

# VIIKON KYSYMYS, VIIKKO 20-21 (13.-24.5.2026)

VASTAAJIEN MÄÄRÄ: 319

Virhemarginaali on 5 prosenttia ja näin ollen vastausten voidaan katsoa kuvaavan Pietarsaaren asukkaiden mielipiteitä melko hyvin.

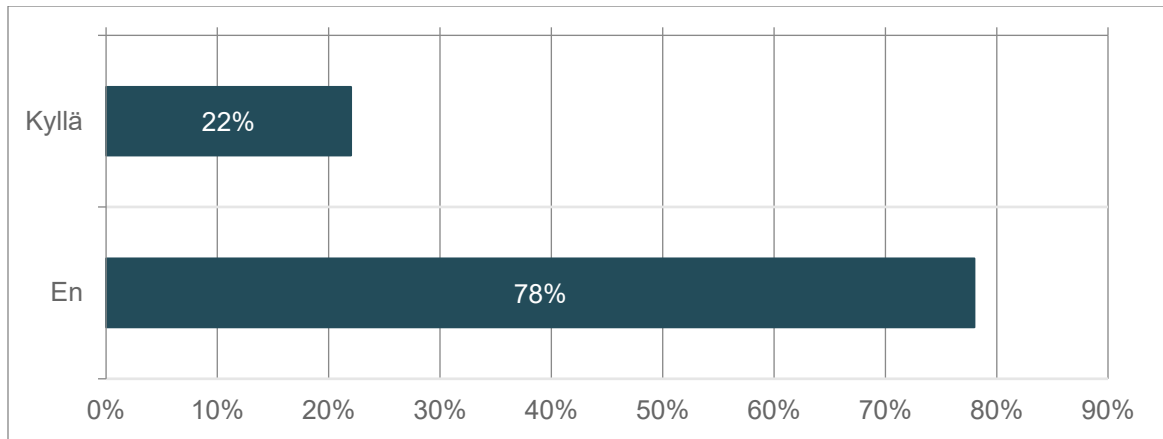
## LIIKUNTANEUVONTA

Viikon kysymyksessä asukkailta kysyttiin seuraavaa: ***"Tiesitkö, että Pietarsaaren liikuntapalvelut tarjoavat maksutonta liikuntaneuvontaa kaupungin asukkaille? Liikuntaneuvontaa koskeva asukasfoorumi järjestetään keskiviikkona 20.5.2026 klo 16-17 Pietarsaaren kirjastossa – tulethan mukaan kuulemaan lisää konseptista.***

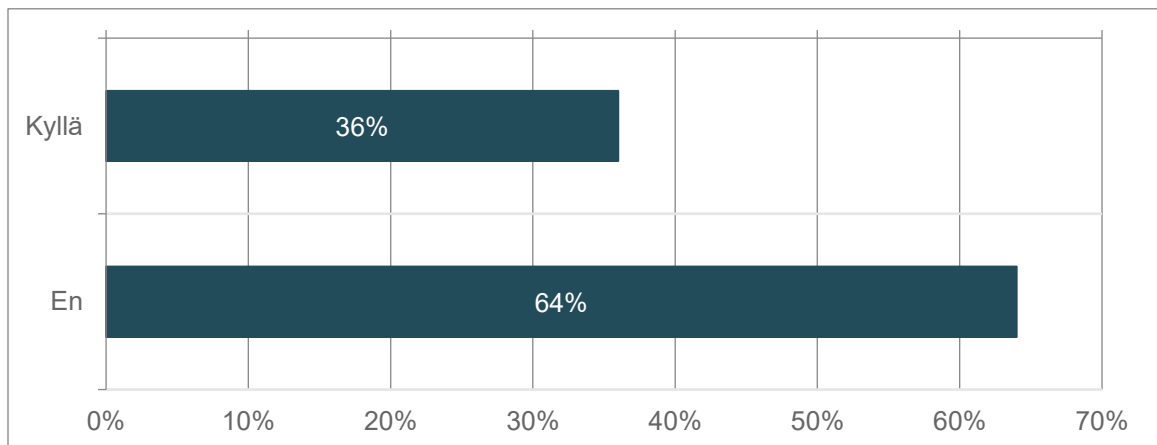
***Pietarsaaren liikuntaneuvonta on suunnattu kaikenikäisille. Juuri sinä olet tervetullut varaamaan maksuttoman ajan saadaksesi tukea aktiivisemmän elämäntavan aloittamiseen!***

***Lisätietoja ja yhteystiedot löytyvät [kaupungin verkkosivuilta](#).***

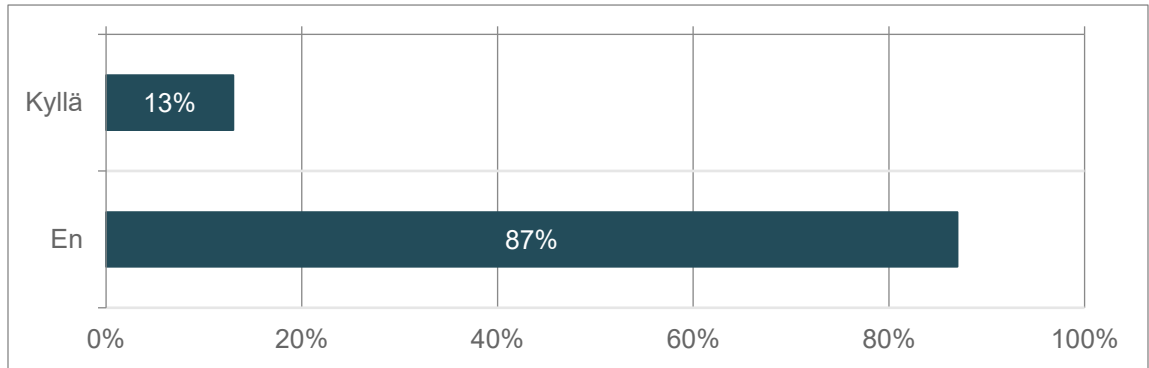
***Tiedätkö, mitä [liikuntaneuvonta](#) on?"***



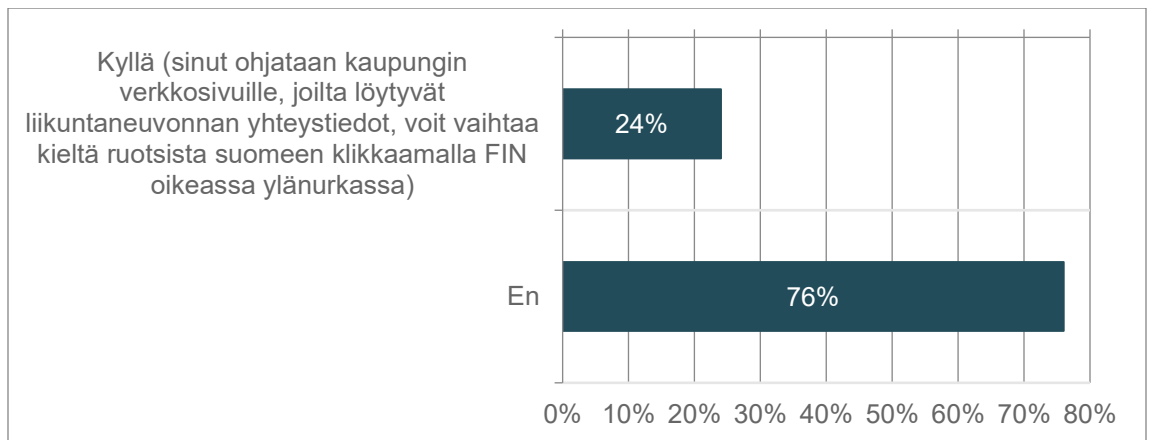
***"Tiedätkö Suomessa käytössä olevat [kansalliset liikuntasuositukset](#)?"***



*"Aiotko osallistua liikuntaneuvontaa käsittelevään asukasfoorumiin 20.5. klo 16-17 kirjastossa?"*



*"Haluaisitko saada tukea löytääksesi arkeesi enemmän liikuntaa edistäviä rutiineja?"*



## SEURAAVA VAIHE

Kiitämme kaikkia, jotka ovat vastanneet kysymyksiin ja perehtyneet siihen, mitä liikuntaneuvonta on. Asukasfoorumi järjestettiin 20.5.2026, jossa näitä kysymyksiä käsiteltiin vielä tarkemmin.

Kaupungin liikuntapalvelut toivovat, että jokainen arvostaa omaa fyysistä toimintakykyään; tutkimusten mukaan fyysisesti aktiivisella elämäntavalla on selkeä vaikutus muun muassa psykologiseen resilienssiin ja hyvinvointiin yleisesti. Liikuntaneuvontapalvelun kautta kaikilla Pietarsaareissa asuvilla on hyvä ja maksuton mahdollisuus saada tukea tämän prosessin käynnistämiseen ja kehittämiseen.

Älä siis epäröi panostaa hyvinvointiisi; ota rohkeasti yhteyttä kaupungin liikuntaneuvojaan Marja Erikssoniin ja sovi aika aloitustapaamiseen. Marjan puhelinnumero on 044 785 1652, sähköposti: [marja.eriksson@pietarsaari.fi](mailto:marja.eriksson@pietarsaari.fi)

*Lisätietoa:*

*Fredric Portin, liikunta- ja hyvinvointipäällikkö, puh. 044 785 1529, [fredric.portin@pietarsaari.fi](mailto:fredric.portin@pietarsaari.fi)*