta koen vieroittuneeni. Kaipaam myös konsertteja ja muita kulttuuritapahtumia. Eniten kaipaam ystäväni ja sukulaisteni halaamista. Elämästä on kadonnut leikki ja hulluttelu.*

Millaista tukea toivot Kouvolan kaupungilta tai muilta tahoilta koronan aiheuttamiin haasteisiin? 1/3

Vastaaajia 684

- Selkeä tiedottaminen (16,4%) (avoimuutta, selkeyttä lisää, tiedotus sai myös kehuja)
- Tapahtumia ja harrastustoimintaa turvallisesti (12,4%) (liikuntatapahtumat ulkona, liikuntapaikkojen/kulttuuripalvelujen aukiolot, verkko- ja virtuaalipalvelut)
- Taloudellista tukea/avustusta (9,6%) (yritykset, vähävaraiset perheet, yhdistykset ja seurat)
- Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukeminen (7,9%) (koulunkäynnin ja opetuksen turvaaminen, psykososiaalinen ja varhainen tuki, harrastustoiminnan turvaaminen)
- Ikäihmisten hyvinvoinnin tukeminen (4,1%) (kauppa-asiointi, sosiaaliset kontaktit, digiosaaminen)
- Työssä jaksamiseen ja riittävään resursointiin panostaminen (3,8%) (työn kuormittavuus, lomautukset)
- Tiukemmat rajoitukset (3%)

Edellisiin TOP 7 -teemoihin liittyi 50 % vastauksista. Useissa vastauksissa toivottiin myös mielenterveyspalvelujen riittävää tarjontaa ja henkisen hyvinvoinnin tukemista. Useissa vastauksissa todettiin myös, että asiat on kaupungissa hyvin hoidettu.

Millaista tukea toivot Kouvolan kaupungilta tai muilta tahoilta koronan aiheuttamiin haasteisiin? 2/3

Annettuja vastauksia:

- *Leikkipuistoihin ohjattua toimintaa ulos, ulkoilmatapahtumia lapsiperheille hyvillä turvaväleillä ja niin että paikan tapahtumaan voisi varata etukäteen ja että tapahtumia olisi niin paljon että kaikki halukkaat pääsisivät mukaan, siellä voisi olla leikkejä/pelejä mitä lapset voisivat touhuta yhdessä vanhempien kanssa sekä ohjaajat jotka pitäisivät tiukkaa järjestystä yllä että sääntöjä ja turvavälejä noudatetaan.*
- *Asukkaiden ilahduttamista pienin teoin, esim ulko jumppasali kesäksi. Tervehdyksiä, ulkotapahtumia itsenäisesti ja yhdessä. Hyödyntäkää luontoa.*
- *Yhteisöllisyyden vahvistaminen esim. katu- puisto- tai salikonserteilla, teatterilla, tapahtumilla mitkä on kuitenkin tarkoin rajattu yleisömäärältään ja terveystieteelliset kohdat huomioon ottaen*
- *Verkkosisäلتöjä, joihin voi osallistua (esim. kulttuuria, liikuntahaasteita)*
- *Avoin, palveleva 24/7 puhelin kaupunkilaisille. Esim Teamsin kautta ilmainen teatterin joulushow, konsertteja... Yksityisiltä liikuntastudioilta ilmaisia striimattuja tunteja, joita voi tehdä/harrastaa kotona*

Millaista tukea toivot Kouvolan kaupungilta tai muilta tahoilta koronan aiheuttamiin haasteisiin? 3/3

- *Kansalaisopiston liikuntaryhmistä (ja miksei muistakin) etäosallistumismahdollisuus*
- *Somekanaville voisi laittaa vinkkejä perheille yhdessä tekemiseen.*
- *Yhteistyötä liikuntaseurojen kanssa: mainostetaan niitä lajeja, joita voi harrastaa ilman lähikontakteja*
- *Paikallisia yrittäjiä voisi tukea niin, että kaupunki ostaisi lahjakortteja palveluihin ja vaikka arpoisi niitä halukkaiden kesken.*
- *Toivoisin Kouvolan kaupungilta pienyrittäjille jotakin edullista Pop UP tilaa, johon pääsisi mainostamaan palveluitaan rajoitukset ja ohjeistukset huomioiden.*
- *Vanhusten palvelukeskusten ja sairaalan hoitajia esim. tulisi muistaa jotenkin, samoin järjestää vanhuksille jotakin extraa, enemmän esim. leivoksia joulun alla ja kaupunki voisi palkata viriketoiminnan ohjaajan tai kaksi vanhusten virkistämiseen esim. jumppauttamaan heitä ja laulattamaan joululauluja. Hoitajat eivät jatkuvan kiireen takia sitä jouda tekemään*
- *Osa yksin asuvista - niin vanhukset kuin nuoret - ovat tosi yksinäisiä. Siihen olisi hyvä kehitellä jotain keinoja - kouluissa ja etsimässä nuorisotyöstä katsottaisiin ettei kukaan tipu kelkasta. Ja esim. eläkeläisille ”korona-kupla” ystäviä.*

Yhteenveto

- Yli puolet vastaajista kertoo voineensa kuluneena vuonna hyvin. Huonosti voivia oli kuitenkin hieman enemmän kuin edellisinä vuosina.
- Eniten hyvinvoivia oli ikäryhmässä 65v. ja sitä vanhemmissa
- Korona-aika oli heikentänyt hyvinvointia suurimmalla osalla, eniten naisilla
- Myönteisimpinä korona-ajan vaikutuksina koettiin yhteisen ajan lisääntyminen perheen kanssa sekä kiireen vähentyminen ja elämän rauhoittuminen
- Kielteisimpiä vaikutuksia olivat sosiaalisten kontaktien väheneminen ystäviin ja sukulaisiin, henkisen hyvinvoinnin selvä heikentyminen sekä harrastusten ja tapahtumien väheneminen
- Kaupungilta toivottiin ennen kaikkea selkeämpää tiedottamista koronaan liittyvistä asioista sekä tapahtumien ja harrastustoiminnan järjestämistä turvallisesti

Vastauksia ja toimenpide-ehdotuksia hyödynnetään eri palveluissa toimenpiteiden suunnittelussa ja toteuttamisessa.