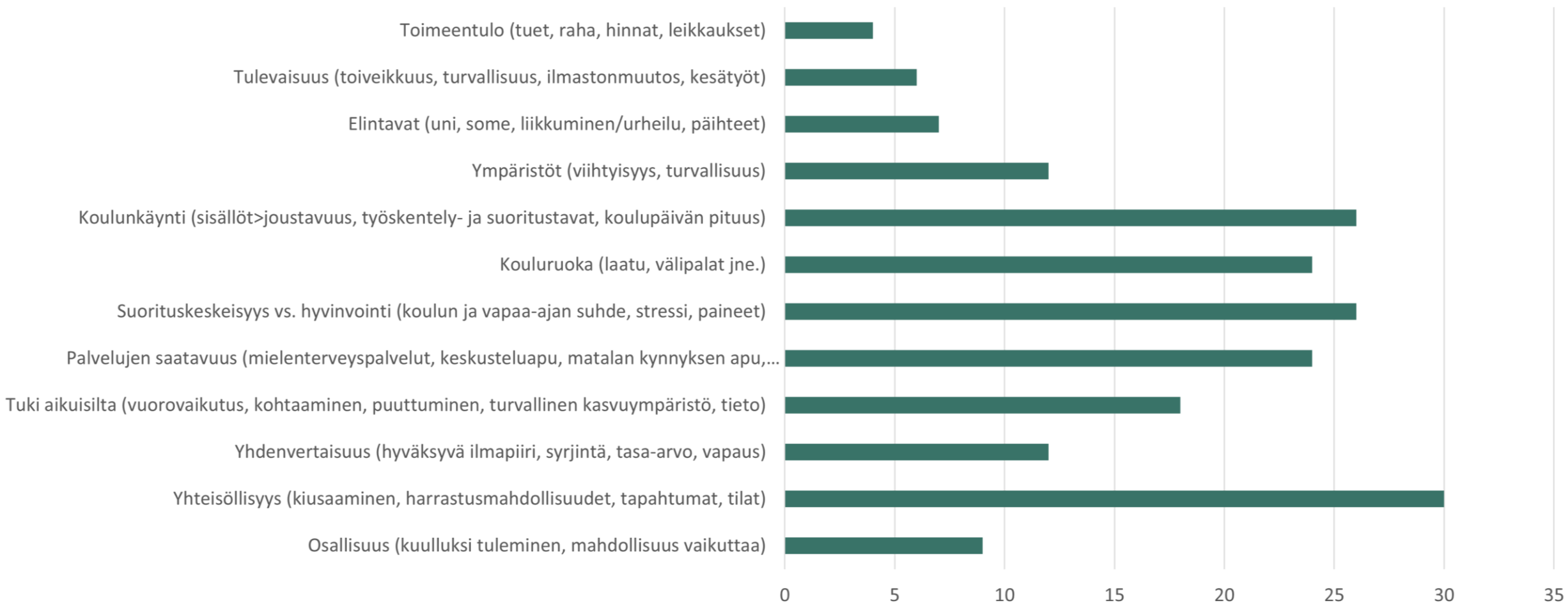


Vaikuta!-päivät

9.-luokkalaisten Mentimeter-kysely
8.-10.4.2024

Minkä asian tulisi muuttua, jotta nuoret olisivat tyytyväisempiä eli kokisivat voivansa arjessa vielä paremmin? n=124



Yhteisöllisyys

(n=30)

Alateemat: kiusaaminen, harrastusmahdollisuudet, tapahtumat, tilat

- ”Kannustetaan muiden mukaan ottamiseen, enemmän ryhmäytymistä, jutteluapua, vanhempien kehotus siihen, että kyselisi enemmän lasten voinnista”
- ”Nuoret tarvitsevat yhteisöllisiä tapahtumia, joista voi löytää omanlaistaan seuraa. Avoin ja hyväksyvä ilmapiiri koulussa ja vapaa-ajalla.”
- ”Lisää ryhmäytymistä ja sitä että kiusaamiseen oikeasti puututtaisiin vakavasti eikä syytettäisi kiusattua siitä ja että mielenterveyspalvelut olisivat helpommin saatavilla”

Suorituskeskeisyys vs. hyvinvointi

(n=26)

Alateemat: koulun ja vapaa-ajan suhde, stressi, paineet

- ”Nuorille pitäisi olla enemmän apua tarjolla, koska nykyään on vaikea selvitä yksin suurista paineista, joita nuorille asetetaan.”
- ”Kouluhommia pitäisin olla vähemmän, ettei se veisi kaikkea vapaa-aikaa. Vähemmän arvioitavina tehtäviä ja isoja kokeita. Monipuolisempia tehtäviä arviointiin. Enemmän tunnilla tehtäviä tehtäviä.”
- ”Vähemmän paineita koulussa (ollaan vasta lapsia), ei jatkuvasti leikattaisi nuorilta, kannustettaisiin elämään ja pitämään huolta itsestään vapaa -ajalla eikä vaan läksyjä ja kokeisiin lukua”

Koulunkäynti

(n=26)

Alateemat: joustavuus, työskentely- ja suoritustavat, koulupäivän pituus

- ”Myöhemmät kouluamun, parempi kouluruoka, päiväunet viihtyisämpi koulunpiha.”
- ”Lyhyemmät koulupäivät ja saisi itse päättää enemmän omasta koulusta. Koulun pitäisi alkaa myöhemmin jotta nuoret olisivat virkeämpiä.”
- ”Vähemmän koulutöitä. Koulussa enemmän projekteja ja vähemmän kokeita.”

Palvelujen saatavuus

(n=24)

Alateemat: mielenterveyspalvelut, keskusteluapu, matalan kynnyksen apu, nopea apu, keskusteluryhmät

- ”Mielenterveyspalvelut helpommin saataville ja hoitoon panostetaan enemmän. Transsukupuolisten terveydenhuoltoon panostaminen.”
- ”Asioita ei lakaistaisi maton alle vaan ne käsiteltäisiin kunnolla, apua olisi enemmän saatavilla, elämästä luotaisiin valoisampi käsitys ja opiskelua tuettaisiin”
- ”Koulussa enemmän apua ja tukea. Voisi myös olla tukiryhmiä joille voi puhua.”

Kouluruoka

(n=24)

Alateemat: laatu, välipalat

- ”--Hyvää ruokaa oppilaille, jotta jaksaa päivän.”
- ”-- Kouluruoan budjettia suuremmaksi, tulee muuten nälkäkiukku”
- ”-- koulussa pitää olla maksuton välipala tai sitten lupa käydä kaupassa.”

Tuki aikuisilta

(n=18)

Alateemat: vuorovaikutus, kohtaaminen, puuttuminen, turvallinen kasvuympäristö, tieto

- ”Opettajille koulutus nuorten kohtaamisesta!! Otetaan oppilaiden ongelmat tosissaan ja ollaan joustavia.”
- ” Enemmän nuorille aikuisen tukea ja turvallinen kasvuympäristö ja saisi apua aijoissa”

Yhdenvertaisuus

(n=12)

Alateemat: hyväksyvä ilmapiiri, syrjintä, tasa-arvo, vapaus, identiteetti

- ”--Hyväksyvä ilmapiiri nuorten kesken koulussa ja vapaa-ajalla.”
- ”Lopettaa syrjintää, lopettaa rasismi, lopettaa kiusaamista. Ilma piiri pitäisi olla hyvä. Kohdella kaikkia ihmisiä tasaisesti. Vähentääkseen yksinäisyyttä ja ihmiset yrittää puhua muille tai tutustua.”

Osallisuus

(n=9)

Alateemat: kuulluksi tuleminen, mahdollisuus vaikuttaa

- ”Nuoria otettaisiin tosissaan ja kuunneltaisiin”
- ”Nuorten syrjiminä politiikassa ja sen hävittäminen”
- ”--opettajien tulisi kuunnella oppilaiden mielipiteitä ja poimia niistä lupaavimmat”

Ympäristöt

(n=12)

Alateemat: viihtyisyys, turvallisuus

- ”--Kouluun voisi tuoda hiljaisia lepotiloja välitunneille, jos käytävien melu ahdistaa.”
- ”-- lisää turvallisuutta arkeen mm. ulkona ja kotona.”
- ”Vähemmän roadmanveja”

Elintavat

(n=7)

Alateemat: uni, some, liikkuminen/urheilu, päihteet

- ”Nuoren tulisi kiinnittää huomiota unen määrään”
- ”Nuorten pitäisi liikkua enemmän.”
- ”--Liikuntaan pitäisi saada osallistujia. Päihteet pitää saada pois nuorten käsistä.”

Tulevaisuus

(n=6)

**Alateemat: toiveikkaus,
turvallisuus, ilmastonmuutos,
kesätyöt**

- ”Turvallinen tulevaisuuden kuva --”
- ”--helpommin kesätöihin--”

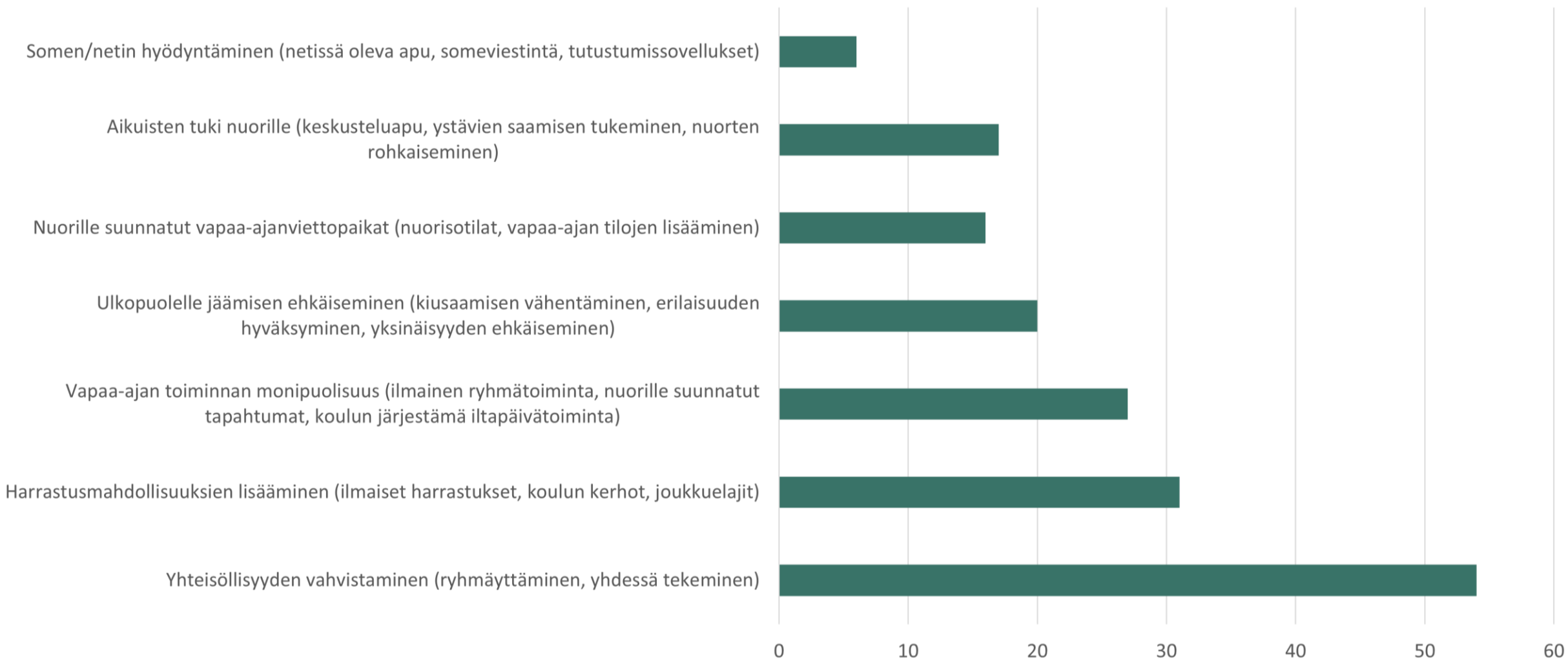
Toimeentulo

(n=4)

**Alateemat: tuet, raha, hinnat,
leikkaukset**

- ”Korkeampia tukia”
- ”Jos olisi enemmän rahaa”

Monet nuoret tuntevat itsensä yksinäisiksi. Mitä tekemällä yksinäisyyttä voisi vähentää? n=110



Yhteisöllisyyden vahvistaminen

(n=54)

Alateemat: ryhmäyttäminen, yhdessä tekeminen

- ”Enemmän ryhmäyttämistä koulussa”
- ”-- Enemmän mahdollisuuksia verkostoitumiseen. --”
- ”Kaikki mukaan porukkaan ja siitä pidettäisiin huolta. --”
- ”Koulussa enemmän ryhmätöitä ja yhdessä liikkumista.”
- ”-- koulussa alaluokilla opetettaisiin ja kannustettaisiin ,muihin tutustumiseen ja opetetaan perus sosiaalisia taitoja”

Harrastusmahdollisuuksien lisääminen

(n=31)

Alateemat: ilmaiset harrastukset, koulun kerhot, joukkuelajit

- ”Paremmat harrastusmahdollisuudet --”
- ”Perustamalla monipuolisia, matalankynnyksen harrastusryhmiä. --””
- ”Enemmän ilmaisia harrastuksia joihin on helppo päästä matalalla kynnyksellä, joista voisi löytää ihmisiä joilla on samoja kiinnostuksenkohteita”

Vapaa-ajan toiminnan monipuolisuus

(n=27)

Alateemat: ilmainen ryhmätoiminta, nuorille suunnatut tapahtumat, koulun järjestämä ilta- ja iltapäivätoiminta

- ”Koulussa kerhoja ja vapaa-ajan toimintaa”
- ”Ilmaista ryhmätoimintaa”
- ”Järjestää tapahtumia ja kokoontumisia nuorille.”

Ulkopuolelle jäämisen ehkäiseminen (n=20)

Alateemat: kiusaamisen vähentäminen, erilaisuuden hyväksyminen, yksinäisyyden ehkäiseminen

- ”Kaikki mukaan porukkaan ja siitä pidettäisiin huolta. Kaupunki, koulut ja kaikki muut pitäisivät huolta, ettei kukaan syrjäänny”
- ”Vähentämällä kiusaamista, koska se johtaa traumoihin ja yksinäisyyteen.”
- ”Keskustelu apua pienemmällä kynnyksellä. Tarjoillaan että kukaan ei syrjäydy yhteiskunnasta. Enemmän mahdollisuuksia verkostoitumiseen. Koulu puuttuu yksinäisyyteen ja syrjimiseen.”

Aikuisten tuki nuorille

(n=17)

Alateemat: keskusteluapu, ystävien saamisen tukeminen, nuorten rohkaiseminen

- ”Opettajat ja nuorisotyöntekijät auttaisi ystävien saannissa, koulussa alaluokilla opetettaisiin ja kannustettaisiin ,muihin tutustumiseen ja opetetaan perus sosiaalisia taitoja”
- ”Vanhempien pitäisi antaa lasten tehdä asioita mistä he tykkäävät”
- ”Järjestää jotain harrastus toimintaa, ja kannustaa siihen. Aikuinen pitää huolta yms”

Nuorille suunnatut vapaa-ajanviettopaikat (n=16)

Alateemat: nuorisotilat, vapaa-ajan tilojen lisääminen

- ”Vapaa-ajan viettopaikkoja lisää--”
- ”Tekee nuorisolle omia tiloja jossa voi tutustua uusiin ihmisiin ja hankkia kavereita”
- ”Olisi paikka mihin mennä vaikka ei välttämättä itse olisi sosiaalinen”

Somen/netin hyödyntäminen (n=6)

Alateemat: netissä oleva apu, someviestintä, tutustumissovellukset

- ”-- Kuntien ylläpitämät sovellukset, joissa nuoret voivat tutustua.”
- ”-- Netin välityksellä voi olla alustoja jossa ihmiset voivat keskustella ja ystäväystyä.”
- ”-- tuki ja apu netissä, nuorten palstat --”

Vaikuta!-päivät

Tredu, Mentimeter-kysely
9.2.2024

Miten kaupunki voisi tukea nuorten arkea ja mielen hyvinvointia? n=26



Nuorisotilojen ja - tapahtumien tarjoaminen (n=10)

Alateemat: matalan kynnykset tapahtumat, nuorisotilat

- ”Järjestämällä matala kynnyksisiä palveluita ja toimintaa varallisuudesta tai asemasta riippumatta.”
- ”Järjestämällä nuorille suunnattuja tapahtumia”
- ”Nuorisotiloja tarvitaan aina. --”

Mielenterveyspalvelujen monipuolisuus (n=9)

Alateemat: walk in -terapia, matalan kynnyksen palvelut

- ”Enemmän mielenterveyspalveluita ilman pitkiä jonotusaikoja.”
- ”Lisää walk in terapia mahdollisuuksia”
- ”-- Säännöllinen mielenterveyden seuranta. --”

Harrastusmahdollisuuksien lisääminen

(n=6)

Alateemat: monipuoliset harrastusmahdollisuudet, ilmaiset harrastukset

- ”Harrastusten mahdollistaminen vähävaraisille”
- ”Enemmän monipuolista ja ilmaista harrastetoimintaa. --”

Nuorten ja perheiden tukeminen

(n=4)

Alateemat: tuen lisääminen, nuorten kannustaminen

- ”Vanhempien ja perheiden tukeminen --”
- ” Kouluvuostajia lisää. -- ”
- ” --tarvitsekaan enemmän suunnitelmia ammattilaiselta, joka voi kannustaa nuoria olla enemmän sosiaalisia.”

Nuorten vaikutusmahdollisuuksien lisääminen (n=4)

Alateemat:
vaikuttamistilaisuudet, omien mielipiteiden kertominen muille

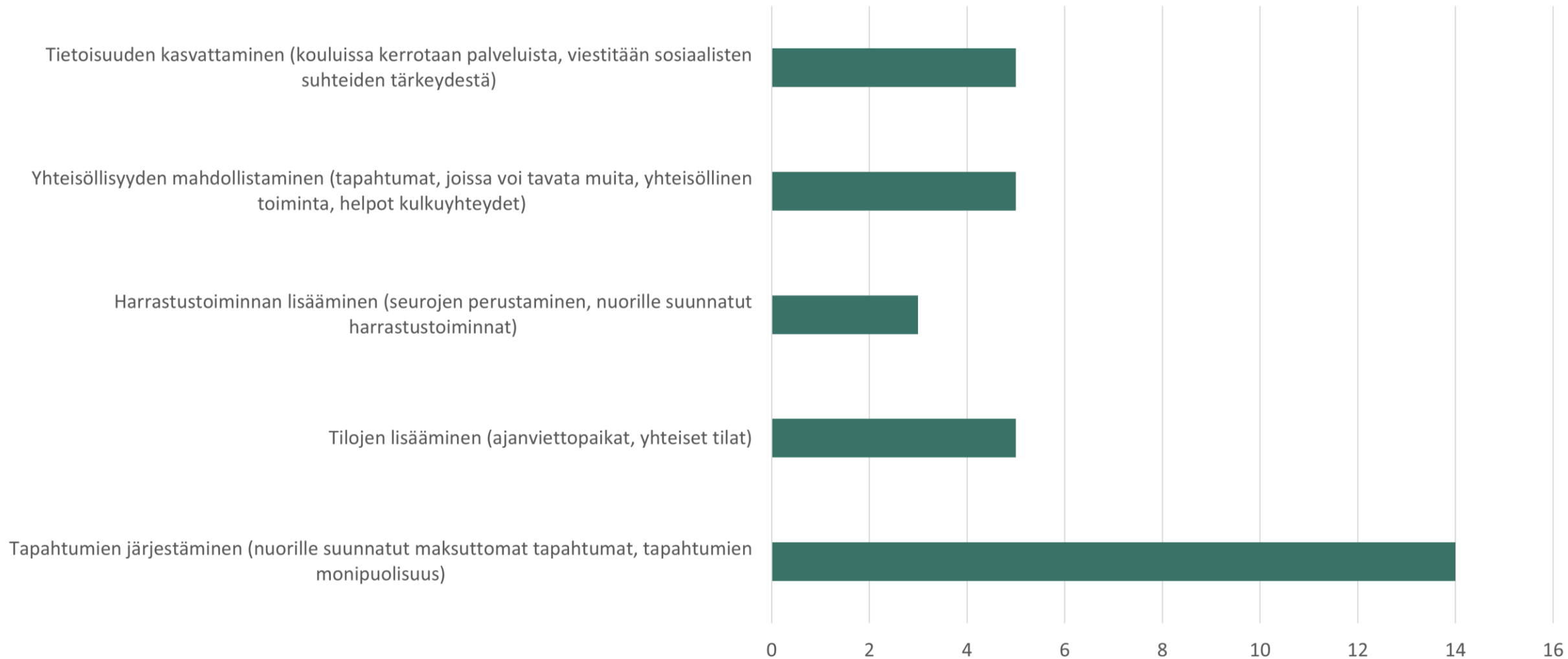
- ”Semmosii osallistumis tapahtumia jossa on tiloja. Joihin nuoret pääsevät puhumaan ja kertomaan mieli piteensä”
- ”Järjestämällä tiloja jossa nuoret pääsevät vaikuttamaan”

Ulkopuolisuuden ehkäiseminen (n=3)

Alateemat: kiusaamisen ennaltaehkäisy, rasismiin ja häirintään puuttuminen

- ”Ennalta ehkäistä kiusaamista, syrjintää, rasismia.”
- ”--Ehkäistään syrjäytymisvaaraa.-
_”

Miten kaupunki voisi ehkäistä nuorten yksinäisyyttä? n=25



Tapahtumien järjestäminen

(n=14)

Alateemat: nuorille suunnatut maksuttomat tapahtumat, tapahtumien monipuolisuus

- ”Pop-up tapahtumia eri alueille”
- ”Järjestää enemmän maksuttomia tapahtumia nuorille.”
- ”Paljon monipuolisia, ilmaisia tapahtumia ja toimintaa.”
- ”Tapahtumia jossa aloittavat muusikot voisivat harjoitella esiintymistä, maksuttomia osallistujille”

Tilojen lisääminen

(n=5)

Alateemat: ajanviettopaikat, yhteiset tilat

- ”Järjestämällä tiloja joissa ihmiset voisivat tutustua toisiinsa ja viettää aikaa,”
- ”-- joku varattava tila jossa kokoontua leffalle tai kahville.”
- ”Enemmän nuorille yhteisiä tiloja.”

Yhteisöllisyyden mahdollistaminen

(n=5)

Alateemat: tapahtumat, joissa voi tavata muita, yhteisöllinen toiminta, helpot kulkuyhteydet

- ”Lisää nuoria kiinnostavia tapahtumia, joissa on mahdollisuus tavata muita.”
- ”Yhteisöllistä toimintaa kouluissa, nuorisotaloilla ja harrastuksissa.”

Tietoisuuden kasvattaminen (n=5)

Alateemat: kerrotaan palveluista, viestitään sosiaalisten suhteiden tärkeydestä

- ”Nuorisotilojen henkilökunta voisi jalkautua oppilaitoksiin esittelemään tilojen toimintaa.”
- ”Tekemällä enemmän mainoksia, jotka lisää tietoisuutta sosiaalisten suhteiden tärkeydestä..”

Harrastustoiminnan lisääminen (n=3)

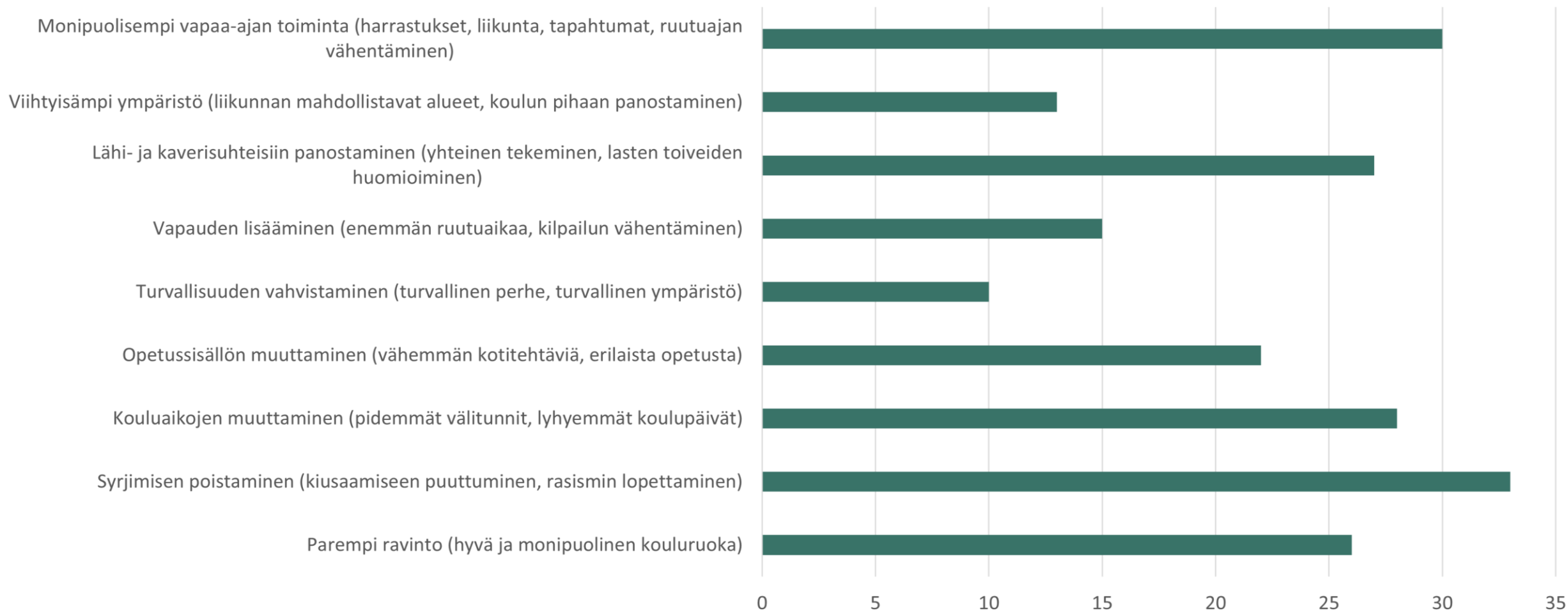
Alateemat: seurojen perustaminen, nuorille suunnatut harrastustoiminnat

- ”Nuorille suunnattua harrastustoimintaa ja tapahtumia”
- ”Perustaisi seuroja missä ihmiset voisi tutustua”

Vaikuta!-päivät

4.-luokkalaisten Mentimeter-kysely
14.3.2024

Minkä asian pitäisi muuttua, jotta lapset ja nuoret olisivat onnellisempia ja kokisivat voivansa arjessa paremmin? n=166



Syrjimisen poistaminen (n=33)

Alateemat: kiusaamiseen puuttuminen, rasismien lopettaminen

- ”Tehdään kiusaamiselle jotain ja otetaan kaikki huomioon.”
- ”Ei kiusaamista tai rasismia --”
- ”Ei olisi kiusaamista ja että lapsen kehoa ei haukuta!”

Monipuolisempi vapaa-ajan toiminta (n=30)

Alateemat: harrastukset, liikunta, tapahtumat, ruutuajan vähentäminen

- ”Olisi enemmän tällaisia ilmaisia tapahtumia ja taloja joihin koulujen jälkeen lapset voivat tulla viettämään aikaa. Näin voisi vähentää turhaa oleskelua ja rahan käyttöä kaupungilla.”
- ”Lapset voisivat harrastaa eri harrastuksia, että he voisivat seurata unelmia”
- ”Lyhyemmät ruutuajat”

Kouluaikeiden muuttaminen (n=28)

Alateemat: pidemmät välitunnit, lyhyemmät koulupäivät

- ”Koulu alkaa myöhemmin niin saa levätä”
- ”Kouluterveydenhuolto olisi auki pidempään”
- ”Ei olisi niin paljon koulua”
- ”Pitemmät välitunnit”

Lähi- ja kaverisuhteisiin panostaminen (n=27)

Alateemat: yhteinen tekeminen, lasten toiveiden huomioiminen

- ”Aikuiset kuuntelisivat enemmän lasten mielipiteitä. Aikuisilla ei olisi niin pitkään töitä.--”
- ”Ollaan ystävällisiä toiselle ❤️”
- ”Enemmän ystävien ja perheen kanssa oloa, Vähennetään ruutuaikaa että, ollaan enemmän ystävien kanssa.”

Parempi ravinto (n=26)

Alateemat: hyvä ja monipuolinen kouluruoka

- ”Koulussa olisi parempaa ruokaa.esim kalapuikkoja.”
- ”3.- ja 4.-luokkalaisille välipaloja”
- ”Kouluruoka olisi ravitsevampaa ja monipuolisempaa”

Opetussisällön muuttaminen (n=22)

Alateemat: vähemmän kotitehtäviä, erilaista opetusta

- ”Koulussa puhuttaisiin enemmän erilaisuudesta”
- ”Koulu tunneille enemmän luovuus tunteja ja Vapaa aikaa tunnilla”
- ”Läksyä vähempi.”
- ”Ei kokeita”

Vapauden lisääminen (n=15)

Alateemat: enemmän vapaata ja ruutuaikaa, vähemmän kilpailua

- ”He saisivat enemmän omaa aikaa”
- ”Pelata kännykällä enemmän”
- ”Vanhemmat antaisivat vapautta ja tilaa”
- ”Ei ois kilpailuja sisarusten kanssa”

Viihtyisämpi ympäristö (n=13)

Alateemat: liikunnan mahdollistavat alueet, koulun pihaan panostaminen

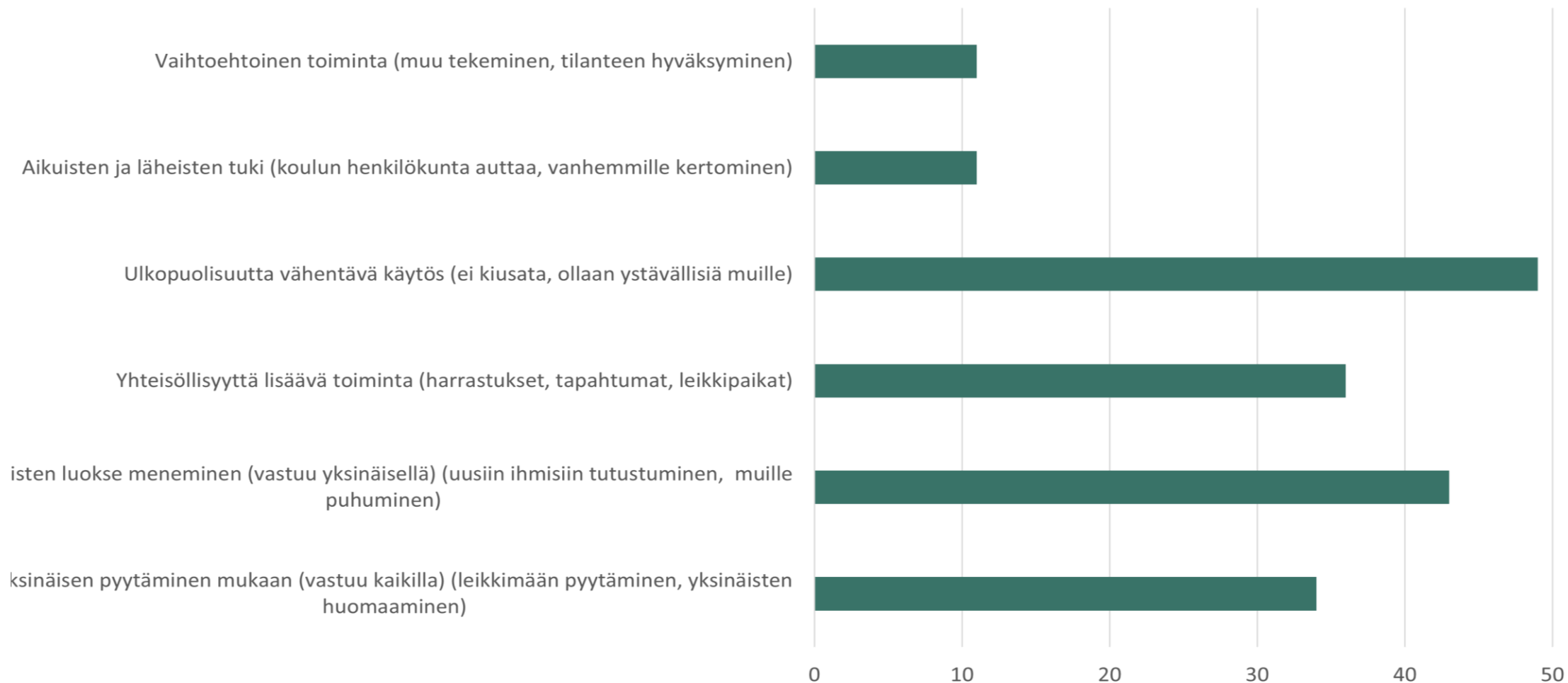
- ”Paremmat futismaalit”
- ”Koulujen leikkipihaat pitäisi olla parempia”
- ”Koulun pihan puskia ei rikottaisi/katkottaisi”
- ”Siisteys”

Turvallisuuden vahvistaminen (n=10)

Alateemat: turvallinen perhe, turvallinen ympäristö

- ”Turvalliset läheiset”
- ”Enemmän asioita, jotka rauhoittavat lapsia”
- ”Ei hämäriä tyyppejä kaikkialla”
- ”Autot ei olisi puhelimella, kun ajaa, ettei jää lapsi alle.”

Mitä tekemällä yksinäisyyttä voisi vähentää? (n=151)



Ulkopuolisuutta vähentävä käytös

(n=49)

Alateemat: ei kiusata, ollaan ystävällisiä muille

- ”Kaikki voisivat yrittää olla ystävällisiä”
- ”Koulussa suhtauduttaisiin enemmän yksinäisyyteen esim. kysymyksillä”
- ”Että koulussa ei syrjitä ja kaikki tuntee olevansa turvassa”
- ”Ei kiusaamista eikä rasismiaaa”
- ”Otetaan kaikki huomioon ja kohdellaan kaikkia samanarvoisesti.”

Ihmisten luokse meneminen (vastuu yksinäisellä) (n=43)

Alateemat: uusiin ihmisiin tutustuminen, muille puhuminen

- ”Koittaa mennä kysymään, että pääseekö mukaan leikkiin”
- ”Meet kysyyn, ollaanks kavereita”
- ”Lapset voisi tutustua muihin enemmän”
- ”Ei olla ujo. Mee kysyyn, voidaanko pelata yhdessä”

Yksinäisen pyytäminen mukaan (vastuu kaikilla) (n=34)

Alateemat: leikkimään pyytäminen, yksinäisten huomaaminen

- ”Kukaan ei joutuisi olemaan yksin. Jos jonkun näkee yksin esim. koulussa, käydään pyytämään mukaan”
- ”Voisi kysyä yksinäiseltä näyttävältä, että haluatko olla yksin tai onko sulla kavereita”
- ”Ottaa kaikki mukaan leikkeihin”

Yhteisöllisyyttä lisäävä toiminta

(n=36)

Alateemat: harrastukset, käytännön ratkaisut, leikkipaikat

- ”Lapsien ja nuorien pitäisi saada kavereita enemmän erilaisten harrastusten tai kerhojen kautta”
- ”Voisi järjestää ystäväystymistapahtumia”
- ”Joku ystävä appi”
- ”On kavereita rauhaa ja iloa leikkimistä ja vaikka kalastusta tai jotain”

Aikuisten ja läheisten tuki

(n=11)

Alateemat: koulun henkilökunta auttaa, aikuiselle kertominen

- ”Opettajat voisi auttaa”
- ”Puhuis vaikka koulukuraattorille tai vanhemmille”
- ”Olisi joku paikka, mihin tulla sanomaan, että on yksinäinen”

Vaihtoehtoinen toiminta (n=11)

Alateemat: muu tekeminen, tilanteen hyväksyminen

- ”Pelaan Forttia, katon Youtubee”
- ”Opetella viihtymään yksin”
- ”Tehä mielikuvituskaveri”
- ”Hanki kissa”
- ”Hanki koira”