

# VECKANS FRÅGA, VECKA 5-6 (29.1-9.2.2025)

ANTAL RESPONDENTER: 444

Felmarginalen är 5 procent och därmed kan svaren anses spegla åsikterna hos befolkningen i Jakobstad.

## HÄLSOBAROMETER 2025

Invånarna ställdes frågorna: *"Ijfol vid denna tidpunkt gjordes en undersökning om hälsa och välmående hos invånarna i Jakobstad via detta forum. Vi är nu igen intresserade av hur invånarna i Jakobstad bedömer sin hälsa och sitt välmående för att se i vilken riktning utvecklingen gått.*

*(1=mycket dålig, 2=dålig, 3=varken god eller dålig, 4=god, 5=mycket god)"*

| 2025                                     | 1           | 2           | 3            | 4            | 5            | Medelvärde | Median     |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|
| Hur skulle du bedöma din fysiska hälsa?  | 1,4%        | 9,0%        | 34,0%        | 42,8%        | 12,8%        | 3,6        | 4,0        |
| Hur skulle du bedöma din psysiska hälsa? | 1,1%        | 6,5%        | 20,3%        | 48,2%        | 23,9%        | 3,9        | 4,0        |
| <b>Totalt</b>                            | <b>1,3%</b> | <b>7,8%</b> | <b>27,2%</b> | <b>45,5%</b> | <b>18,4%</b> | <b>3,7</b> | <b>4,0</b> |

| 2024                                     | 1           | 2           | 3            | 4            | 5            | Medelvärde | Median     |
|--|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|
| Hur skulle du bedöma din fysiska hälsa?  | 1,5%        | 11,2%       | 34,8%        | 42,3%        | 10,2%        | 3,5        | 4,0        |
| Hur skulle du bedöma din psysiska hälsa? | 1,7%        | 7,1%        | 19,9%        | 49,0%        | 22,3%        | 3,8        | 4,0        |
| <b>Totalt</b>                            | <b>1,6%</b> | <b>9,2%</b> | <b>27,4%</b> | <b>45,7%</b> | <b>16,3%</b> | <b>3,7</b> | <b>4,0</b> |

Jakobstadsborna mår i genomsnitt bra. Medianvärdet för både *fysisk* och *psykisk hälsa* är enligt invånarnas egen bedömning 4, det vill säga gott. I jämförelse med i fjol (2024) så kan man se en liten förändring till det bättre, en högre procentuell andel har angett alternativen god eller mycket god år 2025 (fysisk hälsa: 55,6% och psykisk hälsa 72,1 %) jämfört med 2024 (fysisk hälsa: 52,5 % och psykisk hälsa: 71,3%).

*"Hur nöjd är du med följande förhållanden i ditt liv?"*

*(1=mycket missnöjd 2=missnöjd, 3=varken nöjd eller missnöjd, 4=nöjd, 5=mycket nöjd)"*

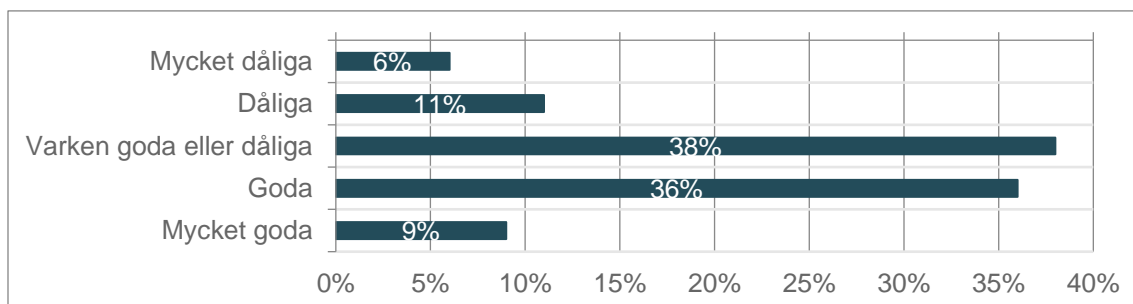
| 2025   | 1           | 2            | 3            | 4            | 5            | Medelvärde | Median     |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|
| Motion   | 3,8%        | 17,4%        | 30,6%        | 34,5%        | 13,7%        | 3,4        | 3,0        |
| Sömn   | 4,5%        | 16,0%        | 30,9%        | 39,6%        | 9,0%         | 3,3        | 3,0        |
| Kost och matvanor                              | 1,3%        | 8,8%         | 29,5%        | 50,0%        | 10,4%        | 3,6        | 4,0        |
| Socialt umgänge                                | 4,1%        | 10,6%        | 31,5%        | 40,5%        | 13,3%        | 3,5        | 4,0        |
| Ork i vardagen                                 | 3,4%        | 16,4%        | 28,2%        | 40,3%        | 11,7%        | 3,4        | 4,0        |
| Möjligheterna att själv påverka ditt välmående | 2,5%        | 7,0%         | 21,2%        | 41,6%        | 27,7%        | 3,9        | 4,0        |
| <b>Totalt</b>                                  | <b>3,3%</b> | <b>12,7%</b> | <b>28,7%</b> | <b>41,1%</b> | <b>14,3%</b> | <b>3,5</b> | <b>4,0</b> |

| 2024   | 1           | 2            | 3            | 4            | 5            | Medelvärde | Median     |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|
| Motion   | 5,2%        | 20,1%        | 35,4%        | 28,3%        | 11,0%        | 3,2        | 3,0        |
| Sömn   | 2,8%        | 17,5%        | 30,4%        | 38,9%        | 10,4%        | 3,4        | 3,0        |
| Kost och matvanor                              | 1,3%        | 11,2%        | 33,5%        | 43,6%        | 10,4%        | 3,5        | 4,0        |
| Socialt umgänge                                | 2,6%        | 13,4%        | 29,8%        | 39,3%        | 14,9%        | 3,5        | 4,0        |
| Ork i vardagen                                 | 3,4%        | 14,9%        | 28,1%        | 43,0%        | 10,6%        | 3,4        | 4,0        |
| Möjligheterna att själv påverka ditt välmående | 1,3%        | 8,0%         | 24,2%        | 44,0%        | 22,5%        | 3,8        | 4,0        |
| <b>Totalt</b>                                  | <b>2,8%</b> | <b>14,2%</b> | <b>30,2%</b> | <b>39,5%</b> | <b>13,3%</b> | <b>3,5</b> | <b>4,0</b> |

Precis som ifjol säger sig Jakobstadsborna vara nöjda med följande förhållanden i sitt liv: *kost och matvanor, socialt umgänge, ork i vardagen* och *möjligheterna att själv påverka ditt välmående*.

Vad gäller *motion* och *sömn* är det aningen sämre ställt och medianvärdet är där 3, det vill säga Jakobstadsborna är varken nöjda eller missnöjda. I jämförelse med ifjol (2024) så kan man också här se en liten förändring till det bättre, en högre procentuell andel har angett alternativen god eller mycket god år 2025 (totalt: 55,4 %) jämfört med 2024: (totalt: 52,8%).

*"Hur upplever du möjligheterna att bli delaktig i olika sociala nätverk i staden? (du har möjlighet att kommentera ditt val)"*



45 procent (2024: 48%) upplever att möjligheterna att bli delaktig i olika sociala nätverk i staden är goda eller mycket goda och endast 17 procent (2024: 17 %) upplever att möjligheterna är dåliga eller mycket dåliga. Exempel på olika kommentarer:

***Mycket goda:***

-För mig så har jag inte svårt att få nya vänner och har vänner jag känt sen liten som jag även nu hänger med.

-On mahdollisuuksia ja myös voimavaroja

***Goda:***

-om jag vill anmäler jag mig till kurser, föreningar osv

-Useimpiin itseäni kiinnostaviin on helppo osallistua

-yhdistyksiä riittää

-Det är helt upp till mig själv om jag deltar i sociala nätverk. Utbud finns det gott om!

-Monipuolista tarjontaa. Enemmän kiinni omasta asenteesta kuin kielitaidosta

***Varken goda eller dåliga:***

-Vardagslivet med familj och jobb tar det mesta av tiden. De föreningar som finns kunde vara bättre på att bjuda in nya medlemmar. Nu är ofta infon som finns för de som redan är engagerade.

-Eipä täällä muuta minulle ole kuin työ

-När man inte arbetar i staden så är det inte så lätt att komma in i de sociala sammanhangen

-Itsestä kiinni, haluaako vai ei. Mutta kaikkiin porukoihin ei pääse sisään.

***Dåliga:***

-Kaipasin kaikille avoimia vuoden ympäri pyöriviä tanssi, laulu tai teatteri ryhmiä jotka voisivat esiintyä kun vaikka jaakonpäivillä ym

-Det finns inget jag är intresserad av

-Suomenkielisille pienten lasten vanhemmille on erittäin huonosti kohtaamispaikkoja tai järjestettyä toimintaa/ryhmiä/harrastuksia/kahviloita

-De sociala nätverken är redan satta och det är svårt att komma in.

***Mycket dåliga:***

-ei ole sellaista suomenkielistä toimintaa mihin kiinnostaisi lähteä mukaan, kaikkialla aina samat naamat

-Delta i aktiviteter är lätt, men det leder i stort sett aldrig till socialt nätverk

-Tiedon saanti eri tapahtumista on nykyään 0

-Suomenkielisenä tänne muuttaneena aikuisena sosiaalisten suhteiden luominen on kyllä aika haasteellista

### ***”Vilka saker förstärker din vardagliga välfärd?”***

233 personer svarade på frågan. Det sociala nätverket i form av familj, vänner och kollegor uppskattades av många. Möjligheterna till rekreation, idrott och kulturella aktiviteter i staden uppskattades också. Flera lyfte även fram att en vardag som flyter på smidigt via bland annat väl underhållen infrastruktur och motionsplatser samt ett fungerande skolväsende bidrar till känslan av välbefinnande.

### ***”På vilket sätt skulle du vilja vara med och påverka stadens verksamhet?”***

158 personer svarade på frågan. Möjligheten att påverka via Jeppis Gallup-förfrågningarna är uppskattad, en del skulle även önska att man ännu tydligare redogör för vad svaren från Jeppis Gallup leder till. Tjänsterna för stadens finskspråkiga anses av flera ha blivit sämre, i synnerhet efter att den finskspråkiga lokaltidningen avvecklades. Nya forum att följa med beslutsgången och delta i diskussionen efterlyses. Över lag uppskattas att stadens beslutsfattare och tjänstemän arrangerar ännu fler infotillfällen för stadens invånare.

## **NÄSTA STEG**

Tanken är att Hälsobarometern utförs årligen och utgör en viktig jämförelse över hur stadens invånare upplever sig må. Över lag framkommer inga stora förändringar i resultaten av årets förfrågning jämfört med år 2024.

De flesta uppger sig trots allt må relativt väl, men såklart finns det även saker att jobba vidare på såväl för staden Jakobstad, tredje sektorn och invånarna själva som kan öka välbefinnandet i staden. Att alla bryr sig om staden och varandra är en viktig utgångspunkt.

Under våren 2025 kommer stadens välfärdsberättelse för stadsfullmäktiges nuvarande mandatperiod samt välfärdsplan för följande mandatperiod utarbetas. Utöver statistik som bland annat Institutet för hälsa och välfärd (THL) tillhandahåller innehåller även denna Hälsobarometer viktig bakgrundsfakta som kommer att tas i beaktan i detta arbete.

*Mera information:*

*Fredric Portin, chef för idrotts- och välfärdstjänster, tel. 044 785 1529, [fredric.portin@jakobstad.fi](mailto:fredric.portin@jakobstad.fi)*