

„Terve inimene, terve riik“

URMAS SÕÕRUMAA  
Eesti Olümpikomitee president



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS

Riigi eesmärk võiks olla terve ja õnnelik inimene!

Eesti Olümpiakomitee on kogu Eesti spordi katusorganisatsioon.

Meile on ühtviisi tähtsad nii saavutussport kui ka liikumisharrastus ja liikumisharjumuste omandamine koolis.

Eesti Olümpiakomitee võiks olla riigile partneriks, kes seisab Eesti inimese tervise eest läbi spordi ja liikumise.



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS

## Kuhu me oleme jõudnud 30 iseseisvusaastaga

Tervena elatud eluiga on Eestis 54, Euroopa Liidus 65, Soomes 68,  
Rootsis 74 aastat

## Meie laste ja noorte tervis liigub halvemuse suunas

25% lastel esineb vaimse tervise häireid

16% lapsi liigub piisavalt

40-50% lapsi on kaasatud sporditegemisse läbi erinevate  
toetusmeetmete

50% lastest, kes täna aktiivselt liikumisega ei tegele kasutavad  
tulevikus ära 75% Haigekassa miljarditest



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS

## Kehalise aktiivsuse mõjud tervisele

Hea tervise tagamiseks ja paljude krooniliste haiguste ennetamiseks on oluline iga päev olla kehaliselt aktiivne ning piisavalt liikuda. Kehaline aktiivsus mõjutab oluliselt südame-veresoonkonna tervist, luutihedust ning vähendab ülekaalulisuse tekke tõenäosust, toetades nii vaimset tervist kui ka võimekust ja aidates kaasa stressiga toimetulekule. Vaatamata sellele, et liikumise oluline positiivne mõju inimese tervisele ja heaolule on teada, kujutab vähene kehaline aktiivsus endast jätkuvalt suurt probleemi kogu maailmas ning on Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) poolt välja toodud ühe olulise suremuse riskifaktorina arenenud riikides.



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS

**Me ei ole siin planeedil üksi!**

WHO on soovitanud tervise heaks lastel  
aktiivselt liikuda vähemalt 60 minutit päevas ehk 7 tundi nädalas

WHO on soovitanud tervise heaks täiskasvanutel  
mõõdukalt liikuda 150 minutit nädalas või intensiivset liikumist  
75 minutit nädalas



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS



**Eestis on mitmesuguseid strateegiaid ja arenguprogramme,  
mis näevad ette füüsiliselt ja vaimselt tervet inimest.**

### **Eesti sõjalise kaitse strateegia**

Põhiosa kaitseväge isikkoosseisust moodustavad mobilisatsiooni korral tegevteenistusse kutsutavad reservväelased. Ajateenistusse astujatest 1/3 poiste tervisenäitajad ei luba neil ajateenistusse astuda ja 1/3 ajateenistusse astujaist langeb tervisehädade tõttu teenistusest välja.  
Reserv on haige!

### **Rahvastiku tervise arengukava**

Ja teised arengukavad näevad ette tervet, töövõimelist maksumaksjat.

Haigekassa eelarvelised vajadused suurenevad 150-200MEUR aastas, lähenedes varsti juba kahele miljardile.



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS

Me peame midagi tegema!

EOK-l on kolm arenguprogrammi



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



JCDecaux

mantan

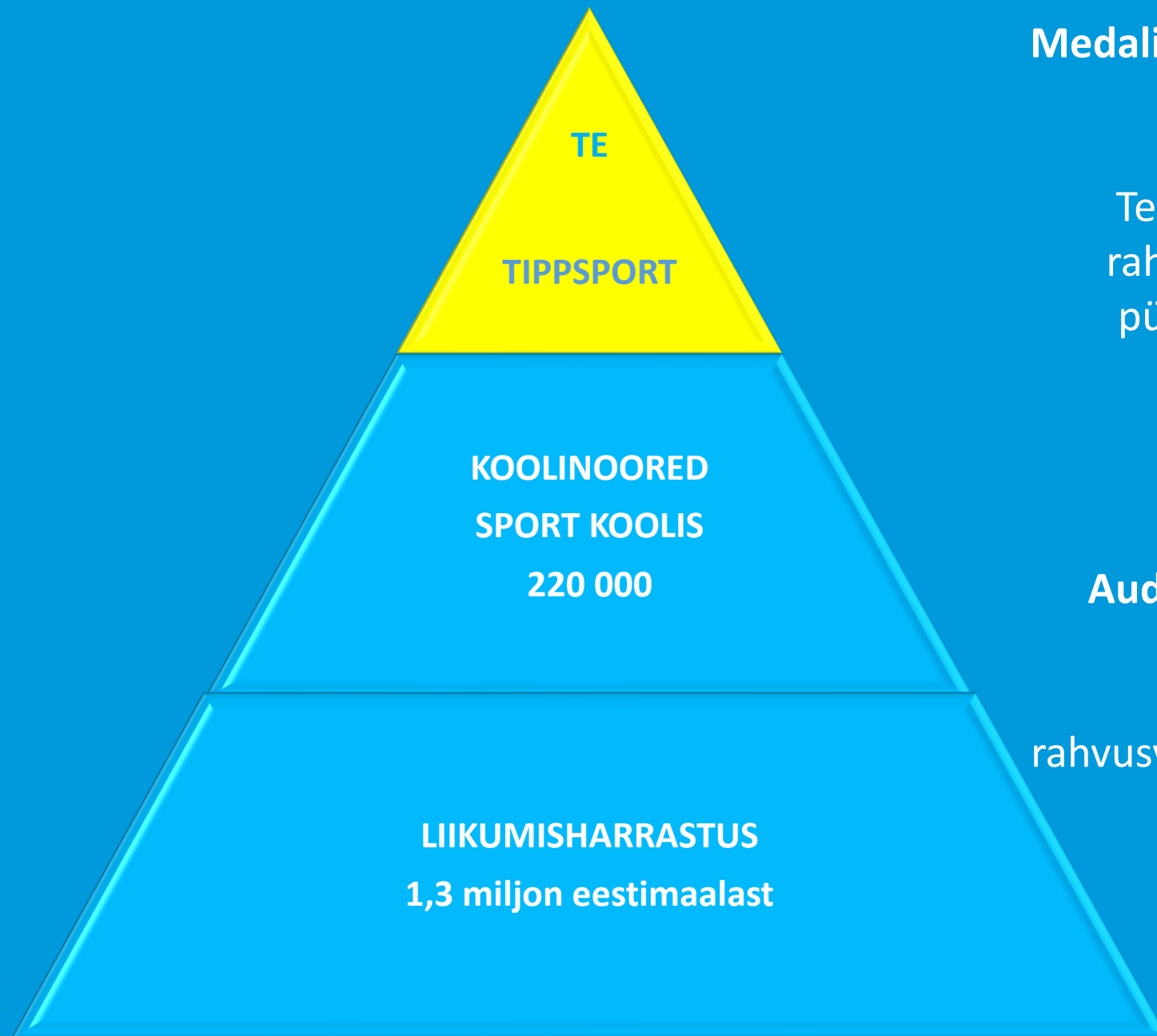


SPORTLAND

SYNLAB



FORUS



## Medalid, eeskuju, ühtekuuluvustunne ja riigi kuvand

Team Estonia loob kindlustunde rahvusvahelises tippkonkurentsis püsimiseks ja sinna pürgimiseks

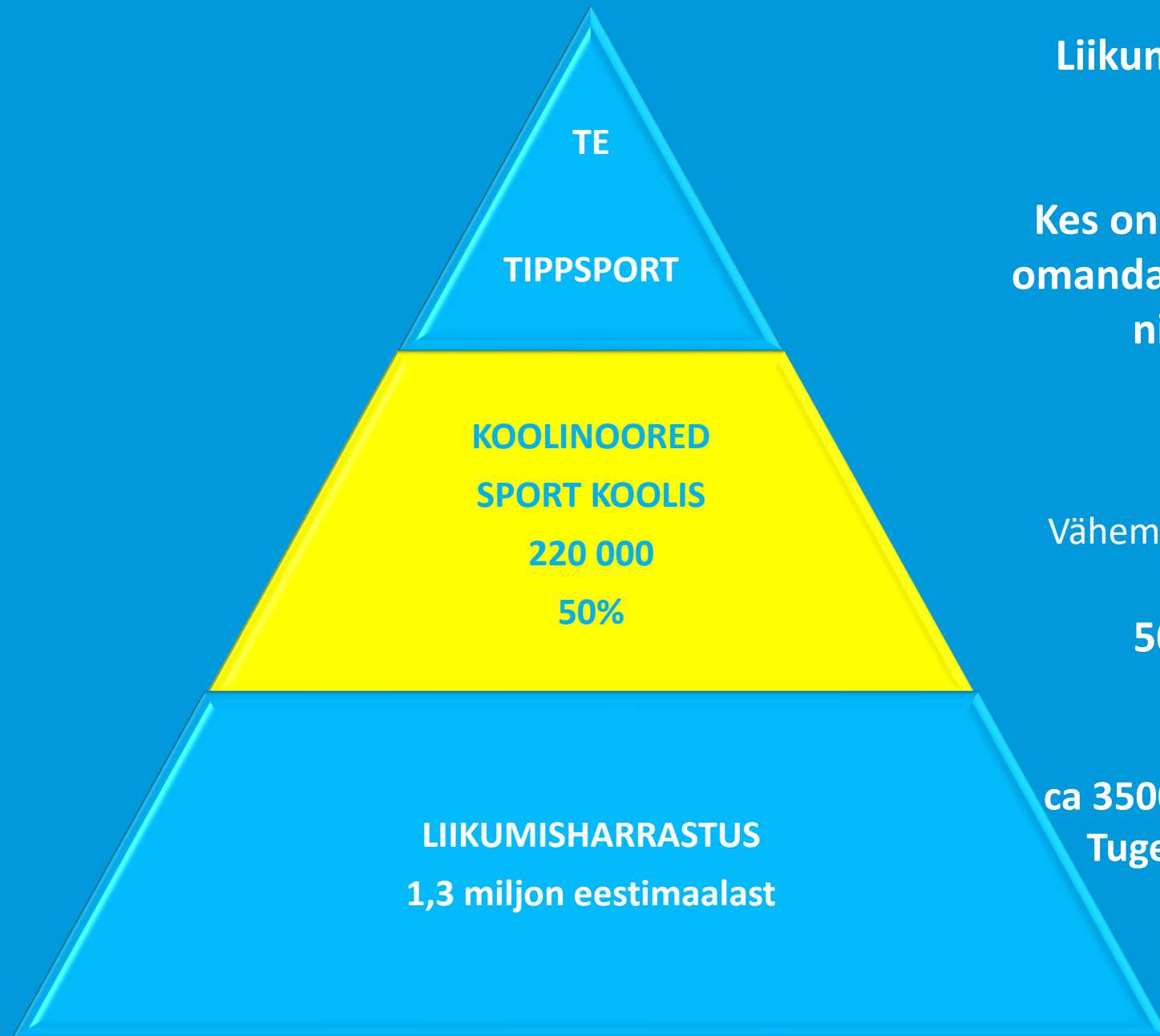
**15-20MEUR aastaks 2028**

**Eesmärgiks:**

**Audentes** - konkurentsivõimeliseks akadeemiaks

**Kääriku Spordikeskus** - rahvusvaheliselt tunnustatud treening- ja ettevalmistuskeskuseks





## Liikumisharjumuste kujundamine koolieas

Kes on koolieas liikumisharjumused omandanud neist 80% liiguvad tervise nimel kogu ülejäänud elu

WHO soovitusel  
aktiivset liikumist  
Vähemalt 60 min päevas ehk 7h nädalas

**50-70MEUR aastaks 2035**

**Eesmärgiks:**  
ca 3500 põhikohaga treener-õpetajat  
Tugevad klubid haridussüsteemi  
partneritena



**Aastaks 2030 liigub 35% eestimaalastest  
aktiivselt tervise nimel**  
**Täna 15%**

**Igal inimesel oleks liikumisvõimalus kodust 10 min  
kaugusel (valgustatud liikumisrada, väljõusaal jne)**

WHO soovitusel  
150 min mõõdukat liikumist nädalas  
või  
75 min intensiivset liikumist nädalas

**10-15MEUR aastaks 2030**

**Eesmärgiks:**  
**Võtmetähtsusega on tugev koostöö piirkondlike  
spordiliitude EOK ja KOV vahel**

## Pilootprojekti „Sport Koolis“ strateegilised eesmärgid

2021 – 1 kool igas maakonnas, üks 1. klass

2022 – 1 kool igas maakonnas, kõik kooli 1. klassid

2023 – kaasata ka kooli 2. klassid

2024 – kaasata ka kooli vanemad algklassid



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS

# Laekunud taotlused (31.03.2021)

15 maakonda, 22 omavalitsust + 4 kooli panustavad ise

Pilootprojektis osaleb 26 kooli

Taotlusi laekus summale 78 400 EUR

16 spordiala: kergejõustik, ujumine, korvpall, võrkpall, jalgpall, purjetamine, tennis, jalgrattasport, maadlus, suusatamine, käsipall, sulgpall, orienteerumine, võimlemine, judo, saalihoki

87 kutsega treenerit + 5 kutse omandamisel = 92 treenerit

Käivitamine 1.09.2021



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



coop

JCDecaux

mantan

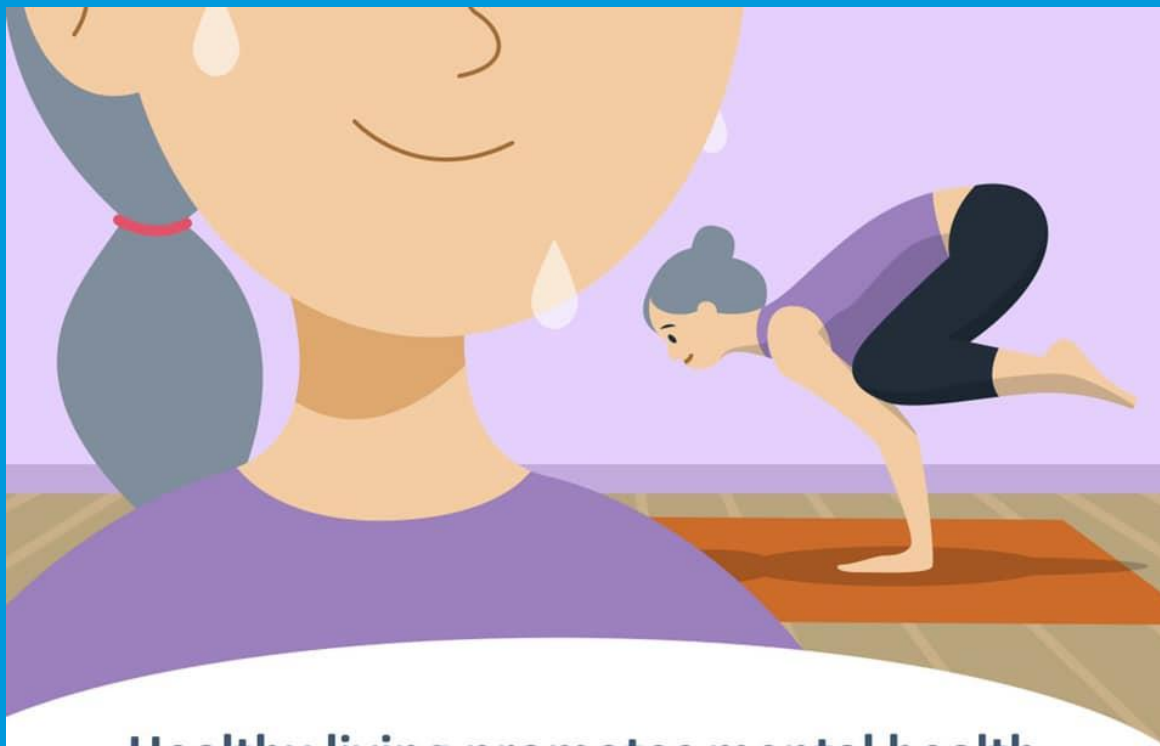


SPORTLAND

SYNLAB



FORUS



Healthy living promotes mental health.

**Be active!**

#mentalhealth #COVID19 #coronavirus



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS



# Täna!



EESTI OLÜMPIAKOMITEE

EESTI  
OLÜMPIAKOMITEE  
TOETAJAD:



JCDecaux

mantan



SPORTLAND

SYNLAB



FORUS