



Tervise
Arengu
Instituut

Kohaliku omavalitsuse roll oma inimeste eluea pikendamisel ja tervise parandamisel

Katre Seema

paikkonna ja töökohtade valdkond
tervise ja heaolu edendamise keskus
Tervise Arengu Instituut

18.08.2021

Millest ma täna räägin?

- **Tervisenäitajad**, trendid ja kuhu me tahame jõuda?
- **TAI** sihtidest ja eesmärkidest tervise ja heaolu edendamisel
- Mida saab **kohalikus omavalitsuses** ära teha, mis kasu see toob ja milliseid ressursse see nõuab?
 - Tervise- ja heaolu profiil kui võimalus
 - „Rahvatervise valdkonna võimekuse ja kompetentside suurendamine kohalikes omavalitsustes“ projekt kui võimalus
- Kokkuvõte



Tervis on täieliku füüsilise, vaimse ja sotsiaalse heaolu

seisund, mitte ainult haiguste või füüsilise vea puudumine.

Maailma Terviseorganisatsioon

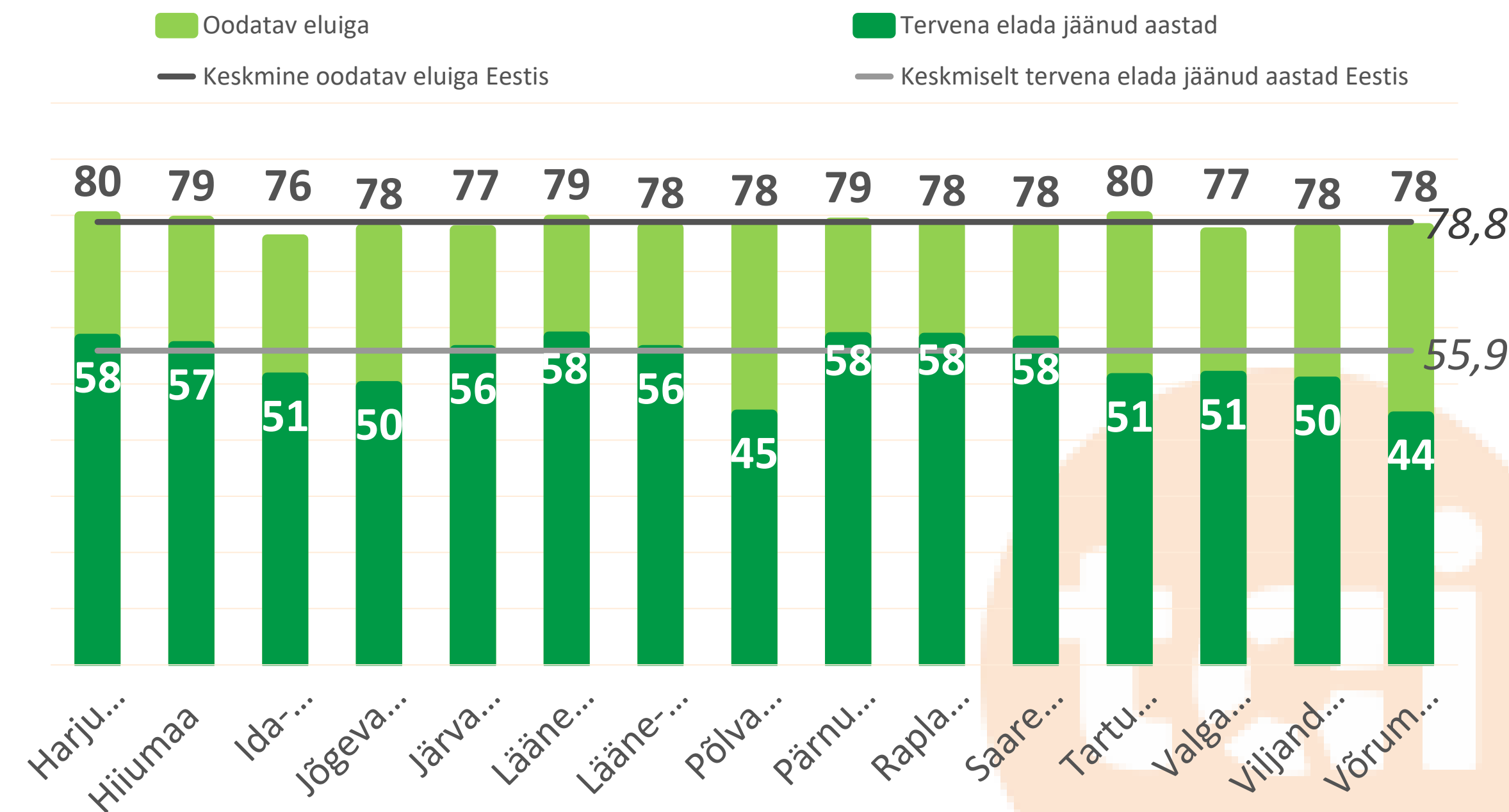
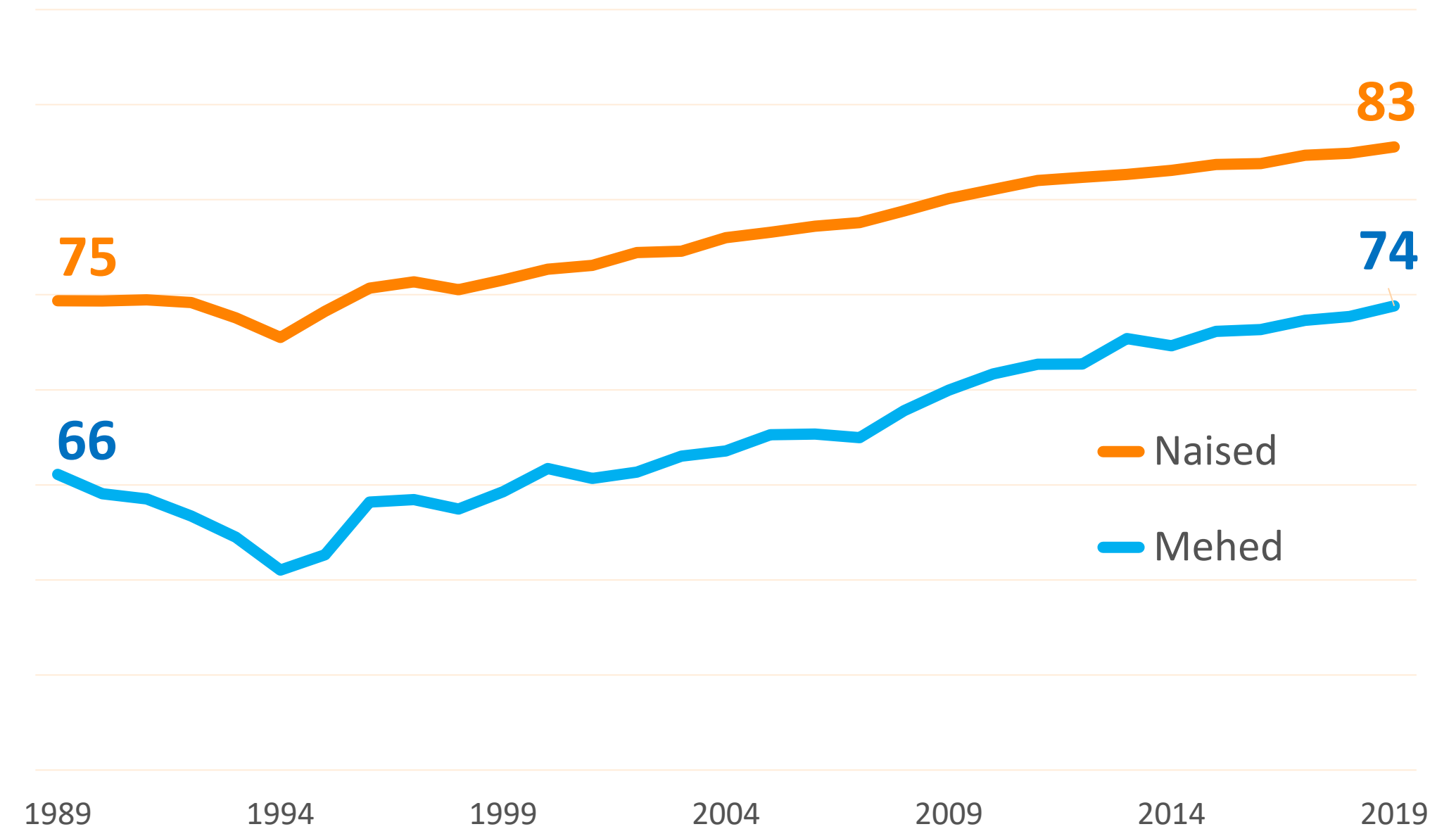
1948

Rahvastiku tervise arengukava

2020-2030 eesmärgid:

- **Keskmine oodatav eluiga** kasvab,
- **Tervena elatud aastate arv** kasvab ja kasvab kiiremini kui keskmine oodatav eluiga;
- **Ebavõrdsus tervises** (sugude, piirkondade ja haridustasemete vahel) väheneb.

Keskmine oodatav eluiga inimese sünnihetkel (aastat)



Andmed joonistele: Statistika andmebaas

Tervise seisund

Tervise enesehinnang

Oma tervist hindas **heaks või üsna heaks 57,4%** 16-64-a elanikest

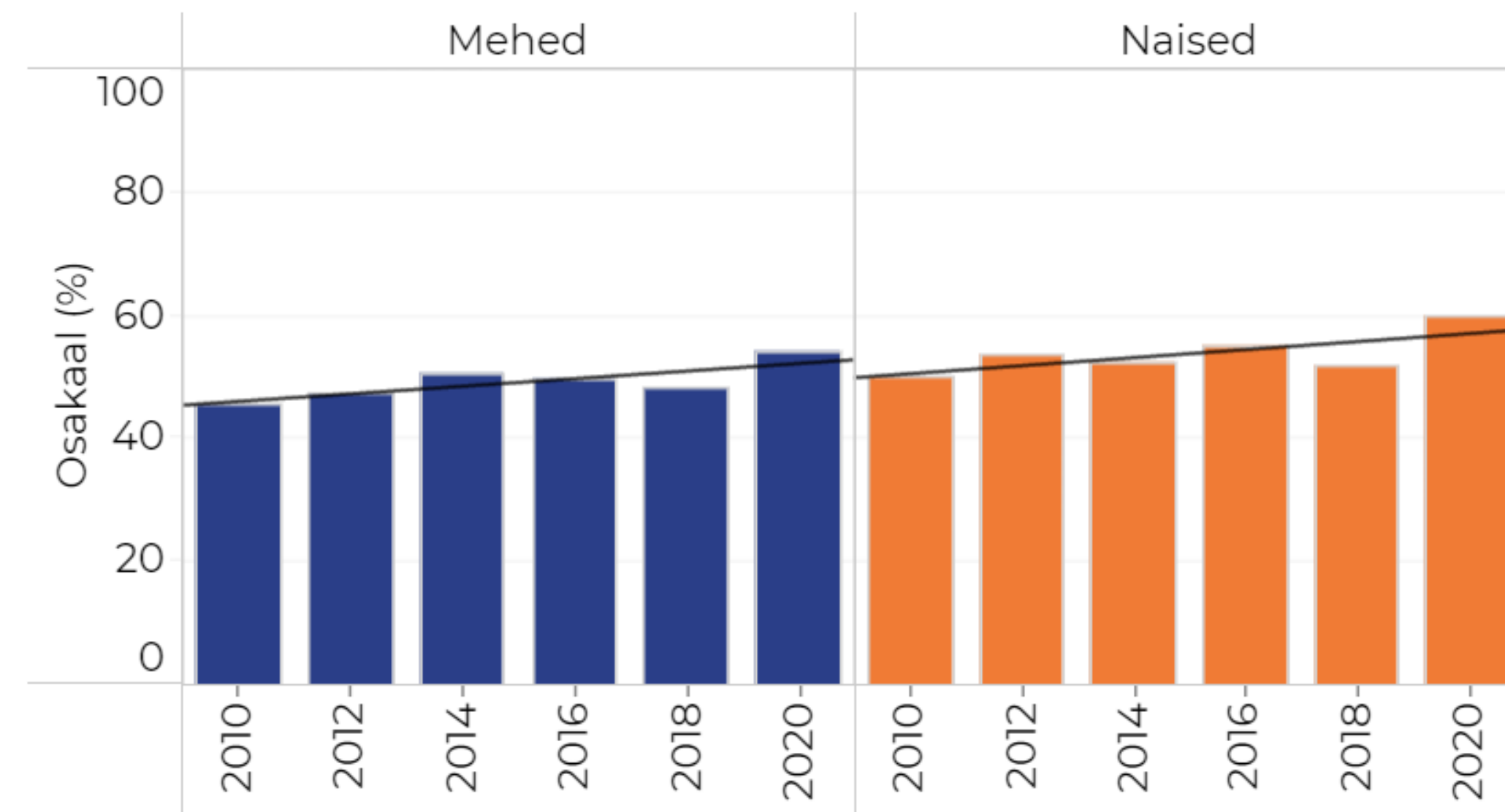
Halva või üsna halva tervise enesehinnanguga vastajaid **9,5%**

Hea tervis on sagedasem nooremates vanuserühmades, eestlastel ning kõrgharidusega vastajatel.

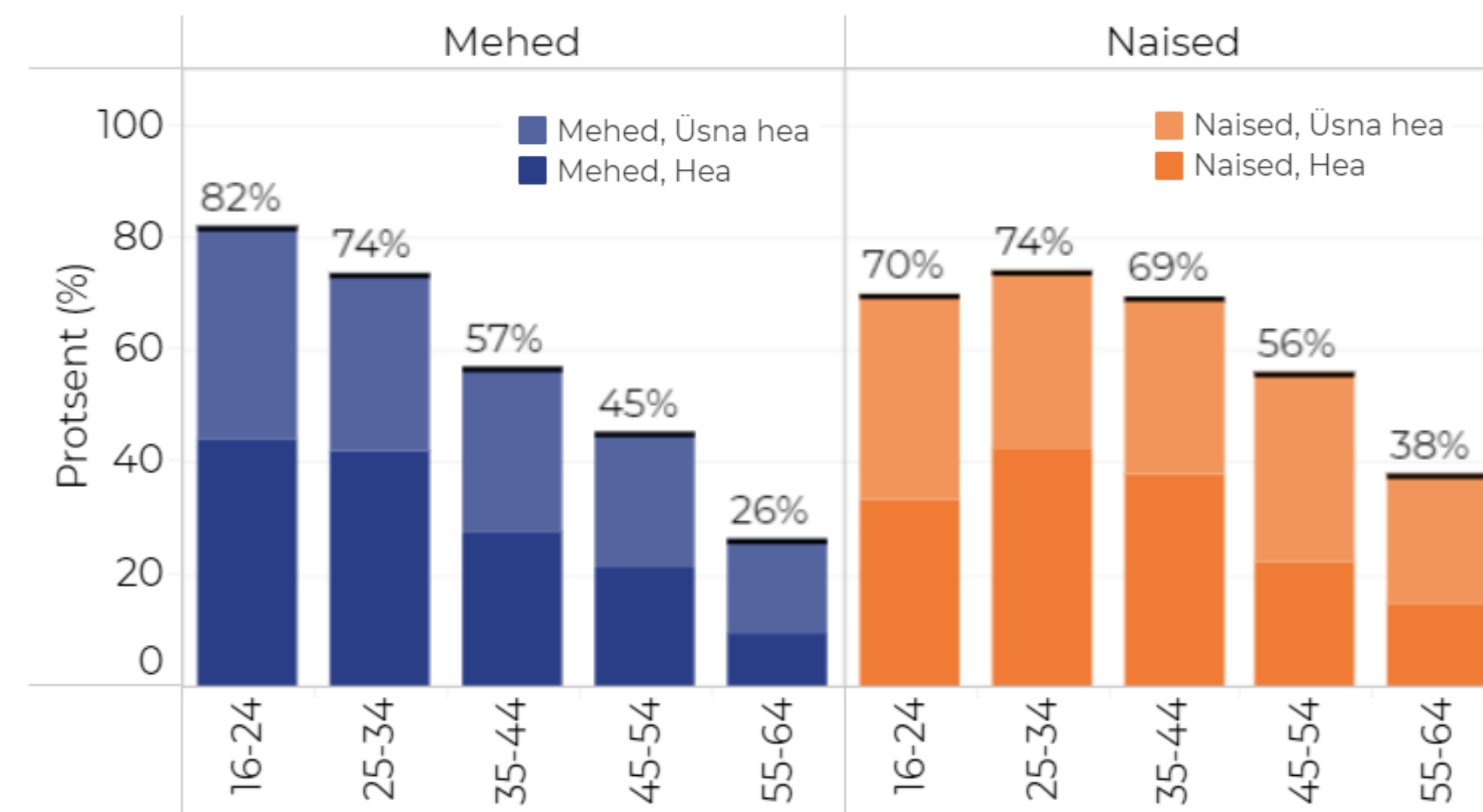
Pikaajalise terviseprobleemi olemasolu

45,3% 16-64-a elanikest

Hea/üsna hea tervise enesehinnang, 2010-2020
Vanuserühmad kokku



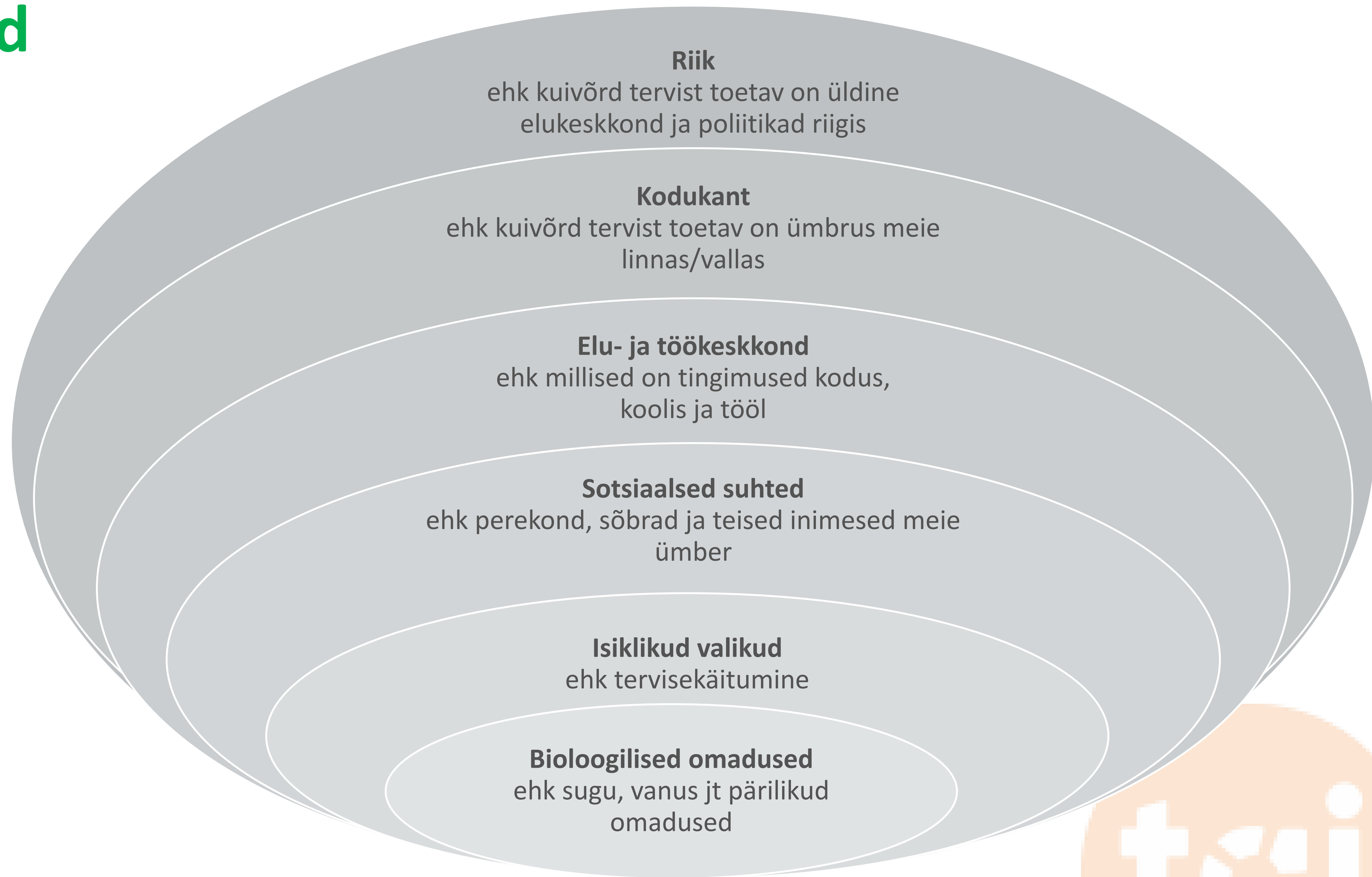
Tervise enesehinnang, 2020



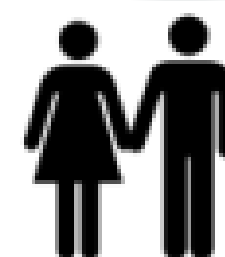
Tervise mõjurid

Tervis ei ole ainult inimese käitumise ja geneetilise loterii tulemus.

Paljud asjad, mis elanikkonna tervist mõjutavad, **tulenevad ka keskkonnast.**



Allikas: Dahlgren ja Whitehead, 1991



Tervis kujuneb keskkonnas, kus inimene kasvab, elab, armastab, mängib, õpib, töötab, vananeb



KOV roll?

Kohalikel omavalitsustel on inimese enda kõrval **oluline roll rahvatervise ja turvalisuse valdkonnas**, et suurendada elanike heaolu:

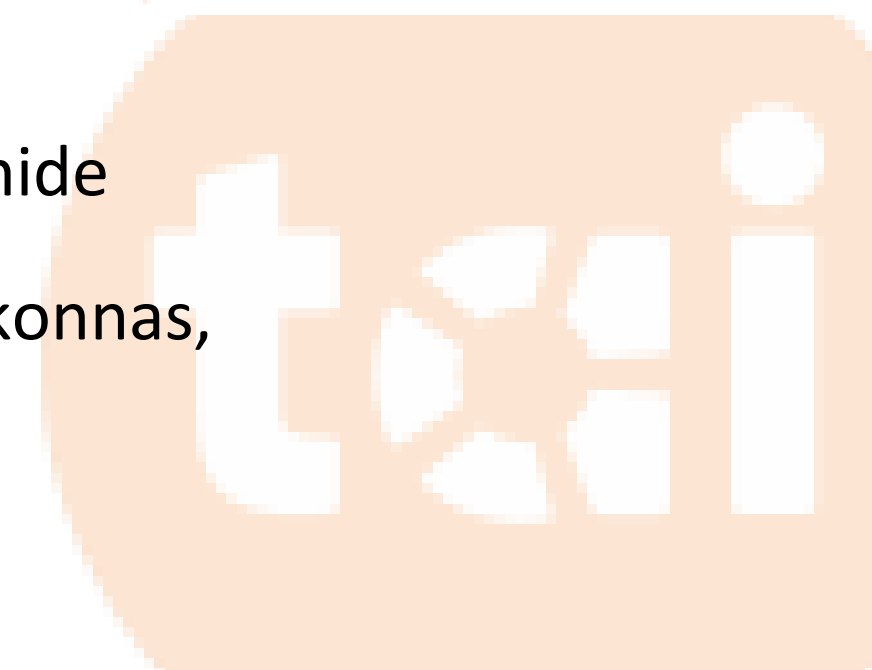
- **teenuste ja programmide pakkumine** nii ennetuse kui ka abistamise eesmärgil;
- psühho-sotsiaalse ja füüsilise **keskkonna arendamine** kõigi **elanikkonnagruppide vajadusi** arvesse võttes.

Tervise Arengu Instituudi roll?

- riigi teadus- ja arendusasutus, mis tegeleb rahvatervishoiu teadustöö, haiguste ennetamise programmide ja tegevuste ning tervisedendusega.
- Tervislike valikute kujundaja
- Olulised tervisenäitajad paraneksid

koostöö, pädevus, uuendusmeelsus

Peamised valdkonnad: alkoholi liigtarvitamise ennetamine, tubakatarvitamise vähendamine, HIV-i ennetamine, narkootikumide tarvitamise ennetamine, laste ja noorte tervis, vanemlus, toitumine, terviseturundus, personaalmeditsiin, tervise edendamine paikkonnas, tervise edendamine töökohal, tuberkuloositõrje, vähitõrje, koolituste korraldamine



**Mis kasu saab KOV
ennetustegevustest ja
rahvatervise valdkonna arendamisest?**



Terved inimesed on väärtuslik kapital, sest nad on võimelised enam panustama kohalikku arengusse

Nad on:

- majanduslikult tootlikumad
- ühiskondlikult aktiivsemad
- kohanevad paremini muutustega
- iseseisvamalt toimetulevad ehk väiksem koorem
sotsiaal- ja tervishoiusüsteemile

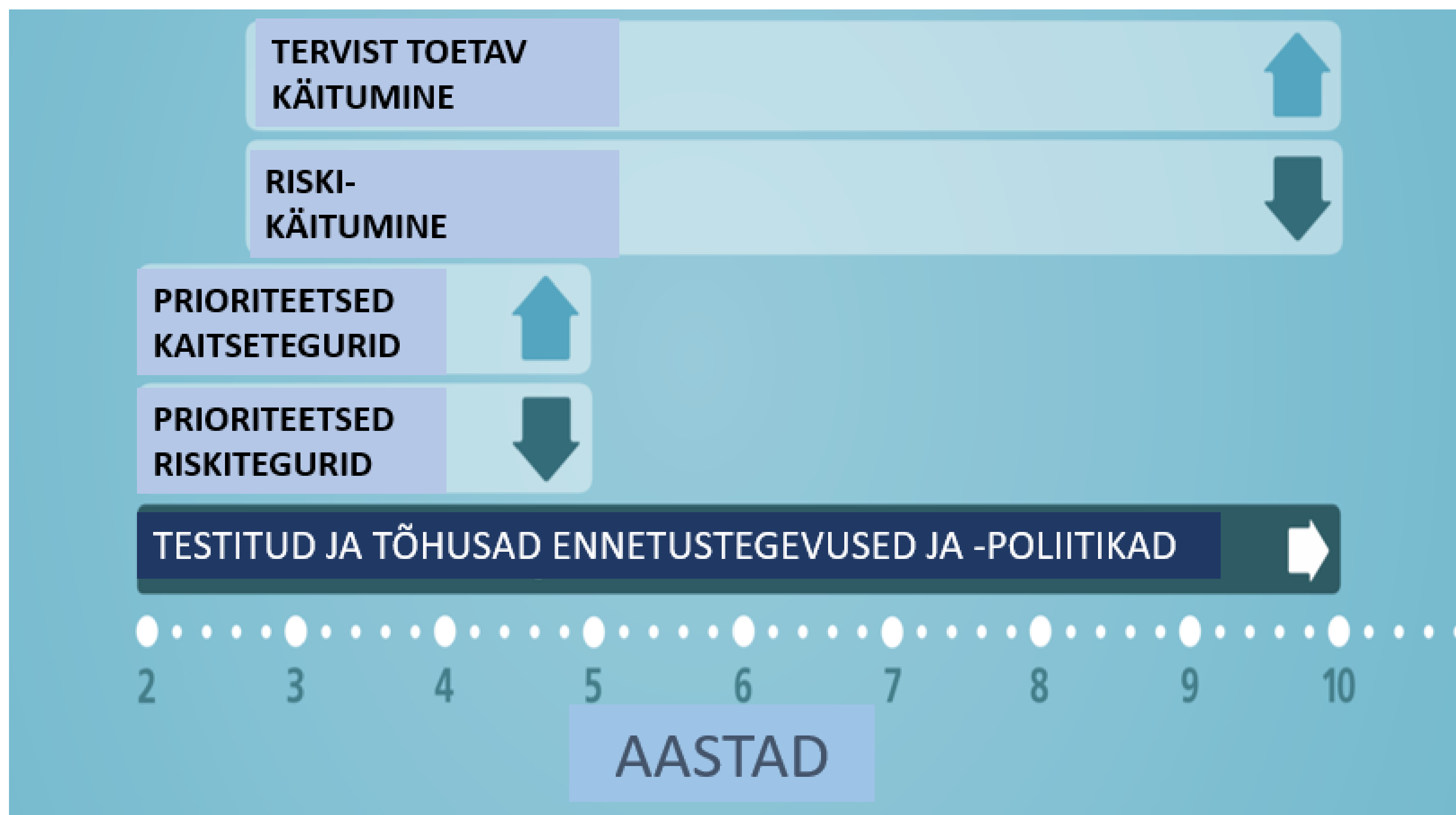
The logo consists of the lowercase letters 'tai' in a white, sans-serif font, centered within a solid orange circle.

tai

Muutused ei tule päevadega ega kuudega



Hooliva kogukonna ajaplaan



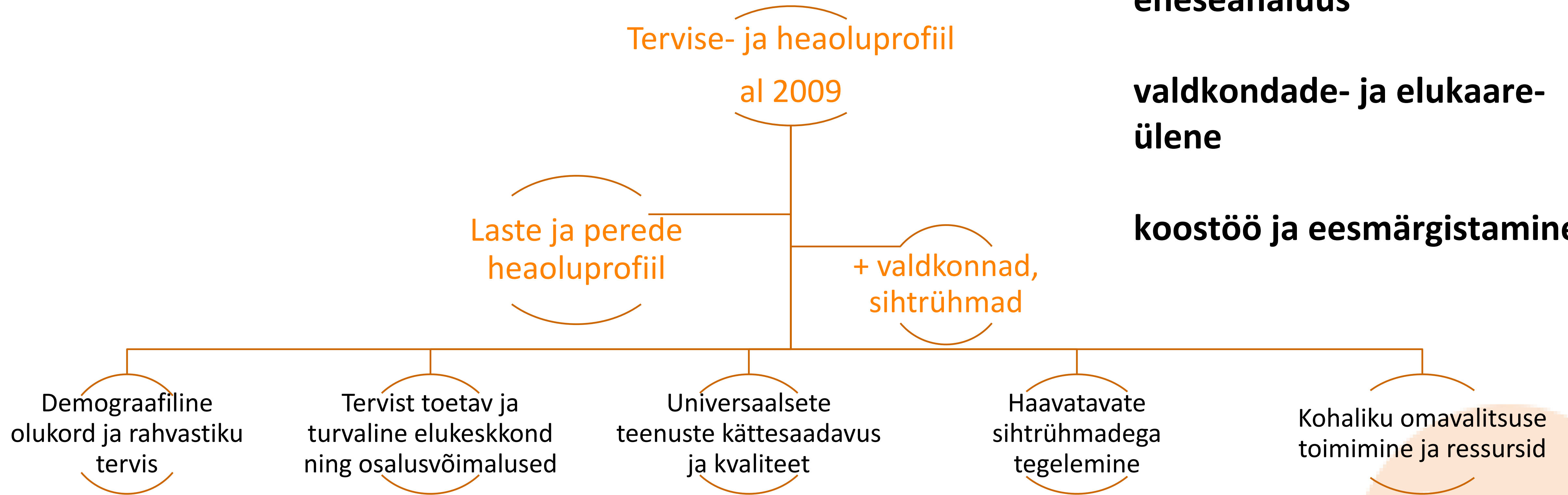


Tervise
Arengu
Instituut

„Enne kui kuhugile minna, peaks teadma, kus oled“ Maris F

Kohalike omavalitsuste tervise- ja heaoluprofiil

Uuenenud tervise- ja heaoluprofiil



KOV tasand

**e-keskkonnas
eneseanalüüs**

**valdkondade- ja elukaare-
ülene**

koostöö ja eesmärgistamine



Hooajad, peamised etapid ja ajaline rütm

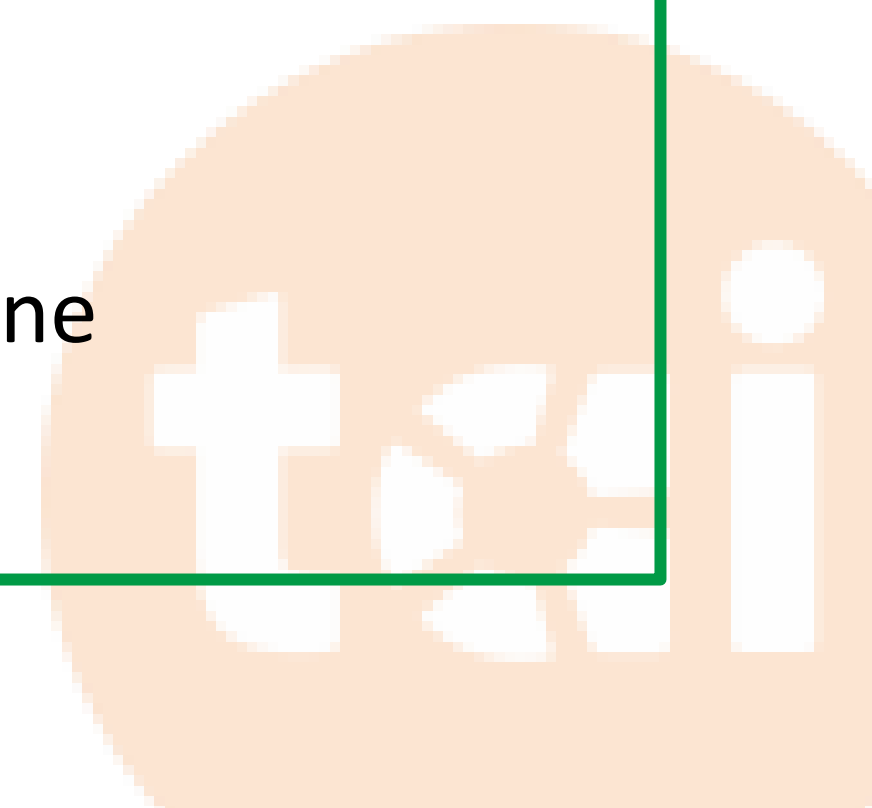


Ettevalmistus: arusaam protsessist, vajalikest ressurssidest; meeskonnad ja kokkulepped

Hooaja vältel: e-profiili täitmine, analüüs; järelused, probleemide tuvastamine

Iga-aastaselt (sh hooaja aastal): eesmärkide seadmine, tegevused, lisaanalüüsid, hindamine

Profiili uuendamise tsükkel: ~4 aasta tagant



Töövahendi eesmärk

- juhtida tähelepanu omavalitsuses tehtavate **otsuste tervisemõjudele ja ennetuslikele aspektidele**;
- tagada elanike heaolu arendamise temaatika **omavalitsuse arengukavas**;
- anda heaolu toetavatele küsimustele **laiem kõlapind** nii elanike kui ka otsusetegijate hulgas;
- **aktiviseerida** kogukonna liikmeid tegutsema paremate tervisenäitajate saavutamiseks ning **luua eeldused** rahvastiku heaolu parendamiseks;
- **pakub välja** heaolu kajastavad indikaatorid (nii kvalitatiivsed kui kvantitatiivsed);
- annab **tööriistad** andmete esitlemiseks ja analüüsiks.

- Lisaväärtusena **arendab (tervise)meeskondi** ja tervisedenduses olulisi **pädevusi**



Väga oluline!

- Omavalitsus teeb profiili **koostamise otsuse ise ja veab protsessi ka eest!**
- **Meeskond ja otsustajate toetus**
 - kokkulepped, ajakava, rollid, partnerid jms
- „Passiivne“ **tugi** (tuumik)meeskonnale:
 - juhendmaterjalid, õppevideod, e-keskkond jms
- „Aktiivne“ **tugi** (tuumik)meeskonnale:
 - kohapealsed partnerid nt kolleegid, valdkondlikud eksperdid, allasutused, paikkondlikud organisatsioonid, avalik sektor jt
 - maakondlikud tervisedendajad
 - Sotsiaalkindlustusameti konsultandid
 - mentorid, välised partnerid, TAI spetsialistid jt
- **Paikkondlik teadmus, pädevuste arendamine, ressursside (nii inim- kui rahaliste) kaasamine.**

Tahe ja motivatsioon panustada!

„Nihe mõtlemises toimub siis, kui meeskonnaliikmed osalevad kõikidele teemakoosolekutel. Siis tekib sünergia ja laiem arusaam, kuidas ja miks on asjad omavahel seotud. Kaasatus ja koostöö on väga olulised“

Pilootprojektis osalenu





Tervise
Arengu
Instituut

„Rahvatervise valdkonna võimekuse ja kompetentside suurendamine kohalikes omavalitsustes“

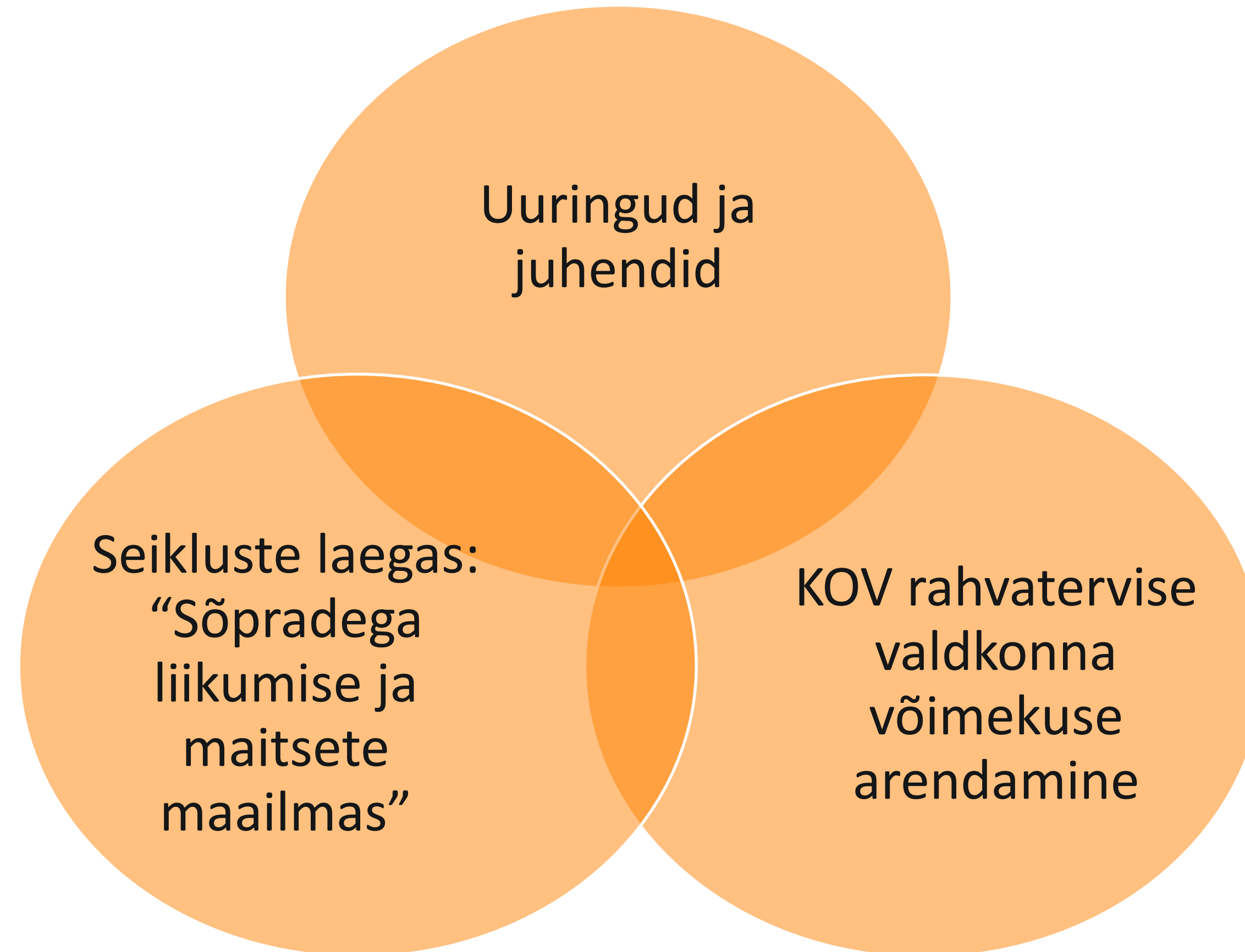


Norway
grants

Kolm tegevuste suunda



<https://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/tervise-edendamine-paikkonnas/kov-rahvatervise-voimestamine>



Lasteaedadele suunatud vanemaid kaasav sekkumine 4–6-aastaste laste tervislike toitumis- ja liikumisharjumuste kujundamisele

KOV-idele suunatud rahvatervise valdkonna tähtsuse ja kompetentside tõstmine tõenduspõhise praktika kasutamisel

KOV võimestamise arenguprogramm

- Valdkonna tähtsus ↑
- Kompetentsid tõenduspõhise praktika kasutamisel ↑



Mida Tervise Arengu Instituut pakub?

Pidev
nõustamine
ja toetus väliselt
mentorilt ning TAI
ekspertidelt.

Regulaarsed
arengu- ja visiooni-
päevad kogu
perioodi jooksul
(sh koolitused).

Protsessi,
tulemuste ja mõju
hindamine kogu
perioodi
jooksul.

Vaheraporti
ning analüüsi
koostamine.

Kogu protsessi jooksul on võimalus
jagada oma kogemusi teiste omavalitsustega.


Norway
grants

tai

Teemapüstitus peab võimaldama reaalseid võite, mis parandavad inimeste elu

- Vaeva väärt
- Võidetav
- Laialdaselt ja sügavalt tunnetatav
- Kergesti arusaadav
- Konkreetse otsusetegijatega
- Konkreetse ajaraamiga

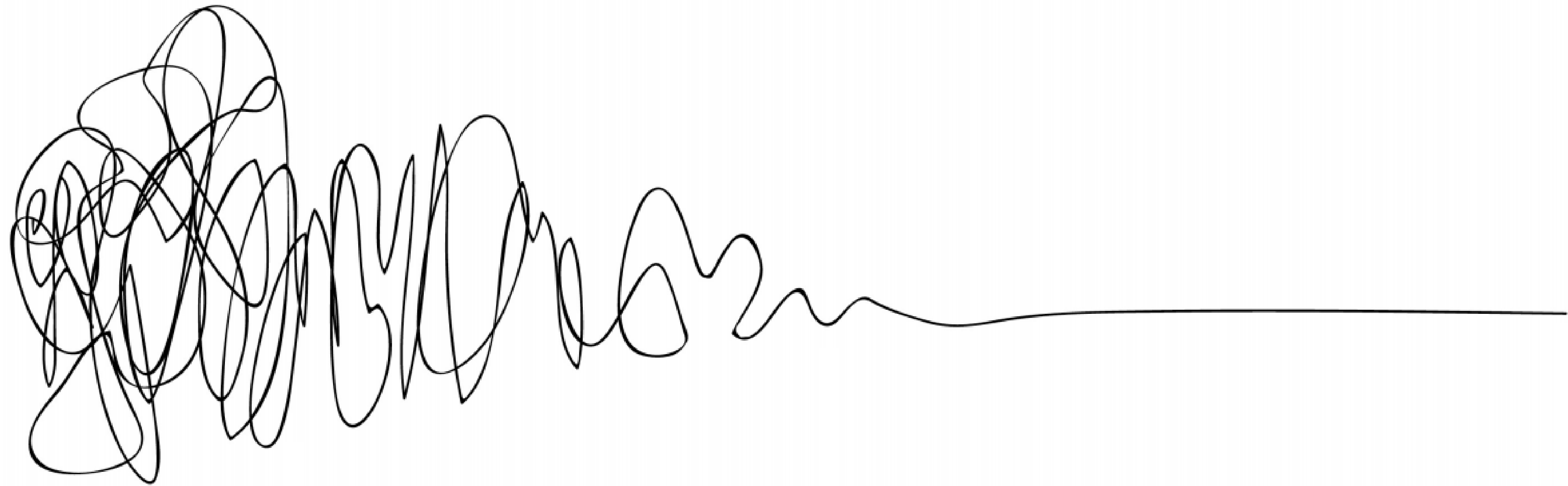


TAI:

- Pidev nõustamine (mentorid, eksperdid)
- Regulaarsed arengu- ja visioonipäevad
- Protsessi, tulemuste ja mõju hindamine
- Vaheraport ja analüüs

tai

Disainiprotsessil on udune algus aga kindel lõpp



thebrandmanual.com

Allikas: Squiggle by Damien Newman



Kokkuvõtteks

Kohalikel omavalitsustel on oluline roll elanike heaolu suurendamisel!

- **Teenuste ja programmide** pakkumine ning **keskkonna arendamine**
- Valdkondade ülene **koostöö** on võtmetähtsusega
- **Teadlik, huvitatud ning aktiivne** kogukond on hea partner
- **Süsteemne ja järjepidev** töö annab tulemusi

Investeeringud tervist ja heaolu toetavasse elukeskkonda

- toetavad kohaliku **majanduse arengut**
- aitavad tegeleda ja **vähendada sotsiaalprobleeme** (ja –kulusid!)
- suurendavad elanike **turvatunnet**
- suurendavad **kogukonnatunnet**, panustamissoovi ja üksteisest hoolimist
- panustavad **atraktiivse elupaiga** kujundamisse, mis omakorda meelitab ligi uusi elanikke ja vähendab kohalike elanike soovi ära kolida



AITÄH!

Lisainfo

- https://www.tallinn.ee/tervis/RTA_28.04.pdf (Rahvastiku tervise arengukava 2020-2030)
- <https://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/tervise-edendamine-paikkonnas/tervise-edendamine-paikkonnas> (TAI, Tervise endendamine paikkonnas)
- <https://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/tervise-edendamine-paikkonnas/kov-rahvatervise-voimestamine> (TAI KOV rahvatervise võimestamine)
- <https://minuomavalitsus.fin.ee/> (RaM teenustasemete indikaatorid)
- <https://andmed.stat.ee/et/stat> (Statistika andmebaas)
- Alkoinfo.ee; HIV.ee; Narko.ee; Nutridata.ee; Puugiinfo.ee; Tarkvanem.ee; Terviseinfo.ee;
[Tervisestatistika andmebaas](http://Tervisestatistika.andmebaas); Toitumine.ee; Tubakainfo.ee; Vepa.ee

