

A man wearing a plaid shirt, waders, a cap, and sunglasses is fishing in a lake. He is holding a fishing rod and reel. In the background, there is a red house with a white porch and a dense forest of trees. The scene is reflected in the water.

# KOUVOOLA

**Hyvinvointikysely 2023**

Kouvola



# Hyvinvointikysely 20.11.-3.12.2023

- Vastaaminen oli mahdollista joko sähköisesti kaupungin verkkosivuilla tai paperilomakkeella. Vastauksia kyselyyn saatiin 858 kpl.
- Tässä yhteenvedossa esitetään vastausten pohjalta esille nousseita keskeisimpiä tuloksia ja huomioita
- Kyselyn tulokset ovat luonteeltaan suuntaa antavia
- Yhteenvedosta tehdään mediatiedote. Yhteenvedo löytyy Kouvolan kaupungin verkkosivuilta [www.kouvola.fi/kyselyt](http://www.kouvola.fi/kyselyt)

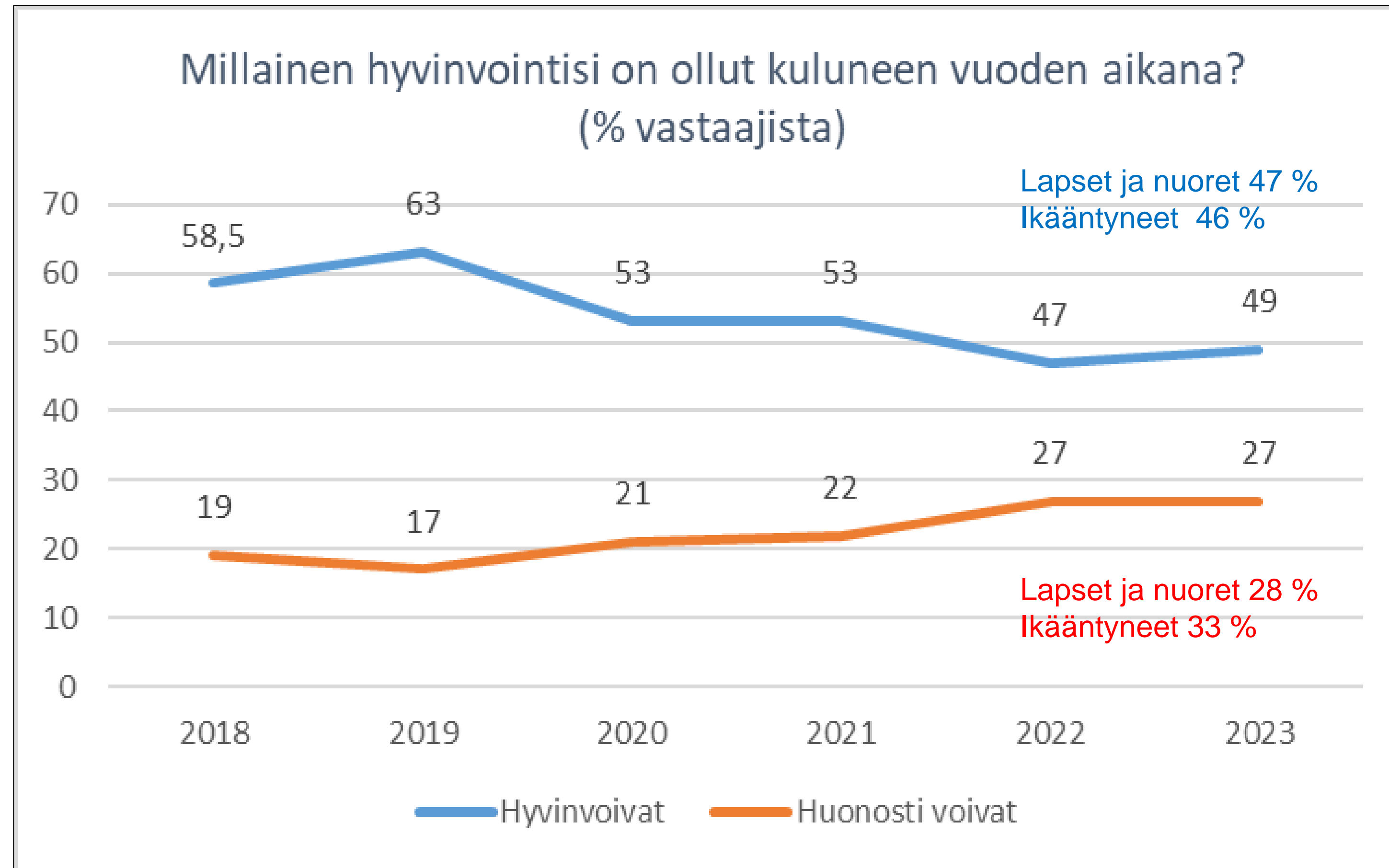
Kysely toistetaan vuosittain vaihtuvalla teemalla, tänä vuonna teemana oli kestävä elämäntapa.

*Arkinen valinta on kannanotto tulevaisuuden hyvinvoinnin puolesta. Kestävän kehityksen päämääränä on turvata nykyisille ja tuleville sukupolville hyvät elämisen mahdollisuudet. Yksittäisen ihmisen arkisilla valinnoilla on merkitystä.*

# Taustatietoa vastaajista

- Vastaajista naisia oli 79%, miehiä 19%, muu 2%.
- Valtaosa vastaajista sijoittui ikäryhmään 30-64 –vuotiaat (56%).
- Nuorten ikäryhmien osuus oli edellisestä vuodesta merkittävästi kasvanut. Lasten ja nuorten (alle 30 v.) osuus oli nyt 31% (edellinen vuosi 21%) .
- Yli 65 –vuotiaiden osuus oli aiempaa pienempi, 13 % (edellinen vuosi 17%).

# Kyselyssä esitetään vuosittain toistuva kysymys hyvinvoinnista

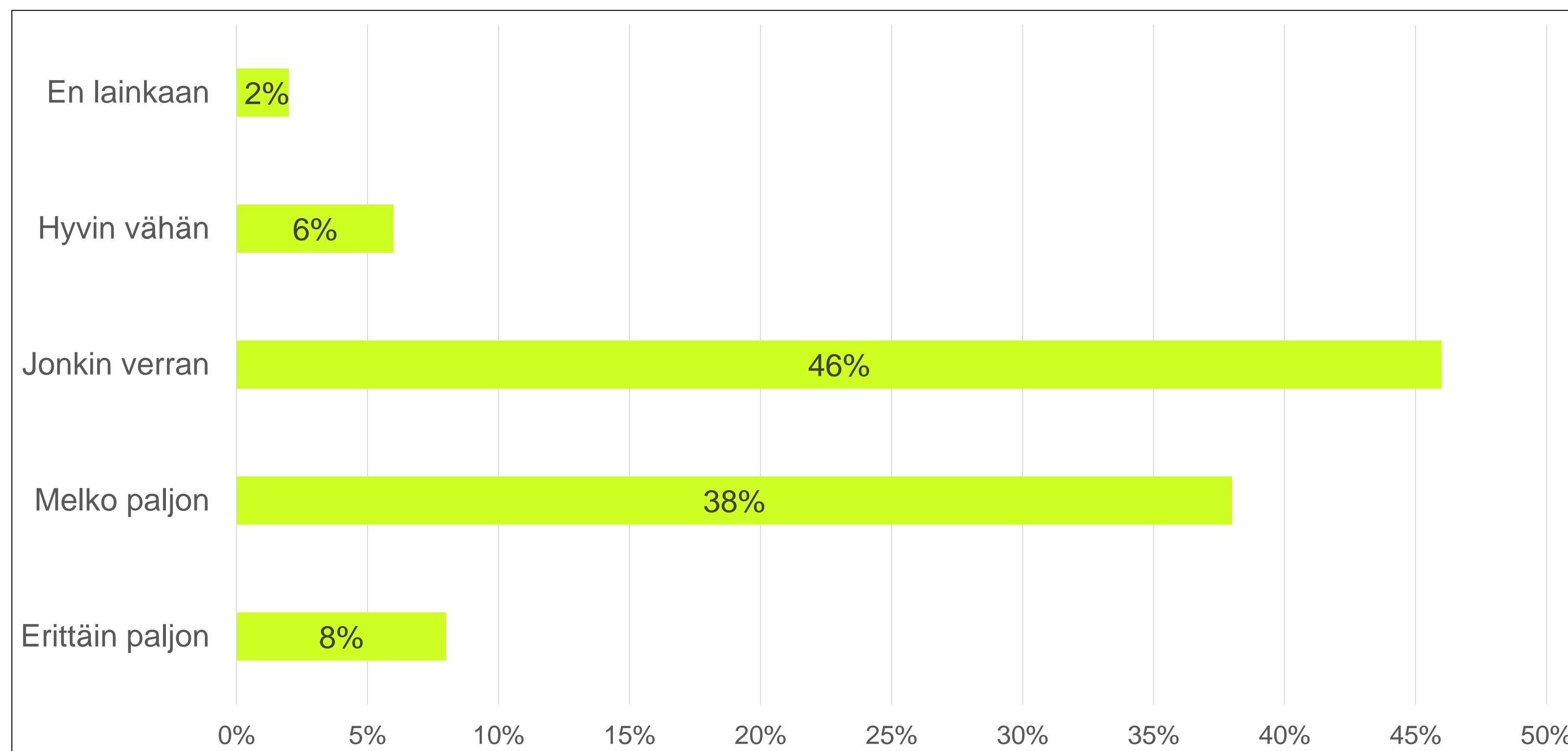


Vastaajien kokonaismäärä (kpl) eri vuosina

2018:	417
2019:	357
2020:	1053
2021:	510
2022:	605
2023:	858

Kuvassa esitetään vuosilta 2018-2023 niiden vastaajien osuus (%), jotka ovat vastanneet voivansa joko hyvin/erittäin hyvin tai huonosti/erittäin huonosti. Vastaajien kokonaismäärä on vuosittain vaihdellut.

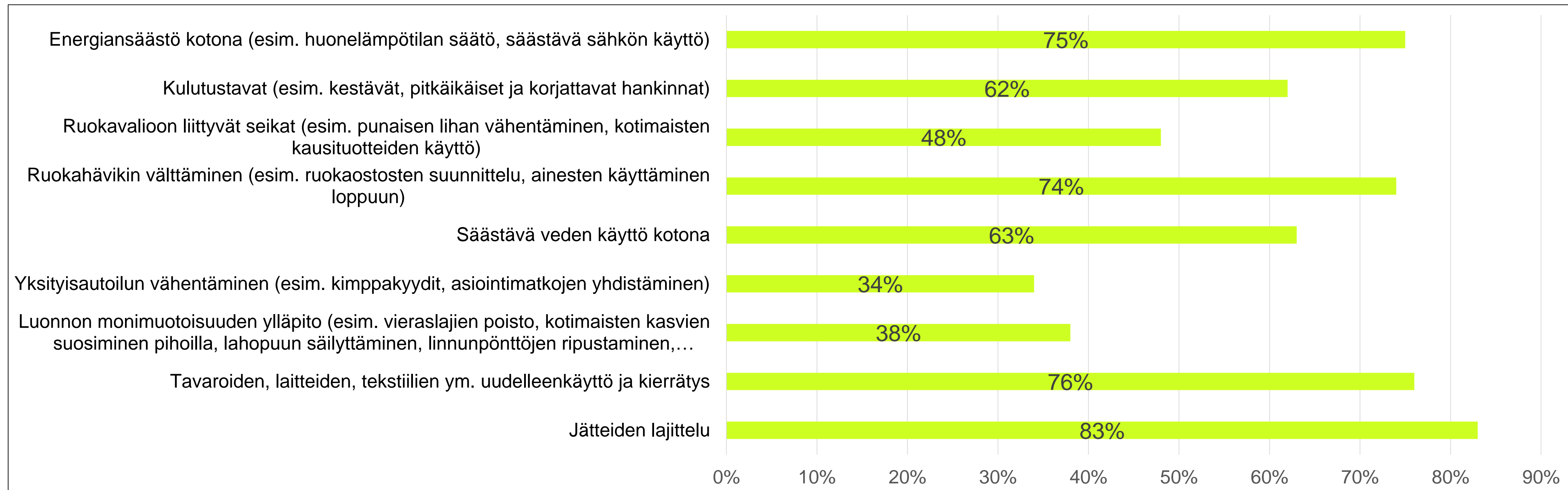
# Teen arjessani kestäviä valintoja:



Vastaajien kertoman perusteella kestäviä valintoja huomioidaan melko hyvin arjessa. Melko paljon tai erittäin paljon kestäviä valintoja kertoo tekevänsä 46 % vastaajista. Yhtä suuri osa vastaajista ilmoittaa tekevänsä jonkin verran kestäviä valintoja.

Lapsista ja nuorista melko tai erittäin paljon kestäviä valintoja tekee 30 %, jonkin verran 57 %. Ikääntyneillä vastaavat luvut ovat 54 % ja 38 %.

# Mitä seuraavista seikoista toteutat jo arjessasi? 1/2



Eniten vastaajat ilmoittivat toteuttavansa jätteiden lajittelua (83%). Seuraavaksi eniten toteutui tavaroiden, laitteiden, tekstiilien ym. uudelleenkäyttö ja kierrätys (76%). Kolmantena mainittiin energiansäästö kotona (75%).

Selvästi vähiten toteutettiin yksityisautoilun vähentämistä (esim. kimppakyytejä ja asiointimatkojen yhdistämistä), ja toiseksi vähiten luonnon monimuotoisuuden ylläpitoa.



# Mitä seuraavista seikoista toteutat jo arjessasi? 2/2

## Ikäryhmittäisiä tuloksia ja huomioita:

-Tarkasteltaessa kestävien arkisten valintojen toteuttamista ikäryhmittäin voi todeta, että mitään merkittäviä eroja verrattuna kaikkiin vastaajiin ei ole nähtävissä.

-Ikääntyneiden vastaajien %-osuudet eri vaihtoehdoissa olivat kaiken kaikkiaan suurempia kuin nuorempien ikäryhmien, eli he ovat ilmoittaneet toteuttavansa kattavammin eri vaihtoehtoja – usein lähes kaikkia vaihtoehtoja

-Kaikkein vähiten nuoret vastaajat toteuttivat luonnon monimuotoisuuden ylläpitoa (24 %); ikääntyneet puolestaan yksityisautoilun vähentämistä (37 %).

-Toiseksi vähiten nuoret vastaajaryhmät toteuttivat ruokavalioon liittyviä seikkoja (esim. punaisen lihan vähentäminen, kotimaisten kausituotteiden käyttö) 33%. Sen sijaan ikääntyneistä tätä ilmoitti toteuttavansa 60 %.

# Mitä seuraavista voisit vielä tehdä?

Kirjoita vaihtoehdon perään, mikä on vaikeuttanut toimen toteuttamista kohdallasi



Kysyttäessä mitä arjessa vielä voisi tehdä, kaksi selvästi eniten mainintoja saanutta vaihtoehtoa olivat ruokavalioon liittyvät seikat (esim. punaisen lihan vähentäminen ja kotimaisten kausituotteiden käyttö) sekä yksityisautoilun vähentäminen. Myös ikäryhmittäisessä tarkastelussa em. seikat nousivat esille: nuorilla ruokavalioon liittyvät seikat ja ikääntyneillä yksityisautoilun vähentäminen.



# Mikä on vaikeuttanut toimien toteuttamista?

**Esimerkit kahdesta eniten mainintoja saaneesta vaihtoehdosta:**

## **Ruokavalioon liittyvät seikat**

- Tuotteiden hinta, kalleus mainittiin useimmiten
- Perheen mieltymykset, tottumuksia vaikea muuttaa
- Ruuanlaiton nopeus ja helppous tärkeää lapsiperheessä - muutokset ruokavaliossa vaikeita ja vaatii opettelua
- Ruuan maku tärkeää
- Riittävää proteiinin saantia pohdittiin
- Kysyttiin, miksi punaisen lihan käyttö kuormittaisi ympäristöä?

## **Yksityisautoilun vähentäminen**

- Eniten mainintoja seuraavista: tarvitaan paremmat bussiyhteydet, julkinen liikenne ei riittävä ja toimii huonosti haja-asutusalueilla, palvelut kaukana.
- Menee kohtuuton aika harrastuksiin bussilla: lasten harrastuksia on usein.
- Laaja kunta, yksityisautoilun helppous ja nopeus.
- Hankala sopia kimppakyytien aikatauluja. Ei työkavereita samalta suunnalta.
- Auton tarve työssä.

Mitä voisin tehdä:

- Työmatkapyöräily, asiointit työmatkojen yhteydessä, kimppakyydit aina kun mahdollista.
- Työsuunnittelu. Totuttujen tapojen muuttaminen.

# Millaista lisätietoa haluat kestävästä elämäntavasta? Miten kaupunki voi tukea toimien toteuttamista arjessa? 1/3

## **Kierrätys:**

- *Kierrätyspisteitä riittävästi, väimatkat/saavutettavuus (haja-asutusalueet), helppous, riittävä tyhjentäminen. Olisi kiva jos olisi kimppakomposteja kierrätyspisteillä.*
- *Varsinkin muovinkeräyspisteitä lisää (paljon mainintoja tästä)*
- *Kaupunki voi järjestää esim. tekstiilin kierrätyspisteen, josta ne toimitettaisi Parik-säätiölle edelleen käsittelyyn/lajitteluun ja uudelleenkäyttöön*
- *Jätteen kierrätykseen kannustettaisiin mieluummin ”porkkanalla” kuin ”maksukepillä”. Esim. kuten Lahdessa ilmaisilla joukkoliikennelipuilla.*

## **Joukkoliikenne:**

- *Julkinen liikenne toimivammaksi (eniten mainintoja)*
- *Kaupungin tulisi pyrkiä järjestämään mahdollisimman hyvät mahdollisuudet kestäväan elämään, mutta ei missään nimessä pakottaa. Hyvät joukkoliikenneyhteydet ovat esimerkiksi tärkeitä, sekä myös joukkoliikenteen laadusta huolehtiminen on tärkeää*
- *Kaupunki voisi tarjota yhteiskuljetuksia suurimpiin yleisötilaisuuksiin taajaman ulkopuolella asuville ja näin vähentyisi yksityisautoilu*

# Millaista lisätietoa haluat kestävästä elämäntavasta? Miten kaupunki voi tukea toimien toteuttamista arjessa? 2/3

## **Kestävä liikkuminen:**

- *Suunnitteleamalla pyöräily-ystävällisen kaupungin*
- *Pyöräteiden kunnosta pitää pitää huolta ja aurata lumia nopeammin.*
- *Talven liikkumisturvallisuus tärkeää; kävely- pyöräilytiet aurattuina.*
- *Lisää mahdollisuuksia ulkoiluun ja kävelyyn. Kävelypolut luonnossa on hyviä ja niitä on paljon, mutta talvella menee ladut ja harvassa on kävelyurat.*

## **Luonto/luonnon monimuotoisuus:**

- *Kaupunki voisi avustaa mm. vieraslajien poistossa ojanpientareilta myös hieman kauempana keskustaa.*
- *Vieraslajien torjunta voisi olla jo ihan metsäeskareiden ja koululaisille tuotettava asia, jolloin myös perheet saattaisivat tähän osallistua. Miksei myös linnunpönttöjen lisääminen - voisi tuoda ihmeteltävää lapsille.*
- *Kouvolan TOP 10 prioriteetteihin kuuluu myös luonto, vesistöt ja metsät - ja se, ettei maaseutua voi tuoda Kouvolan ulkopuolelta, eli tehdään maatalousyrittäminen Kouvolassa kannattavaksi - sieltä se kasvuruokakin jokaisen ruokapöytään tulee, maaseudulta ja maanviljelijöiltä, vieläpä lähituotantona ekologisesti kestävällä tavalla.*



# Millaista lisätietoa haluat kestävästä elämäntavasta? Miten kaupunki voi tukea toimien toteuttamista arjessa? 3/3

## Lapset ja nuoret:

- *Ympäristöasioita ja kierrätystä tulee jalkauttaa vahvemmin varhaiskasvatuksessa ja kouluissa.*
- *Lapsille järjestettäisiin aiheen mukaista kerhotoimintaa sekä kouluissa innostettaisiin lapsia kestävään elämäntapaan.*
- *Lisätä vegaanista tai edes kasvisuokaa kouluissa ja muissa kaupungin ruokaloissa. Tekemättä asiasta "numeroa" (eli ettei ruokailistassa ruoan nimi ole "vegaaninen se-ja-se") vegaaninen ruoka on ruokaa.*
- *Kestävän kehityksen tapahtumia tai infoa kaupungin eri ikäluokille esim. kouluihin yms.*

## Tietoa:

- *Lisäämällä päivittäisiin palveluihin konkreettisia vinkkejä kestävästä elämäntavasta.*
- *Yksinkertaisia ja helppoja ohjeita siihen, mitä voi tehdä elääkseen kestävämmän. Tietoja, jotka ovat helposti saavutettavia ja mahdollisesti myös tietoa kestävä elämäntavan vaikutuksista jotta ihmiset oikeasti ymmärtäisivät asian tärkeyden.*
- *Lisää lempeää valistusta asiasta ja syitä, miksi näin kannattaa tehdä. Olisi hienoa, jos enemmän ajateltaisiin tulevia sukupolvia.*

# Yhteenveto ja pohdinta

- Kyselyllä haluttiin tuoda esille kestävän elämäntavan yhteys hyvinvointiin varsinkin pitkällä aikavälillä, ja herättää ajatuksia oman arjen suhteen.
- Kestävä elämäntapa herätti kiinnostusta varsinkin nuorissa vastaajissa: heidän määränsä kaikista vastaajista oli selvästi suurempi kuin aiemmissa hyvinvointikyselyissä.
- Vastaajat tekevät arjessaan kestäviä valintoja, mutta ilmoittavat selkeästi tiettyjä seikkoja, joita voisivat huomioida paremmin. Kaikkien vaihtoehtojen kohdalla yhteyttä kestävään kehitykseen ei löydetty.
- Kiinnostusta saada tarkempaa tietoa aiheesta tuotiin avoimissa vastauksissa selvästi esille. Erityisesti toivottiin perusteluja, mikä vaikutus arkisilla valinnoillamme on laajemmin, ja miksi kannattaa tehdä tiettyjä asioita. Kaupunki sai monia hyviä ehdotuksia toimenpiteiksi.
- Kyselyn vastauksia ja toimenpide-ehdotuksia hyödynnetään eri palveluissa toimenpiteiden suunnittelussa ja toteuttamisessa.
- Tulosten raportointi Hyvinvointikertomuksen ja –suunnitelman vuosiraportissa keväällä 2024.





# KOUVOLA

**Kiitos!**

Hyvinvointikoordinaattori Tarja Alamattila  
tarja.alamattila@kouvola.fi