

Hyvä Päivä-ryhmän mitä kuuluu?-kysely 2025

1. Paikkakunta, jolla kävit Hyvä Päivä -ryhmän?

2. Hyvä Päivä -tapaamisten välillä tehtiin hyvinvointikokeiluja. Jäikö jokin kokeilemasi asia osaksi omaa arkeasi?

- ☐ Kyllä, mikä?

- ☐ Osittain, kertoisitko millä tavalla?

- ☐ Ei, kertoisitko miksi?

3. Hyvä Päivä -ryhmässä käsiteltiin terveellisiä elintapoja. Teemoina olivat arkirytm, liike, ruoka ja mieli. Oletko tehnyt arjessasi hyvinvointia tukevia asioita Hyvä Päivä -ryhmän myötä?

- ☐ Kyllä, millaisia?

- ☐ En, kertoisitko miksi?

- ☐ En vielä, mutta aion tehdä jatkossa, millaisia?

4. Pohdi kokemustasi ryhmään osallistumisesta ja vastaa seuraaviin väittämiin

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	En osaa sanoa
Osallistuminen Hyvä Päivä -ryhmään tuki arjessa jaksamista	☐	☐	☐	☐	☐
Ryhmässä käsiteltyjä asioita oli helppo kokeilla omassa arjessa	☐	☐	☐	☐	☐
Ryhmään osallistuminen tuki omaa hyvinvointiani	☐	☐	☐	☐	☐

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	En osaa sanoa
Opin uutta terveydestä ja hyvinvoinnista	☐	☐	☐	☐	☐

5. Millaisia asioita Hyvä Päivä -ryhmästä jäi päällimmäisenä mieleen? Vapaa sana!

6. Minkälaista tukea tarvitsisit, jotta voisit jatkaa hyvinvointiasi lisäävien asioiden tekemistä arjessasi?

Webropol-lomakkeella annetut vastaukset tallentuvat Telia Cygate Oy:n kotimaiselle pilvialustalle, joka on saavuttanut tietoturvan ISO 27001 -sertifiointin. Webropol-palvelun kautta lomakkeella annettujen vastausten lisäksi ei kerätä vastaajan IP-osoitetta eikä muita henkilötietoja. Vastaukset säilytetään Webropol -palvelussa projektin vaatiman ajan. Tämän jälkeen vastaukset poistetaan Webropolista.