

TARTU ÜLIKOOL
Pärnu kolledž
Sotsiaaltöö korralduse osakond

Gerly Soieva

**EAKATE AKTIIVSENA VANANEMISE
VÕIMALUSED ALATSKIVI VALLA NÄITEL**

Lõputöö

Juhendaja: lektor Anne Rähn

Pärnu 2014

SISUKORD

Sissejuhatus	4
1. Teoreetiline ülevaade eakate aktiivsena vananemise käsitlustest	6
1.1. Rahvastiku vananemine	6
1.2. Aktiivsena vananemine ja aktiivsena vananemise teoreetilised lähtekohad	8
1.3. Sotsiaalteenused ja –toetused eakatele	13
2. Uurimus eakate aktiivsena vananemise võimalustest alatskivi valla näitel	17
2.1. Alatskivi valla tutvustus	17
2.2. Uurimuse eesmärk, uurimisküsimused ja uurimispiirkond	21
2.3. Uurimuse läbiviimine, valim ja metoodika	22
2.4. Uurimistulemuste analüüs	24
2.4.1. Üldküsimused eakatele	25
2.4.2. Vaba ajaga seotud küsimused	28
2.4.3. Suhted pereliikmete ja eakaaslastega	33
2.4.5. Töö ja sissetulek	35
2.4.6. Omavalitsusega seotud küsimused	37
2.4.7. Elukestva õppega seotud küsimused	42
2.4.8. Intervjuu Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga	44
2.5. Arutelu ja järeldused	46
Kokkuvõte	51
Viidatud allikad	53
Lisad	55
Lisa 1. Küsimused eakatele	56
Lisa 2. Küsimused sotsiaaltöötajale	60
Summary	61

Soovitan suunata kaitsmisele

(juhendaja allkiri)

Kaitsmisele lubatud "....." a.

TÜ Pärnu kolledži osakonna juhataja

.....

(osakonna juhataja nimi ja allkiri)

Olen koostanud töö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd, põhimõttelised seisukohad, kirjandus allikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

.....

(töö autori allkiri)

SISSEJUHATUS

Käesoleva lõputöö teemaks on ”Eakate aktiivsena vananemise võimalused Alatskivi valla näitel”. Antud teema on väga aktuaalne, kuna maailma rahvastik vananeb kiiresti. Seejuures kasvab just 65 aastaste ja vanemate inimeste osakaal rahvastikus. 2010. aastal oli 65 aastaste ja vanemate inimeste arv 524 miljonit, aastaks 2050 on see arv eeldatavasti kolmekordne, ehk 1,5 miljardit inimest kogu maailma elanikkonnast. (Global Health...2014)

Rahvastiku vananemine toimub ka Eestis, inimesed elavad järjest vanemaks ning arvatakse, et 2030 aastaks moodustab eakas elanikkond neljandiku Eesti rahvastikust. (Rahvastiku vananemine...2014) Rahvastiku kiire vananemise juures on oluline, et eakad jääksid aktiivseks kogu elukaare ulatuses- ning et neile luuakse võimalused väärikalt ning turvaliselt vananemiseks. Aktiivsena vananemise juures ei ole oluline ainult füüsiline aktiivsus vaid ka see, et eakad jääksid aktiivseks ka vaimselt ning sotsiaalselt.

Töö eesmärgiks on uurida eakate aktiivsena vananemise võimalusi Alatskivi vallas ning välja selgitada eakate soovid ja tegevused ning ettepanekud Alatskivi vallale aktiivsuse säilitamisel. Samuti on eesmärgiks uurida, kas eakate arvates pakub Alatskivi vald neile piisavalt võimalusi aktiivsena vananemiseks ning millised on eakate ettepanekud vallavalitsusele (mida võiks muuta, mida teha paremini).

Töö eesmärkide saavutamiseks püstitas autor järgmised ülesanded:

- erialase kirjandusega tutvumine, selle läbi töötamine;
- intervjuu küsimuste koostamine;
- uurimuse läbiviimine, eakate ning sotsiaaltöötaja intervjuerimine;
- uurimuse käigus saadud andmete analüüsimine, järelduste ja ettepanekute tegemine.

Lõputöö koostamisel kasutati erinevaid teemakohaseid erialaseid allikaid, raamatuid, ajalehtede ja ajakirjade väljaandeid, õigusakte ning dokumentatsioone, eakate ning sotsiaaltöötaja arvamusi.

Uurimus on läbi viidud kvalitatiivse uurimismeetodina 2014. aasta kevadel. Uurimuse läbiviimiseks tegi autor poolstruktureeritud intervjuud 10 eaka Alatskivi valla inimesega ja ühe Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga. Eakatega läbiviidud intervjuu koosnes 31 küsimusest ning sotsiaaltöötajaga läbiviidud intervjuu kaheksast küsimusest.

Käesolev lõputöö koosneb teoreetilisest ja empiirilisest osast, mis omakorda jagunevad alapeatükkideks. Lõputöö esimene osa annab teoreetilise ülevaate eakate aktiivsena vananemise käsitlemisvõimalustest. Antakse ülevaade rahvastiku vananemisest, aktiivsena vananemisest ja aktiivsena vananemise arengukavast, samuti antakse ülevaade eakatele pakutavatest sotsiaalteenustest ja toetustest.

Töö teises osas tutvustatakse lühidalt Alatskivi valda ning kirjeldatakse ka Alatskivi valla poolt eakatele pakutavaid sotsiaalteenuseid ning toetusi, keskendutakse uurimiseesmärkidele, antakse ülevaade uurimisküsimustest, uurimisülesannetest, uurimismeetodist, uurimise läbiviimisest ning meetodikast.

Töö kolmandas osas analüüsitakse eakatega ja Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga läbi viidud intervjuude käigus saadud andmeid. Lähtuvalt andmete analüüsist tehakse järeldusi ja ettepanekuid.

Lõputöö käigus leitud tulemusi saab kasutada eelkõige Alatskivi vallas eakate aktiivsena vananemise võimaluste parandamiseks ning täiustamiseks. Samuti võib antud tööd kasutada õppematerjalina sotsiaaltöö erialal.

1. TEOREETILINE ÜLEVAADE EAKATE AKTIIVSENA VANANEMISE KÄSITLUSTEST

Lõputöö esimene osa annab teoreetilise ülevaate eakate aktiivsena vananemise käsitlemisvõimalustest. Antakse ülevaade rahvastiku vananemisest, aktiivsena vananemisest ja aktiivsena vananemise arengukavast, samuti antakse ülevaade eakatele pakutavatest sotsiaalteenustest ja toetustest, tutvustatakse lühidalt Alatskivi valda ning kirjeldatakse ka Alatskivi valla poolt eakatele pakutavaid sotsiaalteenuseid ning toetusi.

1.1. Rahvastiku vananemine

Aastal 2010 oli hinnanguliselt 524 miljonit inimest vanuses 65 eluaastat ja vanemad, see teeb 8 protsenti kogu maailma elanikkonnast. Aastaks 2050 on see arv eeldatavasti ligi kolmekordne ehk ligikaudu 1,5 miljardit inimest, mis moodustab 16 protsenti kogu maailma elanikkonnast. Kuigi arenenumates riikides moodustavad elanikkonna profiili enamasti just vanem elanikkond, on siiski enamik eakaid inimesi ja kõige kiiremini vananev rahvastik vähem arenenud riikides. Aastatel 2010 kuni 2050- suureneb eakate inimeste arv vähemarenenud riikides prognoosi kohaselt üle 250 protsendi, võrreldes 71 protsendise kasvuga arenenud riikides. (Global Health...2011)

Nii nagu kogu maailma elanikkond, muutub ka Euroopa Liidu riikide elanikkond järjest vanemaks. Esimesel jaanuaril 2010. aastal oli veidi üle 87 miljoni inimese vanuses 65 eluaastat ja vanemad, see on umbes 17,4 protsenti kogu elanikkonnast. Neid viimaseid andmeid võib võrrelda näiteks andmetega aastast 1985, sellel ajal oli Euroopa Liidus 65-aastaseid ja vanemaid inimesi 59,3 miljonit, rahvastiku koguarvust moodustas see 12,8 protsenti. Pidev eluea kasv on suurendanud rahvastiku vanemaealisust, samal ajal

kui alates 1970-ndatest on Euroopa Liidus vähenenud sündide arv. Need kaks protsessi mõjutavad suuresti rahvastiku vananemist, mis on välja kujunenud viimase 30-40 aasta jooksul. Arvatakse, et järgneva poole sajandi jooksul selline muster aina juurdub ning eakate inimeste osakaal rahvastiku hulgas kasvab veelgi. Sellised demograafilised muutused võivad tuua suure väljakutse peredele ning üksikisikutele- näiteks võib inimene jõuda pensioniikka ning samal ajal on ka tema vanemad veel elus ja täie tervise juures. Sellised suured demograafilised muudatused esitavad väljakutse riikide poliitikale ning eelarvele. (Active Ageing...2012)

Rahvastiku vananemise protsess toimub ka Eestis. Esimesest Eesti rahvaloendusest (aastal 1881) möödunud aastate jooksul on 65-aastaste ja vanemate elanike arv Eestis kasvanud ligi neli korda, seejuures on eriti kiire kasv toimunud viimase 20 aasta jooksul. Viimase 40 aasta jooksul on kasvanud 85-aastase ja vanemate inimeste osakaal rahvastiku hulgas, seda ligikaudu 6 %, ning praegusel ajal sündivatest eestlastest rohkem kui pooled elavad enam kui 80 aastasteks. (Rahvastiku vananemine...2014) Kui ühiskonnas on eakaid (65+) üle 7%, siis peetakse ühiskonda vananevaks. Eestis on eakaid inimesi umbes 15,9 % elanikkonnast ning ÜRO rahvastikuproгноosi kohaselt võib aastaks 2030 eakas elanikkond Eestis moodustada koguni neljandiku. (Eesti statistika...2000)

Rahvastiku vananemine mõjutab oluliselt nii majanduse, hariduse, tervise, tööhõive kui ka üldisemalt sotsiaalpoliitika valdkondi, ent olulisem kui muutused üksikutes valdkondades, on ühiskonna kui terviku kohanemine vananeva elanikkonnaga. (Rahvastiku vananemine...2014)

Rahvastiku vananemise protsessis on vähenenud bioloogiliste laste arv, sealjuures teatud põlvkondade jaoks on kasvanud üleskasvatatavate laste arv, on toimunud muutused kooselu institutsioonides, kooselud (sh abielud) ja lahkuminekid on oluliselt muutnud lähivõrgustike koosseisu, Samuti on rahvastiku vananemise protsessi tõttu oluliselt teisenenud põlvkondade vahelised suhted.(Ibid)2011. aastal Euroopa Komisjoni tellimusel aktiivsena vananemise teemal 15-aastaste ja vanemate elanike seas läbi viidud Eurobaromeetri küsitluse andmetel tunnevad Eestis rahvastiku vananemise

ja selle mõjude pärast muret pooled elanikest (49%), mis on mõnevõrra enam kui Euroopa Liidus keskmiselt (42%). (Aktiivsena vananemise...2013: 3)

1.2. Aktiivsena vananemine ja aktiivsena vananemise teoreetilised lähtekohad

Alljärgnevalt on lahti seletatud aktiivsena vananemise mõiste ja olemus, eraldi on välja toodud ka Aktiivsena vananemise arengukava, mis on koostatud aastateks 2013-2020. Samuti on välja toodud teoreetiline ülevaade aktiivsena vananemise käsitlemisvõimalustest.

Sõna " aktiivne " tähendab jätkuvat osalemist ühiskonnas-, majanduses- , kultuuris-, ja kodanikuühiskonna valdkonnas, mitte ainult võimet olla füüsiliselt aktiivne või osaleda tööturul. Vanemad inimesed, kes jäävad pensionile, on haiged või erivajadusega, saavad seejuures siiski aktiivseks jääda ning toetada oma pereliikmeid, sõpru, kogukonda. Aktiivsena vananemise eesmärk on pikendada tervena elatud eluiga ja elukvaliteeti kõigi inimeste jaoks, sellel ajal kui nad vananevad. (What is..2014)

WHO (Maailma Terviseorganisatsioon) kirjeldab aktiivsena vananemist kui protsessi, millega optimeeritakse võimalus säilitada inimese tervis, turvalisus ning osalus ühiskonnas selleks, et tõsta inimese elukvaliteeti vanemas eas. See kehtib nii üksikisikute kui inimeste gruppide kohta. Kuna vananemine toimub kontekstis, kus vanemaealist inimest ümbritsevad perekonnaliikmed, naabrid, sõbrad ja kolleegid, on aktiivsena vananemise loomulikuks osaks ka põlvkondadevahelise vastastikuse sõltuvuse arvestamine ning solidaarsuse tugevdamine. Samuti eeldab aktiivsena vananemine kultuurilist muutust kogu ühiskonnalt, sealhulgas üldise vanustundlikkuse, vanuseliste eelarvamuste ja stereotüüpide ning vanuselise diskrimineerimise vastu võitlemist (Active Ageing ...2002).

Aktiivsena vananemine võimaldab inimestel kasutada oma füüsilise, sotsiaalse ja vaimse heaolu võimalusi kogu oma elu jooksul ja osaleda ühiskonnas, saades vastu kaitset, turvalisust ja hoolitsust, kui nad seda vajavad . (*Ibid*)

Aktiivsena vananemine tähendab seda, et ka vananedes on inimene endiselt panustaja, ning iseseisev, olenemata sellest, kas ta on tasustatud töötaja või mitte. (Sirotkina 2012: 6)

Sotsiaalministeeriumi koordineerimisel alustati aastal 2012, mis oli Euroopa Liidus pühendatud aktiivsena vananemise ja põlvkondadevahelise solidaarsuse teemale, Eakate aktiivsena vananemise arengukava koostamist aastateks 2013–2020. Aktiivsena vananemise arengukava eesmärgiks seati vanusesõbraliku ühiskonna kujundamine ning vanemaealiste elukvaliteedi ja võrdsete võimaluste kindlustamine. (Aktiivsena vananemise..2013: 3)

Arengukava kitsamad eesmärgid püstitati neljas valdkonnas. Esimene eesmärk-vanemaealised on ühiskonda kaasatud ja sotsiaalselt aktiivsed. Sotsiaalne kaasatus tähendab eakate inimeste võimalust osaleda ühiskonnaelus ning omada ligipääsu erinevatele ressurssidele ja hüvedele, milleks võivad olla näiteks võimalus teha tööd või õppida, vajaduse korral saada sotsiaalkindlustushüvitisi või kasutada sotsiaal- ja tervishoiuteenuseid, saada osa infotehnoloogiavõimalustest vms. Sotsiaalse kaasatuse tagamisel on oluline roll just eaka inimese sissetulekul ja ka sotsiaalsetel võrgustikel. (*Ibid*)

Aktiivsena vananemise ja sotsiaalse kaasatuse aspektist on oluline ka eaka elukeskkond (isiklik eluruum kui ka avalik ruum, nt tänavad ja teed), kui palju erinevad tegurid arvestavad vanemaealiste vajadusi ja erinevaid piiranguid, (nt liikumisel, nägemisel, kuulmisel jne) ning kindlustavad turvalise ja võimalikult iseseisva elu. (*Ibid*)

Sotsiaalse kaasatuse teine pool hõlmab sotsiaalseid suhteid ning ühiskonnaelus osalemise aktiivsust. Vananedes suureneb eaka vajadus kõrvalise abi järele, samuti väheneb eaka lähisuhete ulatus ja kuulumine sotsiaalsetesse võrgustikesse (selle põhjusteks on näiteks muutused leibkonnasja igapäevaelus, erinevad terviseprobleemid ja keskkonnatakitused. Üksindus ja sotsiaalne eraldatus suurendavad eaka vaimse tervisega seonduvate probleeme, mistõttu on sotsiaalsete suhete ja suhtlusvõimaluste säilitamine ja tugevdamine olulised ka eaka inimese tervise ja heaolu vaatepunktist. (*Ibid*)

Teine alaeesmärk- vanemaealised on õpihimulised ja mitmekülgselt aktiivsed õppijad. Õppimise juures on eriti oluliseks aspektiks just elukestev õpe, mis hõlmab erinevaid õppetegevusi kogu elukaare ulatuses. Elukestva õppe alla kuulub kogu üldharidust, kutseharidust ja -koolitust, mitteformaalset haridust (osalemist tööalastel või vabahariduslikel koolitustel, seminaridel ja konverentsidel käimist) ja informaalset õpet (iseseisev õppimine, sh meediast, sõpradelt, pereliikmetelt, kolleegidelt jt), milles eakas inimeneelu jooksul osaletakse ning mille tulemuseks uued teadmised, oskused ja pädevused. Investeerimist haridusse peetakse osaks aktiivsest vananemisest, hea haridus soodustab teadmiste ja oskuste arendamist. (Aktiivsena vananemise..2013: 3)

Kolmandaks oluliseks alaeesmärgiks on arengukavas märgitud - vanemaealised on tööturul aktiivsed ja oma tööeluga rahul. Rahvastiku vananemise ja tööealiste osatähtsuse vähenemise tõttu on vajalik, et inimeste tööhõivevõime püsiks kõrgena võimalikult kaua, on oluline, et inimesed ei lahkuku tööturult enne vanaduspensioniea saabumist ning jätkaksid töötamist ka peale pensioniea kätte jõudmist. Eestis on sellest tulenevalt tõstetud või kavatsetakse lähitulevikus vanaduspensioniiiga tõsta, kuna see suurendab vanemaealiste osakaalu tööjõus. Töötamine ja tööalane aktiivsus on seotud inimese üldise aktiivsusega. Töötamisest saadav kasum annab majanduslikud ressursid, need aitavad kindlustada eaka toimetulekut ja mõjutavad elukvaliteeti. Lisaks rahalistele ressurssidele pakub töötamine eakatele ka mitterahalisi ressursse (võimaluse luua ja tugevdada sotsiaalseid suhteid, arendada oskusteadmisi, omandada uusi kogemusi jne.) (Ibid)

Neljandaks ja viimaseks alaeesmärgiks on- vanemaealised elavad kauem tervena ja hästi toimetulevana. Tervisel on oluline roll inimese elukvaliteedi, toimetuleku ning heaolu mõjutamisel. Tervislikul seisundil on kiiresti vananeva ühiskonna kontekstis määrav tähtsus (hea tervis võimaldab inimesel aktiivselt osaleda tööturul, elukestvas õppes, samuti sõlmida ja säilitada inimsuhteid, osaleda ühiskonna- ja kultuurielus jne.) Tervena vananemine on aktiivsena vananemise põhieeldusi. Hea tervise juures on olulised nii füüsiline tervis kui ka vaimne tervis. Eakate inimeste tervisenäitajad mõjutavad otseselt sotsiaal- ja tervishoiuteenuste vajadust ja nõudlust ühiskonnas. Vajalik on, et erinevad teenused toimiksid omavahel seostatuna ning toetaksid inimese tervislikku seisundit,

heaolu ja toimetulekut, seejuures on oluline, et inimesed oleksid teadlikud erinevatest pakutavatest sotsiaalteenustest ja toetustest ning, et kõigil oleks nendele teenustele ja toetustele võrdne ligipääs. (Aktiivsena vananemise..2013: 3)

Vananemine on elu loomulik protsess, mis toimub sünnist surmani. Aktiivse vananemise kontekstis on oluline, et eakas inimene ei jääks aktiivseks mitte ainult füüsiliselt vaid ka vaimselt, sotsiaalselt ja majanduslikult. On oluline, et eakad inimesed jäävad terveks, oskavad oma tervise eest hoolitseda ning on aktiivsed ja liikuvad ning kõik aktiivseks ja täisväärtuslikuks eluks vajalikud vajadused on täidetud.

Inimesed on biopsühhosotsiaalsed olevused. See tähendab, et iga inimene on tervik, millel võib eristada kolme omavahel seotud, kuid samal ajal kvalitatiivselt erinevat tasandit ja/või funktsionaalset süsteemi (Paavel...2009: 11):

- bioloogilis-somaatiline, ennekõike meie füüsilis-keemilis-bioloogilise kehaga seonduv, sellest tingitud ja/või tulenev ning ennekõike keha kaudu mõjutatav,
- psüühiline, ennekõike meie psüühika ja närvisüsteemiga seonduv, sellest tingitud ja/või tulenev ning ennekõike psüühika kaudu mõjutatav,
- sotsiaalne, ennekõike meie ümber oleva sotsiaalse keskkonnaga seonduv, sellest tingitud ja/või tulenev ning sotsiaalse keskkonna ja suhete kaudu mõjutatav.

Mis iganes protsessid ka ühes kolmest funktsionaalsest süsteemist ei toimuks, avaldavad need vähemal või rohkemal määral mõju ka ülejäänud kahele. Vastavatest seostest on käsitlusel ka järgnevad seoseahelad (Paavel...2009: 11-12):

- psühhosomaatilised seosed- füüsilis-keemilis-bioloogilise keha ja psüühika vahelised seosed ning omavaheline vastastikune mõjutamine. Psühhosomaatilised seosed tähendavad ja väljendavad ennekõike seda, et meie psüühikaga toimuv on (või võib olla) tingitud somaatilistest protsessidest, häiretest vms ning vastupidi – somaatilised protsessid, häired vms võivad olla tingitud meie psüühikast.
- Psühhosotsiaalsed seosed- tähendavad ja väljendavad konkreetse inimese psüühika ja sotsiaalse keskkonna, sotsiaalsete suhete ning sotsiaalsete probleemide vastastikust seotust ja omavahelist sõltuvust. Muu hulgas tähendab see ka seda, et inimeste psüühilisi probleeme ja vaevusi saab lahendada või leevendada sotsiaalsete ettevõtmiste või tegevustega.

- Somaatilis-sotsiaalsed seosed. Selliste seoste võimaliku näitena võiks tuua vaesusest tingitud alatoitumuse ja sellest tulenevad tervise-, kasvu- või käitumishäired.

Inglismaa sotsiaalteadlased Doyal ja Gough (1994) on välja pakkunud idee objektiivsest elustandardist, mis peaks olema sotsiaalkaitsevõrgustiku aluseks. Selle idee kohaselt on inimese või pere peamiseks eesmärgiks olulise kahju vältimine. Selle tagamiseks peavad olema rahuldatud põhivajadused optimaalsel tasemel. Põhivajadusi on kaks- füüsiline tervis ja tegutsemisvabadus. Need kaks põhivajadust rahuldatakse vahevajaduste kaudu, mida on kokku 11: toit ja vesi, piisavalt kaitsev eluase, ohutu töökeskkond, ohutu elukeskkond, piisav ravikindlustus, lapsepõlve turvalisus, piisavad suhted lähedastega, füüsiline turvalisus, majanduslik turvalisus, turvaline sünnitusabi ja põhiharidus. (Einasto..2001: 22)Doyal ja Gough (1994) väidavad, et inimese peamine eesmärk on osaleda ühiskonnas võimalikult täielikult ning selleks vajab ta tervist ja õigust oma elu korraldada. Nimetatud põhivajadused on inimestel universaalsed – sõltumata rassist, rahvusest ja/või geograafilisest asendist. (Doyal, Gough...1994)

Erik Allardt käsitleb heaolu elatustaseme ja elukvaliteedi kaudu. Allardti käsitluses koosneb elatustase kõigest sellest, mida inimene omab - sissetulek, eluase, töö, haridus ja tervis. Inimese elukvaliteet sõltub aga sotsiaalsetest suhetest pereliikmete, sõprade ja naabritega ning eneserealiseerimisest, selleks on ühiskondlik staatus, poliitilised ressursid ja vaba aja tegevused. (Allardt 1976: 227–239) Erik Allardt (1996: 224–241) on oma heaoluteoorias välja toonud ka kaks olulist toimetuleku hindamisega seotud faktorit, mille puhul tuleb arvesse võtta isiku elatustaset, tema suhteid, eneseteostust. Allrdti teooria järgi (1993) on inimesel kolm põhivajadust, nendeks on omamine, armastamine ja olemine, need jagunevad omakorda objektiivseteks ja subjektiivseteks vajadusteks. Omamist mõõtvateks indikaatoriteks on põhiliselt elamistingimused ja tervis, armastamise indikaatoriteks on sotsiaalne suhtlemine, kuulumine seltsidesse ja ühingutesse, olemise indikaatoriks on sotsiaalne kaasatus ja huvitegevused. (Allardt...1998: 88-94) Hilisemates uuringutes lisab Allardt veel ühe mõõtme, milleks on tegevuses püsimine. Allardt peab tähtsaks isikute subjektiivset heaolu. (Allardt..1996: 224-241)

Kokkuvõtvalt võib öelda, et eaka aktiivsena vananemise kontekstis on olulised mitmed erinevad aspektid. Eaka heaolu, tervis, tema kuulumine kogukonda, sotsiaalne aktiivsus, võimalus tegeleda sellega, millega tahetakse. Olulisteks faktoriteks on ka inimese sissetulek, tema kindlustatus ning kaitstuse tunne. Erinevate teooriate põhjal võib väita, et inimese aktiivsuse säilitamisel on kõige olulisemal kohal isiku tervis ning võimalus vastavalt oma soovidele tegutseda, seejuures peavad olema rahuldatud inimese esmavajadused.

1.3. Sotsiaalteenused ja –toetused eakatele

Inimese vananedes suureneb ka tema vajadus abi järele, kas siis selleks, et igapäevatoimingutega paremini hakkama saada, või selleks, et eaka inimese toimetulekut parandada või säilitada.

Eesti riik ning kohalikud omavalitsused pakuvad eakatele erinevaid sotsiaalteenuseid ning -toetusi. Järgnevalt on välja toodud ning lahti seletatud eakatele pakutavad sotsiaalteenused ning sotsiaaltoetused. Riigi poolt pakutavateks teenusteks on rehabilitatsiooniteenus, proteeside, ortopeediliste ja muude tehniliste abivahendite andmine ning erihoolekandeteenused, pakutavateks sotsiaaltoetusteks on toimetulekutoetus. Kohaliku omavalitsuse poolt pakutakse järgmisi teenuseid-sotsiaalnõustamine, päevakeskused, koduhooldusteenus ja hooldamine, lisaks erinevatele sotsiaalteenustele võib kohalik omavalitsus eakale toimetuleku parandamiseks pakkuda ka täiendavaid sotsiaaltoetusi.

Täiskasvanu hooldamine ja hooldaja määramine- kui täiskasvanud isik soovib hooldamist vajavat täiskasvanud isikut hooldada, pöördub ta avaldusega oma elukohajärgse kohaliku omavalitsuse sotsiaalosakonda. Kui hooldaja soovib hooldada konkreetset isikut, keda ta juba tunneb, pöördub ta hooldatava elukohajärgse sotsiaalosakonna poole. Ka hooldamist vajav isik ise võib kohaliku omavalitsuse poole pöörduda ning avaldada soovi konkreetse hooldaja osas. (Täiskasvanu hooldamine...2014)

Sotsiaaltöötaja hindab hooldaja sobilikkust ja hooldatava hooldusvajadust. Hooldajale pakutakse vajadusel koolitust. Leping sõlmitakse hooldaja ja kohaliku omavalitsuse vahel ning sinna märgitakse osapooli huvitavad õigused ja kohustused. Täiskasvanu perekonnas hooldamise kulud katavad hooldatav ning tema elukohajärgne kohalik omavalitsus. (Täiskasvanu hooldamine...2014)

Avahooldus ja koduhooldusteenust eesmärgiks on aidata vähenenud toimetulekuvõimega eakal inimesel iseseisvalt, pere või sotsiaaltöötaja organiseeritud teenuste abil harjumuspärasel keskkonnas (kodus) toime tulla. Ava- ja koduhooldusteenusteks on kodus osutatavad teenused ehk koduhooldusteenused (kodu kohandamine, igapäevaelu vajaduste rahuldamine, nõustamine, juhendamine ja hooldamine jms). Areneb ka kodune õendushooldusteenus, väljaspool kodus osutatavad teenused (võimalused aktiivseks tegevuseks päevakeskustes jm), tugiteenused (eritransport, abivahendid, toitlustamine, sauna- ja pesupesemisteenus) (Avahooldus...2014)

Rehabilitatsioon, tegevusvõime säilitamine ja abivahendid- rehabiliteerimine on erinevatest meetmetest koosnev erialane tegevus või protsess inimese oskuste ja võimete ning tugisüsteemide arendamisel. Rehabiliteerimise eesmärgiks on inimese toimetuleku suurendamine ja kõrvalabi või toetuse vajaduse vähendamine. (Rehabilitatsioon...2014)

Eaka inimese rehabiliteerimise eesmärk on hoida eakate võimalikult kõrget füüsilise, meelelise, intellektuaalse, psüühilise ja/või sotsiaalse toimimise taset, võimaldades neile nii iseseisvust ja paremat toimetulekut. Eaka tervisliku seisundi, rehabilitatsiooni või abi vajaduse määrab kindlaks tema perearst, kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötaja, geriaatriline meeskond või rehabilitatsiooniasutuse multidistsiplinaarne meeskond. (*Ibid*)

Üheks oluliseks teenuseks on ka omastehooldus, mis tähendab eaka inimese hooldamist või põetamist kodustes tingimustes. Hooldaja töö on sageli väga siduv, kulutab hooldajat ning kestab sageli päevast päeva ja kuust kuusse. Puhkuse või hooldaja haigestumise ajaks on võimalik hooldatav ajutiselt hoolekandetasutusse paigutada. (Omastehooldus...2014)

Lisaks ülalpool loetletud teenustele pakutakse eakatele ka sotsiaalnõustamist. Sotsiaalhoolekande seaduse (SHS) § 11 järgselt tähendab sotsiaalnõustamine inimesele vajaliku teabe andmist tema sotsiaalsetest õigustest, seaduslike huvide kaitsmise võimalustest ning abistamist konkreetsete sotsiaalsete probleemide lahendamisel edasise toimetuleku soodustamiseks. (Sotsiaalhoolekande...1995)

Sotsiaalhoolekande seaduse (SHS) § 22 järgselt on õigus saada toimetulekutoetust üksi elaval inimesel või perekonnal, kelle netosissetulek pärast eluruumi alaliste kulude mahaarvestamist on alla kehtestatud toimetulekupiiri. (Sotsiaalhoolekande...1995)

Lisaks sotsiaalteenustele ja toetustele pakutakse eakatele ka hoolekandeaasutuse võimalusi ning vaba aja veetmiseks mõeldud asutusi. Sellised asutused on näiteks hooldekodud, päevakeskused, pansionaadid, eakate avahoolduskeskused, sotsiaalkeskused.

Üldhooldekodu on ööpäevaringseks hooldamiseks loodud hoolekandeaasutus, kus viibivad inimesed, kes kõrvalabi- ja hooldusvajaduse tõttu ei ole suutelised iseseisvalt elama ning kelle toimetulekut ei ole võimalik tagada teiste sotsiaalteenuste või muu abi osutamisega. (Hoolekandeaasutused...2014)

Täiskasvanute hooldamisteenuse finantseerimine toimub põhiliselt isikute endi ja/või nende pereliikmete või ülalpidamiskohuslaste ning kohalike omavalitsuste poolt. Riigieelarvest kaetakse vaid enne 01.01.1993 üldhooldekodudesse elama asunud isikute hoolekandekulud. (*Ibid*)

Kui eakas inimene, tema pereliige, ülalpidamiskohuslane või hooldaja soovib taotleda kohta hooldekodusse, tuleb tal pöörduda kas otse hooldekodusse või kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötaja poole, kes selgitab taotlejale koha saamise asjaolusid, tingimusi ning korda. Kui soovitakse taotleda kohaliku omavalitsuse poolset toetust hooldekodukoha eest tasumisel, võtab kohaliku omavalitsuse sotsiaaltöötaja kliendilt või tema esindajalt soovikohase kirjaliku avalduse. (*Ibid*)

Päevakeskused on kohalike omavalitsuste või mittetulundusühingute poolt loodud keskused, kus pakutakse võimalust soodustingimustel avalikke teenuseid kasutada ja vaba aega veeta. Päevakeskuste tegevuse eesmärgiks on täiskasvanute puhul toetada

aktiivset suhtlemist, ennetada toimetulekuprobleeme või toetada igapäevast toimetulekut. Päevakeskuse kliendid määratleb päevakeskus või selle rahastaja. Osad päevakeskused tegutsevad n-ö kogukonnakeskustena ja need on avatud kõigile huvilistele. Samad osad keskused on spetsialiseerunud näiteks toimetulekuprobleemidega perede lastele või psüühikahäirega täiskasvanutele. Kõige rohkem on eakate päevakeskusi. (Päevakeskused...2014)

Kokkuvõtvalt võib öelda, et eaka inimese aktiivsena vananemisel ja täisväärtuslikul elul on suur roll riigi ja kohaliku omavalitsuse poolt pakutavatel sotsiaaltoetustel ja – teenustel. Erinevad teenused ja toetused pakuvad isikule turvatunnet ja võimalust ühiskonnaelus aktiivselt osaleda.

2. UURIMUS EAKATE AKTIIVSENA VANANEMISE VÕIMALUSTEST ALATSKIVI VALLA NÄITEL

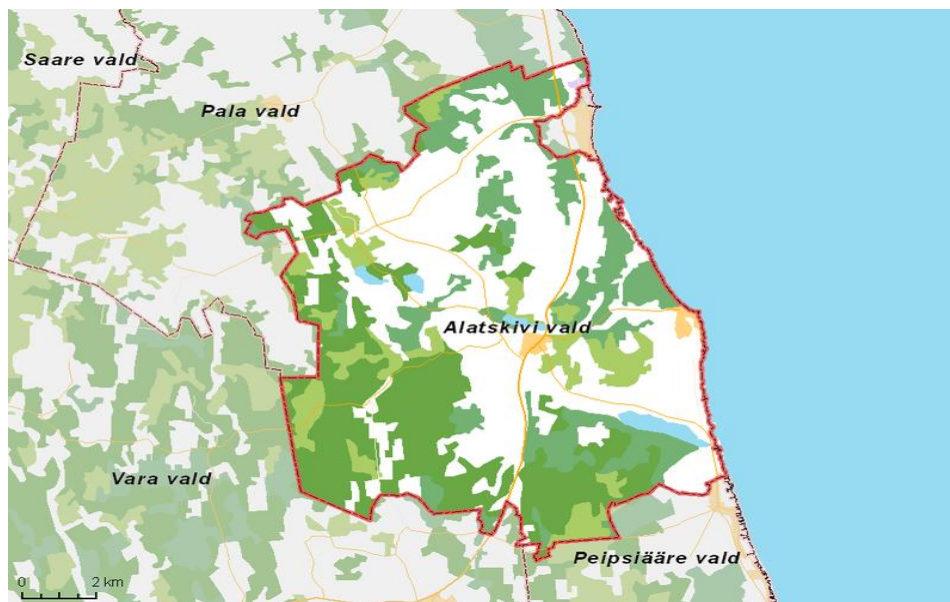
2.1. Alatskivi valla tutvustus

Esimesed märgid inimese olemasolust Kodavere kihelkonnas, kuhu Alatskivi kuulub, pärinevad keskmisest kiviajast, perioodist 9000-5000 a. e. Kr. Mitmed asula- ja linnusekohad ning kalmed annavad tunnistust pidevast asustusest. Omavalitsusüksusena kujunes Alatskivi vald välja 1867. aastal. Kuni 1939. aastani oli tänase Alatskivi valla territooriumil teinegi vald – Kokora, kus esimene omavalitsuse protokoll koostati samuti 1867. aastal. Alatskivi ja Kokora ühendati vastavalt Eesti Vabariigi presidendi otsusele 7. oktoobrist 1938, kusjuures mõned külad liideti naabervaldadega. (Kaart...2014)

Pärast sõda jaotati vald väiksemateks valdadeks, mis nimetati ümber külanõukogudeks. 1954. aastaks suurenes Alatskivi külanõukogu aga liitmiste tulemusena taas peaaegu samadesse piiridesse kui oli vald 1939. aastal. Osa endisest metsaalast kuulub praegu Vara vallale, Tedreküla on jaotatud pooleks Pala vallaga ning osa Pärsikivi külast on liidetud Kallaste linnaga. 16. mail 1991 kinnitas Eesti Vabariigi Ülemnõukogu Alatskivi valla omavalitsusliku staatuse. (*Ibid*)

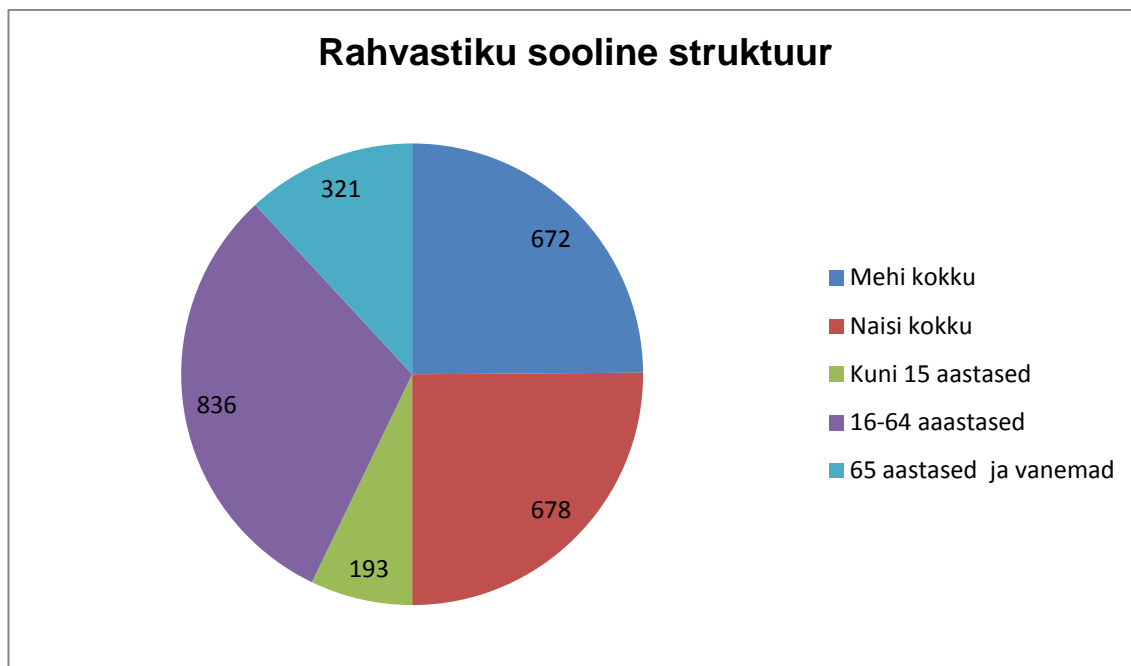
Alatskivi asub Ida-Eestis Peipsi järve vahetus läheduses. Suurematest keskustest on edelas 42 km kaugusel Tartu linn, 7 km kirdes Kallaste linn. Alatskivi vallale kuulub Tartumaa valdade hulgas 13. koht nii pindala (128,38 km²) kui ka elanike arvu järgi (1350). (Peipsi piiril, Alatskivil, Anne ja Karl Elken 1999, lk 11, 33) Alatskivi vallas on 1 alevik (Alatskivi) ja 31 küla. Sulusasulana asub Alatskivi valla piires Kallaste linn.

Asustus on koondunud peamiselt valla põhjaossa ning Alatskivi ümbrusesse. Umbes 1/5 valla elanikest on venelased, kes elavad peamiselt Peipsi ääres Ninal ja Rootsikülas. Piirkonna vene asustus on kujunenud peamiselt 17. sajandi II poolel. (Alatskivi...2014)



Joonis 1. Alatskivi vald (Allikas: Map..2014)

Alatskivi vallas tegeletakse põllumajanduse (OÜ Friendsland) ja kalapüügiga. Areneb turismiga seotud ettevõtlus (majutus- ja toitlustusteenuseid pakkuvad ettevõtted). Valla lõunaosa on valdavalt metsane, metsamaa hõlmab vallast 46% (2003), riigimetsi haldab Tartumaa metskonna Alatskivi metsandik. Alatskivi vallas asuvad ka mitmed hariduse, kultuuri ja tervishoiuga seotud asutused. Alatskivil, Kokoras ja Ninal on raamatukogu, Torila külas SA Peipsiveere Hooldusravikeskus. Ninal asuvad õigeusu Jumalaema Kaitsmise kirik (ehitatud 1824–28) ja kalmistu, Alatskivil EELK Alatskivi kirik ja kalmistu. Rupsil asub Liivi Muuseum (asutatud 1988 Eesti Põllumajandusmuuseumi filiaalina). Alatskivi valla tuntuimaks kohaks on Alatskivi mõis. (Alatskivi...2014)



Joonis 2. Rahvastiku sooline ja vanuseline struktuur (Antud informatsioon on saadud Alatskivi vallavolikogu kultuurikomisjoni esinaiselt Külli Mustilt elektronkirja teel 03.02.2014)

Seisuga 1. jaanuar 2013 oli Alatskivi valla rahvaarv 1350 inimest, kellest naisi kokku 678 ning mehi 672. Alatskivi valla asustustiheduseks on seega 10,5 inimest ühe ruutkilomeetri kohta. (Antud informatsioon on saadud Alatskivi vallavolikogu kultuurikomisjoni esinaiselt Külli Mustilt elektronkirja teel 03.02.2014)

Alatskivi valla rahvastikust moodustavad suurima osa tööealised 16-64 eluaastased, mehed ning naised, keda on vallas kokku 835. Järgmine suurem vanusegrupp on pensioniealised mehed ja naised eluaastates 65 ja vanemad keda on vallas kokku 321. Tööeas nooremaid (kuni 15 aastaseid) inimesi on Alatskivi vallas 193. (Antud informatsioon on saadud Alatskivi vallavolikogu kultuurikomisjoni esinaiselt Külli Mustilt elektronkirja teel 03.02.2014)

Alatskivi valla sotsiaalhoolekande eest vastutab ja seda korraldab vallavalitsuse sotsiaalnõunik. Sotsiaaltöö tegevus on suunatud probleemide lahendamisele inimsuhetes ning inimeste nõustamisele. Aidatakse kaasa inimeste ühiskonnas toimetulekule ja osalemisvõime paranemisele. (Sotsiaal...2014)

Sotsiaalnõuniku tegevuste hulka kuulub Alatskivi valla sotsiaalregistri pidamine, lisaks sellele ka puuetega isikute-, eakate- ja laste hoolekanne sh. lastekaitse, hoolduse korraldamine perekonnas, järelvalve teostamine hooldaja tegevuse üle ning eestkostetasutuste töö korraldamine. (Sotsiaal...2014)

Alatskivi valla elanikkond vananeb, ning sotsiaalselt mittetoimetulevaid inimesi on palju. Noored inimesed lahkuvad vallast, ning tagasi tulevad vähesed, seetõttu on rahvaarv langevas trendis. Kõige suuremateks kitsaskohtadeks on elanike toimetulek, ebapiisav teedehoid, kehvad sportimistingimused, kultuurikeskuse puudumine ning halb bussisühendus Tartu linnaga. (Alatskivi...2011:4)

Alatskivi Vallavalitsuse poolt pakutavad sotsiaalteenuseid on järgmised: (Sotsiaal...2014):

- sotsiaalnõustamine,
- kodune sotsiaalabi (hooldustöötaja poolt pakutavad teenused),
- isiku paigutamine hoolekandetasutusse vallavalitsuse kulul(kui puuduvad seadusjärgsed ülalpidajad),
- eakate inimeste ja puuetega inimeste transport ravi- või rehabilitatsiooniasutusse,
- hooldaja vormistamine,
- eluasemeteenus (sotsiaalkorter Alatskivil),
- abivahendite rentimise vormistamine (turvahäll, -tool, kargud),
- nõustamine pereküsimustes.

Alatskivi Vallavalitsus ostab sisse järgmisi teenuseid (*Ibid*):

- igapäevaelu toetamise teenust,
- hooldamine hoolekandetasutuses (ka turvakodud ja varjupaigad),
- sõltuvushäirete ravi ja rehabilitatsioon,
- tööturuteenused,
- eritransporditeenus.

Hooldustöötaja poolt pakutakse Alatskivi vallas järgmisi teenuseid(*Ibid*):

- toiduainete kojutoomine,
- ravimite kojutoomine,
- abistamine maksete tasumisel,
- abistamine asjaajamisel ametiasutustega ja dokumentide vormistamisel,
- puude ja vee tuppatoomine,
- transporditeenus ravi- ja hoolekandetasutusse.

Alatskivi vallas asub ka hoolekandeteenuseid pakkuv asutus SA Peipsiveere Hooldusravikeskus, mis avati 7. septembril 2009. aastal. SA Peipsiveere Hooldusravikeskus pakub hooldusravi, koduõendust ja hooldekodu võimalust eelkõige Alatskivi ja naaberomavalitsuste inimestele, kellel on krooniliste haiguste või kõrge ea tõttu raskusi enese igapäevaeluga toimetulekuks. (SA Peipsiveere...2014)

Hooldusravi sihtrühma kuuluvad püsiva tervisekahjustuse ja funktsionaalsete häiretega inimesed, kes vajavad pidevalt või perioodiliselt õendusabi ning hoolekannet. Sihtrühmast suurima osa moodustavad 65-aastased ja vanemad inimesed. Hooldusravi eesmärgiks on patsiendile parima võimaliku elukvaliteedi/toimetuleku saavutamine või selle säilitamine. Hooldusravile suunatakse arsti saatekirjaga, ning hooldusravi kestab tavaliselt kolm nädalat ja vajadusel on võimalik seda pikendada. Alates 1. maist 2012 tuleb patsiendil hooldusravikeskuses voodipäeva eest tasuda 1,60- 10 päeva eest ühe raviloleku kohta.(Kruup...2012: 1)

2.2. Uurimuse eesmärk, uurimisküsimused ja uurimispiirkond

Käesoleva peatüki alapeatükis kirjeldatakse uurimuse eesmärki, uurimisküsimusi ning uurimispiirkonda, teises alapeatükis kirjeldatakse uurimuse läbiviimist, valimit ning meetodikat, kolmandas alapeatükis analüüsitakse uurimistulemusi, neljandas alapeatükis esitab autor omapoolsed ettepanekud ja järeldused.

Uurimuse eesmärgiks on uurida eakate aktiivsena vananemise võimalusi Alatskivi valla näitel, ning välja selgitada eakate soovid ja tegevused aktiivsuse säilitamisel. Samuti on eesmärgiks uurida, kas eakate arvates pakub Alatskivi vald neile piisavalt võimalusi aktiivsena vananemiseks.

Uurimispiirkonnaks valiti Alatskivi vald. Alatskivi asub Tartumaal, ning on Tartumaa valdadest pindala poolest 13. kohal, lähimaks linnaks on Tartu, mis asub 42 kilomeetri kaugusel, ning Kallaste linn, mis asub 7 km kaugusel (Alatskivi...2014). Eakaid inimesi, 65 eluaastat ja vanemaid on Alatskivi vallas kokku 321, valla kogu rahvaarv on 1350 inimest. (Antud informatsioon on saadud Alatskivi vallavolikogu kultuurikomisjoni esinaisal Külli Mustilt elektronkirja teel 03.02.2014)

Eesmärgist tulenevalt soovitakse leida vastused järgmistele uurimisküsimustele:

- Mida tähendab eakate jaoks aktiivsena vananemine?
- Millised on eakate vaba aja veetmise viisid.
- Mida teevad eakad selleks, et püsida sotsiaalselt aktiivsena ning kui oluline on eakate jaoks eakaaslastega ja pereliikmetega suhtlemine/kohtumine?
- Milliseid sotsiaalteenuseid/toetusi eakad saavad ning milliseid teenuseid/toetusi oleks juurde vaja?
- Milliseks hindavad eakad inimesed oma tervist?
- Kas eakad käivad tööl/sooviksid tööd teha ning kuidas on nad rahul oma sissetulekuga?
- Kui oluliseks peetakse elukestvat õpet?
- Milline on suhtumine eakatesse Alatskivi vallas ning kas vald toetab eakate aktiivsena vananemist?
- Mida arvavad eakad Alatskivil avatud SA Peipsiveere Hooldusravikeskusest ning kas nad vajadusel kasutaksid antud teenust?

Uurimusküsimustele vastuste saamiseks intervjueritakse Alatskivi vallas elavaid 65 aastaseid ja vanemaid inimesi. Samuti viiakse läbi ekspertintervjuu Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga. Intervjuude käigus kogutud andmeid analüüsitakse ning saadud tulemustele tuginedes tehakse järeldusi ja ettepanekuid.

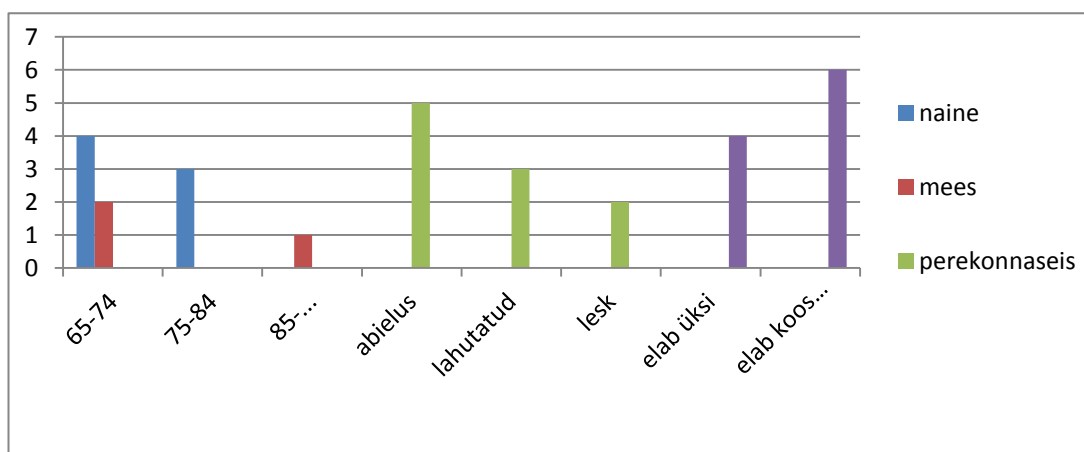
2.3. Uurimuse läbiviimine, valim ja metoodika

Uurimus viidi läbi kvalitatiivse uurimismeetodina, uurimus sisaldas 10 poolstruktureeritud intervjuud Alatskivi valla eakatega ning ühte intervjuud Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga.

Kvalitatiivsetes uuringutes tegeletakse inimeste isikliku ja sotsiaalse kogemuse uurimise, kirjeldamise ja tõlgendamisega. Seejuures püütakse kvalitatiivse uuringu korral mõista pigem väikse arvu osalejate maailmavaadet, selle asemel, et kontrollida eelnevalt püstitatud hüpoteesi paikapidavust suure valimi kaugu. Kvalitatiivsed uuringud on suunatud vastajate kogemuste, arusaamade, tõlgenduste mõistmisele ning intervjuud viiakse läbi vastajatele loomulikus keskkonnas. Seejuures iseloomustab kvalitatiivset uuringut paindlikkus ning juba läbitud etappide juurde tagasipöördumine ning erinevate uuringuetappide omavahel segunemine. (Kvalitatiivne...2008: 20-23)

Antud lõputöös on kasutatud poolstruktureeritud intervjuusid (vaata lisa 1). Valimiks osutusid Alatskivi vallas elavad 65 aastased ja vanemad inimesed. Inimesed valiti välja juhuslikult. Samuti viidi läbi ekspertintervjuu Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga, kuna tema puutub valitud sihtgrupiga ja sihtgrupiga seonduvate teemade/probleemidega kokku igapäevaselt.

Intervjuusid viidi läbi 11, neist 10 olid intervjuud sihtgruppi kuuluvate inimestega ning üks ekspertintervjuu Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga. Eakatele mõeldud küsimusi oli kokku 28 ja sotsiaaltöötajale mõeldud ekspertintervjuus oli kokku kaheksa küsimust. Individuaalsed intervjuud viidi läbi respondentide kodudes ajavahemikul 20-23.04.2014, ekspertintervjuu viidi läbi sotsiaaltöötaja kontoris. Intervjuude kestus oli erinev, kõige lühem intervjuu kestis 7 minutit ja 11 sekundit ning kõige pikem intervjuu 36 minutit ja 14 sekundit.



Joonis 3. Valimi moodustanud eakad soo, vanuse, perekonnaseisu ja leibkonna järgi (autori koostatud).

Valimi moodustas kokku 10 eakat inimest vanuses 65-eluaastat ja vanemad. Meeste osakaal oli uuringus 30%, vanusegrupis 75-84 eluaastat, ei osalenud ühtegi meest. Naiste osakaal oli 70% ning vastanutest ei olnud ühtegi naist vanuses 85-... eluaastat.

Kümnest vastanust viis olid abielus ning elasid koos oma abikaasaga, kolm eakat oli lahutatud ning elasid üksi, kaks eakat olid lesed ning elasid samuti üksi. Koos laste ja/või lastelastega ei elanud vastanutest keegi.

Eakatele esitatud küsimused olid jagatud erinevatesse kategooriatesse vastavalt küsimuste sisule:

- üldküsimused,
- vaba aja kasutamise seotud küsimused,
- suhted pereliikmete ja eakaaslastega,
- töö ja sissetulekuga seotud küsimused,
- elukestva õppega seotud küsimused.

Intervjuud viidi läbi eelnevalt koostatud küsimuste põhjal ning salvestati respondentide nõusolekul diktofonile. Poolstruktureeritud intervjuu võimaldas muuta küsimuste järjekorda ning küsida täiendavaid küsimusi, vastavalt intervjuueeritava vastustele. Intervjuu käigus saadud kvantitatiivseid andmeid analüüsiti Microsoft Excel programmiga, avatud küsimuste vastused transkribeeriti, kodeeriti ning analüüsiti.

Intervjuud olid anonüümsed ning vastajate nimesid töös ei kasutata. Igale respondentile on omastatud kood, mida kasutatakse nende vastuste tsiteerimisel. Tähekode näitab, kas vastajaks oli eakas naisterahvas (EN), eakas meesterahvas (EM) või Alatskivi valla sotsiaaltöötaja (ST). Intervjuude käigus läbi viidud küsimuste vastustest on tsitaadid välja toodud sõna-sõnalt, näidetena esitatud tsitaadid on töös välja toodud kursiivkirjas.

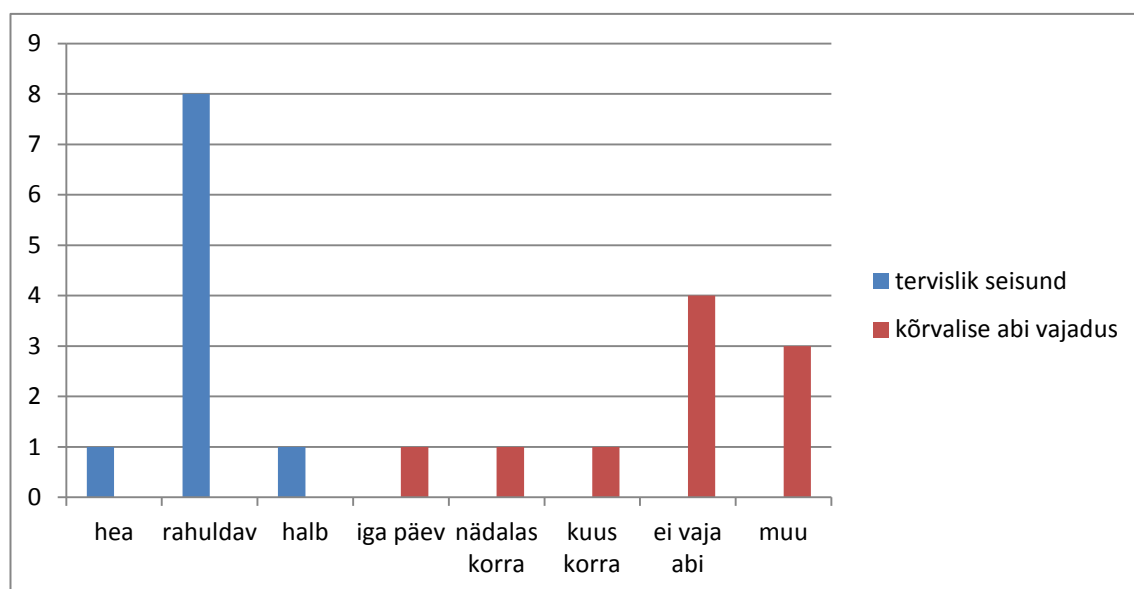
2.4 Uurimistulemuste analüüs

Käesolevas peatükis on analüüsitud uurimistulemusi vastavalt küsimustikus esitatud kategooriatele. Uurimistulemused on välja toodud küsitluses esinevas järjekorras. Küsimused on jagatud järgnevasse kategooriatesse: üldküsimused, vaba aja

kasutamise seotud küsimused, suhted pereliikmete ja eakaaslastega, töö ja sissetulekuga seotud küsimused, elukestva õppega seotud küsimused.

2.4.1 Üldküsimused eakatele

Antud alapeatükis on joonistena välja toodud ning analüüsitud üldküsimustest saadud andmeid. Joonistena on välja toodud, kuidas eakas hindab oma tervislikku seisundit ning millisel määral vajab eakas inimene igapäevaelus kõrvalist abi. Peatükis on analüüsitud ka kahe avatud küsimuse vastuseid, kus on kursiivkirjas välja toodud eakate inimeste vastused.



Joonis 4. Vastanute hinnang oma tervisest ja kõrvalise abi vajadus (autori koostatus)

Küsimusele „Kuidas hindate oma tervislikku seisundit?“ vastas enamus eakatest (8), et peavad oma tervislikku seisundit rahuldavaks. Vastanutest 1 pidas oma tervislikku seisundit halvaks ning 1 heaks. Vastanud eakatest ei pidanud mitte keegi oma tervislikku seisundit väga heaks.

Vastanud eakatest 4 ei vaja kõrvalist abi, iga päev vajab kõrvalist abi 1 inimene, samuti vajab 1 inimene abi korra kuus ning 1 inimene korra nädalas. 3 eakat vastas antud küsimusele variandiga „muu“. Variant „muu“ alla toodi põhjenduseks abi vajadus

hooajalistel töödel, näiteks puude lõhkumisel, õunapuude lõikumisel, maa harimisel, haiguse korral ning aiamaal töötades.

Aktiivsena vananemise tähendus eakate jaoks

Kümnest vastajast neli pidas aktiivseks vananemiseks füüsilist tegevust, liikumist, toimetamist, vastavalt oma võimalustele.

„ Ei tohi jääda istuma, vanem inimene peab koguaeg liikuma, tegevuses olema, oma jõu kohaselt. ” (EN 1)

„ Teatud tegevused, elus nii palju kui võimalik kõigele kaasa lüüa, see ongi aktiivsena vananemine. ” (EN 6)

„ Teed koduseid toimetusi, käid väljas kõndimas, aiamaal rohimas,peenramaal. ” (EN10)

Vastanutest kaks pidas oluliseks suhtlemist sõpradega, ühiskonnas aktiivsena tegutsemist, väljas käimist, seltsides osalemist.

„ Peab vist midagi tegutsema ka vahepeal, muidu hakkab väga igav, ikka kusagil käima, sõpradega kohtuma, teatris käima. ” (EN2)

„ Aktiivsus oleneb vanainimesest endast, mõni on väga ära vajunud, enam kuskile ei taha ja ei jõua aga vanainimene peab ise olema aktiivsem, siis tal ei tule nii palju neid hädasid ja haigusi, peab ennast kätte võtma. Ja peab olema enda suhtes aktiivsem, peab tegutsema endasuguste seltsides ja olema ka ühiskonnas aktiivne, mitte et teed ainult kodus süüa ja moosi. ” (EN4)

Vastanutest kaks inimest pidasid oluliseks seda, et vanusenumbrit ei tohi tähtsaks pidada, tuleb tegutseda oma võimete kohaselt ning vanusenumbrile mitte tähtsust omistada.

„ Vanusenumbrit ei ole üldse mõtet ütelda, nii nagu ise oled, nii oled, oled nii noor kui ise tunned. ” (EN3)

„ Üldiselt ei mõtle üldse vananemise peale, teed ja toimetad oma rida, teed süüa, toimetad lastega, üldse ei mõtle vanuse peale. ” (EN5)

Kaks vastajat pidas aktiivsena vananemise juures oluliseks just tervislikku seisundit.

„ Kui oleks tervis parem, siis oleks rõõmsam see asi aga kui tervis natuke lonkab, siis eriti hea ei ole. ” (EM1)

Eakate igapäevaelu

Eakate igapäevaelu möödub enamasti koduseid töid ja toimetusi tehes, tegeletakse aiatöödega, loomade kasvatamisega, igapäevaelu sõltub ka hooajast, suvel tegeletakse rohkem aiatöödega, talvel pigem tubaste tööde ja toimetustega.

„ Talvel tuled üles, sööd ja kütad, suvel rohkem väljas, kevadel riisud ja teed lillepeenraid ja rohkem saab ringi ka sõidetud, kui võimalust on. ” (EN1)

„ Hommikul üles, joob kohvi, sööb, siis askeldab õues, kas lõikab puid või lõhub, suvel tegeleb aiamaaga, kartulite rohimisega, põllutööga, nokitsemistöö. ” (EM2)

„ Kodune toimetamine, küla peal vastavalt võimetele abiks käimine. ” (EM1)

„ Kui tööl olen, siis läheb teiselt, kui kodus siis olen koguaeg liikvel, liikuma peab. ” (EN2)

„ Söögi tegemine, kraamimine, majanduslike asjade muretsemine. ” (EN3)

„ Lambakarjatamine. ” (EM3)

„ Sessoonne, talvel on ühtemoodi, suvel on teistmoodi, kõik oleneb sellest mis vaja just momendil teha on. Hommikul üles, natuke liikmeid liigutada, teed kohvi ja mõtled päevase programmi endale. ” (EN4)

„ Hilja voodi, nõnda rikkus majja toodi, hommikul ikka päikesega üles, talvel magad kauem. ” (EN5)

„ Hommikul vara tõusen, teen hommikuvõimlemise, söön, loen ajalehte ja siis lähen kooserdama, hulkuma. ” (EN6)

„ Tõuseme hommikul üles, sööme, siis teen süüa, abikaasa toob puid. ” (EN7)

2.4.2 Vaba ajaga seotud küsimused

Antud peatükis analüüsitakse eakate vaba ajaga seotud küsimusi. Peatükis antakse ülevaade eakate hobidest, vaba aja sisustamisest, seltsitegevustes osalemisest ning eakatele meeldivatest vaba aja veetmise võimalustest.

Kuidas sisustate oma vaba aega?

Kümnest vastajast viis veetis oma vaba aega põhiliselt televiisorit vaadates, raadiot kuulates ning ka arvutiga tegeledes.

„ Talvel jalutasin, siis vaatad televiisorit. Suvel siis askeldad kilemajas,peenramaal, mesilastega õiendab. ” (EM2)

„ Ajalehte loen ja, televiisorit vaatan, kodus on tegevust ju koguaeg, niiet igavust ei ole. ” (EM1)

„ Arvutis, teleka vaatamisega, sisustaksin aega lugemisega aga ma ei näe. ” (EN3)

„ Ajaleht, raadio ja televisioon on need mis seda vaba aega sisustavad. ” (EM3)

„Seriaalide vaatamine ja siis käsitööd teen. ” (EN1)

Kolm eakat sisustas oma vaba aega lastel abiks käimisega ning lastelastega tegelemisega ning koduste igapäevatoimetustega tegelemisega.

„ Lastelastega tegelen ja aiatööga. ” (EN2)

„ Väga igavalt, loen, ristsõnamõistatusi lahendan ja käin tütre juures siin kodustel töödel abiks. ” (EN6)

„ Põhiliselt igapäevatoimetused, põllumaa, söögi tegemine, koristamine. ” (EN5)

Kümnest vastanust kaks märkis vaba aja sisustamise juures ära ka seltsitegevused ning huviringides osalemise.

„ Tegelikult põhiliselt on kõik aeg vaba, siis ma käisin tantsimas ka, rahvatantsu. ” (EN7)

„ Kui teda nüüd oleks. Vaba aega sisustan mitmeti, kõigepealt ajakirjandus, siis televisioon, maanaisteseltsi ühised üritused, käin laulmas, meil on moodustatud naistest ja eakatest lauluansambel. ” (EN4)

Kas tegelete (tervise)spordiga?

Kümnest vastanust seitse tegelevad (tervise) spordiga, käivad jalutamas, sõidavad rattaga, käivad ujumas või teevad kepikõndi. Üks vastanutest pidas spordiks ka füüsilise töö tegemist.

„ Ikka jah, jalutan, kõnnin. ” (EN6)

„ Jalutamisega tegelen aga joosta enam ei jõua, ujumas käisin suvel. ” (EM2)

„ Jalgrattaga sõidan ja ikka liigun, talvel kepikõnd. ” (EN2)

„ Hommikuvõimlemine, füüsiline töö, see ongi sport. ” (EN4)

„ Rahvatants, liikuv eluviis, sõidan rattaga. ” (EN5)

Vastajatest kolm ei tegele (tervise) spordiga, põhjenduseks toodi tervislikud probleemid.

„ Ei tegele, sellepärast, et kõik kohad valutavad. ” (EN3)

„ Vanasti küll aga nüüd enam ei tegele, kõik kohad on ära, mis sa sealt spordist enam. ” (EN1)

On teil mõni hobi?

Üheksa vastajat kümnest ütles, et neil on hobi. Põhiliselt on eakate hobideks lugemine, käsitööga tegelemine, samuti loomade pidamine ja aiandus

„ Talvel muidugi kudumine ja lugemine, ristsõnad meeldivad mulle. ”(EN6)

„ Muidu oli kudumine aga nüüd närvipõletiku pärast ei saa, muidu on lugemine. ”(EN7)

„ Hobiks on mesindus ja aiandus. ”(EM2)

„ Talvel koon, lastele sokke. ”(EN2)

„ Loomapidamine. ” (EM3)

„ Hobi on aiandus, siseruumide kujundus. ”(EN4)

„ Rahvatants läheb hobide alla. ”(EN5)

Üks vastanutest ütles, et temal ei ole ühtegi hobi.

„ Erilist midagi ei ole, päris hobiks ei saa vist midagi nimetada. ”(EM1)

Kui tihti käite väljas (teatris, kinos, kontsertidel, muuseumis jne)?

Kümnest vastajast kolm käib väljas üks või enam korda nädalas.

„ Üks neist on ikka üks või enam korda nädalas. ”(EN3)

Kaks inimest vastasid, et käivad väljas üks või enam korda kuus.

„ Teatris ei käigi enam aga kinos käin Tartus ikka tihtipeale, kaks korda kuus umbes. ”(EN6)

Neli inimest kümnes käib väljas üks või enam korda aastas.

„ Möödunud aastal käisin küll kaks korda teatris Alatskivil, linnas ei ole käinud. ”(EM2)

„ Meil on üks teatrivolinik seal seltsid, tema korraldab teatrikülastusi küll ja siis on ekskursioonid, need on aastas korra. ’’(EN4)

„ Paar kolm korda aastas võibolla, palju sa seal teatris ikka käid, kinos ei, maal ei olegi siin. ’’(EN1)

Vaid üks kümnest inimesest vastas, et käib teatris, kinos, muuseumis harvem kui üks või enam korda aastas.

„ Ega ma tegelikult ausalt öeldes kinos ega teatris ei käi, kino saab telekast. Ei ole teab mis ajast käinud. ’’(EM3)

Kas osalete mõnes seltsitegevuses või huviklubis? Kui ei, siis mis põhjusel?

Kümnest vastajast viis ei osale seltsitegevuses ega huviklubis. Peamisteks põhjusteks olid tervislikud probleemid, soov pigem üksi nokitseda ning ajapuudus.

„ Ei osale, mind ei huvita seltsiklubid, aeg on ümber. ’’(EN6)

„ Ei, ei ole aega ja seda viitsimist ka ei ole. ’’(EM2)

„ Ei, ma ei oskagi öelda miks, aega ei jaguks vist. ’’(EN2)

„ Praegu ei, lihtsalt vanadusest ja tervislikud probleemid. ’’(EM3)

„ Ei osale, mulle meeldib omaette nokitseda ja mulle meeldib olla üksinda. ’’(EN5)

Viis vastajat kümnest osaleb seltsitegevustes või huvigrupis, käiakse kas rahvatantsus või ollakse maanaiste seltsi liige.

„ Maanaisteseltsis osalen. ’’(EN7)

„ Naisseseltsi liige olen aga ega ma seal käinud ei ole, huvialadest käin tantsimas veel. ’’(EN3)

„ Maanaisteseltsis, see on see elu ja õnnistus meil praegu küll. ’’(EN4)

Millistest huviringidest, gruppidest, seltsidest tunnete puudust?

Kümnest vastajast kaheksa ei tunne huviringidest, seltsidest, ega gruppidest puudust, peamiseks põhjusteks olid ajapuudus, soov omaette tegutseda ning soov end mitte millegagi siduda.

„ Ei nõua midagi, nii paljud selles eas ütlevad, et ei taha siduda ennast, et oled kellestki mõjutatud koguaeg. ”(EN3)

„ Ei tunne absoluutselt millestki puudust, sellepärast, et see aktiivne elu on koguaeg minu jaoks olnud, olen töötanud küllaliki rahvarohketes kohtades ja tunnen nüüd, et elan ainult ilusti üksinda, teen mis tahan ja ongi kogu lugu. ”(EN5)

Vaid kaks vastajat kümnest tunnevad puudust temaatilistest loengutest, vastavalt enda huvidele.

„ Mesindusloengud võiks olla. ” (EM2)

„ Jaa, ma mõtlen küll, tahtsime näiteks loenguid, temaatilisi loenguid just mis puudutavad vanemaid inimesi, terviseloengud. ”(EN4)

Milline oleks teie jaoks meeldiv vaba aja veetmise viis?

Kümnest vastajast viis veedaksid meeleldi oma vaba aega sõpradega, käiks kontserdil või ringreisil või tegeleks lastelastega.

„ Suhtleksin oma eakaaslastega, sellepärast käin tihti Tartus, mul on suhtlusring Tartus, vanad kooliõed. ”(EN6)

„ Mingil määral ikka tuttavate või sõbrannadega ka kokku saada ja kuskil väikesel ringreisil käia. ”(EN5)

„ Käiksin kuskil kontserdil kui oleks kellegagi käia. ”(EN7)

„ Suhtleks oma lastelastega, see on küll kihvt. ”(EN4)

Kaks vastajat veedaksid oma vaba aega enda äranägemise järgi, ei soovi, et oleks kellegi ees kohustusi.

„ Et ei oleks seda sõna „peab”, peab minema, peab tegema. Oled vaba, igas mõttes, teed mis tahad. ”(EN3)

„ Kui on vaba aega, siis ise enda äranägemise järgi, kas teed või jalutad või lihtsalt käid looduses. ”(EM3)

Kolme vastaja jaoks tähendab meeldiv vaba aja veetmine kas televisiooni jälgimist, looduses viibimist või käsitööga tegelemist

„ Vabal ajal vaataks telekat, mõnda huvitavat saadet, hommikul Terevisioon ja õhtul mõni seriaal, suvel rohkem aega õues. ”(EM2)

„ Ikka looduses viibimine. ”(EM1)

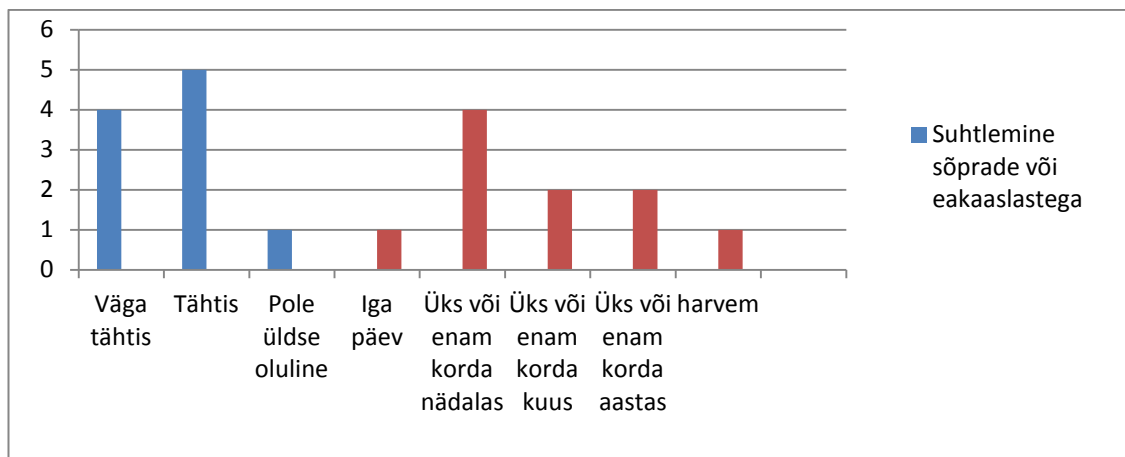
„ Vabal ajal ma rohkem ikka käsitööd teen, ükskõik mida siis, mitu asja korraga käsil. ” (EN1)

Üks vastajatest ei tea milline oleks tema jaoks meeldiv vaba aja veetmise viis kuna vaba aega tal lihtsalt ei ole.

„ Ei oska vastata, sest et aega ei ole praegu nii palju, aega ei jätkugi. ”(EN2)

2.4.3. Suhted pereliikmete ja eakaaslastega

Järgnevas peatükis on analüüsitud küsimusi eakate suhete kohta oma pereliikmete ja eakaaslastega. Joonistena on välja toodud, kui oluline on eakate jaoks sõprade või eakaaslastega suhtlemine, kui tihti eakad oma sõprade või eakaaslastega kohtuvad ning kui oluline on eaka jaoks laste või pereliikmetega suhtlemine ning kui tihti nad nendega kohtuvad.



Joonis 5. Suhtlemine ja kohtumine sõprade/eakaaslastega (autori koostatud)

Kümnest vastajast nelja jaoks on kohtumine sõprade ja/või eakaaslastega väga tähtis.

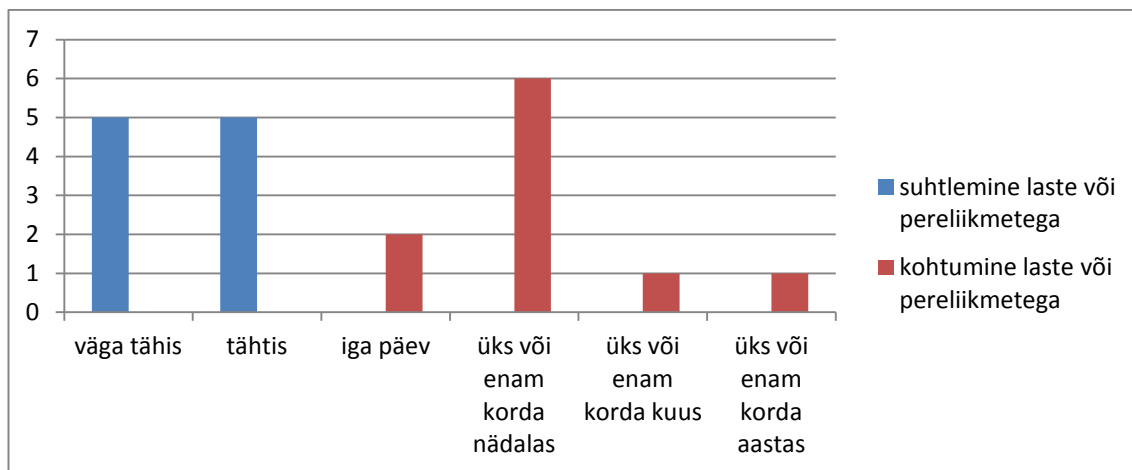
„ Ikka liikuma ja kõnelema peab ju, muidu unustad ära. ”(EN1)

Neli inimest vastas, et nende jaoks on suhtlemine sõprade või eakaaslastega tähtis.

Ühe vastaja jaoks ei ole sõprade ega eakaaslastega suhtlemine üldse oluline.

„ Pole oluline, nagu ei olegi sõpru enam, tööl sai käia siis ikka sai suhelda aga nüüd on suurem osa sõpru juba manala teele läinud. ”(EM2)

Kümnest vastajast üks kohtub sõprade/tuttavatega iga päev, neli vastajat üks või enam korda nädalas, kaks vastajat saab sõprade/tuttavatega kokku üks või enam korda kuus, samuti kohtub kaks intervjuueeritavat sõprade/tuttavatega üks või enam korda aastas ning üks vastanutest kohtub sõprade/tuttavatega harvem kui kord aastas.



Joonis 6. Suhtlemine ja kohtumine laste ja/või pereliikmetega (autori koostatud)

Kümnest eakast viis vastas, et nende jaoks on suhtlemine laste ja/või pereliikmetega väga tähtis, sama arvu inimeste jaoks on suhtlemine laste/pereliikmetega tähtis. Antud küsimuse puhul ei valinud keegi vastanutest valikuvariante „vähetähtis” või „pole üldse oluline”.

Laste ja/või pereliikmetega kohtub iga päev kaks eakat inimest, üks või enam korda nädalas kohtub laste/pereliikmetega kuus vastajat, üks eakas kohtub üks või enam korda kuus ning üks vastajatest üks või enam korda aastas.

2.4.5. Töö ja sissetulek

Antud peatükis antakse ülevaade eakate töö ja sissetuleku kohta. Otsitakse vastuseid sellele, kas eakad on oma sissetulekuga rahul. Samuti selgitatakse välja, kas vastajad käivad tööl, kuidas töö tegemine mõjub eaka tervisele ja sotsiaalsele elule, ning kas tööl käiad on kunagi tundnud tõrjutust oma vanuse tõttu. Nende hulgast, kes tööl ei käi, selgitatakse välja, miks töö tegemine lõpetati ning kas võimaluse korral soovitakse taas tööle minna.

Kuidas olete rahul oma sissetulekuga?

Kolm inimest kümnest vastas, et on oma sissetulekuga rahul.

„ Elab ära, rahul. ”(EM2)

„ Mina olen rahul, natuke vähe ikka on aga ei hakka nüüd vinguma. ” (EN3)

Neli inimest pidas oma sissetulekut rahuldavaks, vastati, et pension ei ole küll kõige parem kuid sellega saab hakkama.

„ Pension, kuidagimoodi välja tuled. ”(EN1)

„ Noh, pensioni saab ja ega muud rohkem midagi ei ole. ” (EM3)

Kümnest kolm vastajat ütles, et nemad ei ole oma sissetulekuga rahul, üks vastajatest sai ka tütrelt rahalist abi.

„ Üksinda on raske, saan ikka tütre käest toetust. ” (EN4)

„ Sellega küll ei saa rahul olla, ikka 42 aastat järjest tööd tehtud ja nii väike pension, see ei kõlba mitte kuskile. ”(EN5)

Kas käite tööl? Kui jah, siis kuidas mõjub töö tegemine teie sotsiaalsele elule? Kas olete töötades tundnud tõrjutust oma vanuse tõttu? Kui ei käi tööl, siis mis põhjusel lõpetasite töö tegemise, kas võimaluse korral sooviksite uuesti tööle minna?

Vastanud eakatest käis veel tööl vaid üks inimene.

„ Jah, käin tööl. Töö tegemine mõjub tervisele ja sotsiaalsele elule rahuldavalt. Tõrjutust ei ole veel praegust tundnud. ” (EN2)

Üheksa inimest oli pensionil ning enam tööl ei käinud, kaheksa vastanud ei sooviks ka enam võimaluse korral uuesti tööle minna.

„ Ei huvita enam töö. ”(EN6)

„ Pensioni pärast lõpetasin töö tegemise. Ei nii vanalt taha küll enam tööle. ”(EN7)

„ Pensionile jäämisega tegelikult jäi see põhitöö, tööle enam mingil juhul ei lähe. Kodus lammastegagi õiendada, kus sa siin lähed. ’’(EM3)

„ Saabus pensioniiga, kohe kui tuli siis ma enam tööl ei käinud. Tulin siia remonti tegema ja kodu korrastama. ’’(EN4)

Töö tegemise lõpetas enamus vastanutest pensioniea saabumise pärast, kolm vastajat lõpetas tööl käimise töökohtade kadumise või reorganiseerimise tõttu. Üks eakas lõpetas töö tegemise kuna sattus tööandjatega konflikti.

„ Ei ole sellist tööd enam, autojuhiks ei sobi enam vanuse pärast. ’’(EM2)

„ Sellist tööd enam ei ole. Töö lõpetasin, sest läksin valla töötajatega konflikti. ’’(EM1)

„ Ei läheks enam tööle ja meil oli nii, et ühinemine oli ja ma enam linna ei tahtnud minna, sest seal läks maru raskeks. Töökoha reorganiseerimine oli ja siis tulin lihtsalt ära. ’’(EN3)

„ Kümme aastat olin töötu, sest majandid kadusid ära ja nüüd ei ole enam, kus sa tööl käid kui tervis on kehv. ’’(EN1)

Intervjueeritud eakatest läheks uuesti tööle vaid üks inimene.

„ Tundsin, et sai küllalt tehtud, ring sai lihtsalt täis, tahtsingi kohe lihtsalt puhata. Kui oleks midagi niisugust kergemat või osalist tööd, siis võiks ju teha. ’’(EN5)

2.4.6. Omavalitsusega seotud küsimused

Järgnevad alapeatükis analüüsitakse omavalitsusega seotud küsimusi. Uuritakse, kas eakad saavad mõnda sotsiaalteenust või- toetust, milline on eakate arvates suhtumine vanematesse inimestesse Alatskivi vallas, kas Alatskivi vald toetab eakate aktiivsena vananemise võimalusi, kuidas suhtuvad eakad SA Peipsiveere Hooldusravikeskusesse ning kas vajaduse korral nad kasutaksid seda teenust. Samuti kajastatakse eakate poolt Alatskivi vallale tehtud ettepanekuid.

Kas saate riigi või kohaliku omavalitsuse poolt mõnda sotsiaalteenust või- toetust?

Üheksa vastajat kümnest ei saa hetkel ega ole ka varem saanud riigi või kohaliku omavalitsuse poolt mõnda sotsiaalteenust või- toetust.

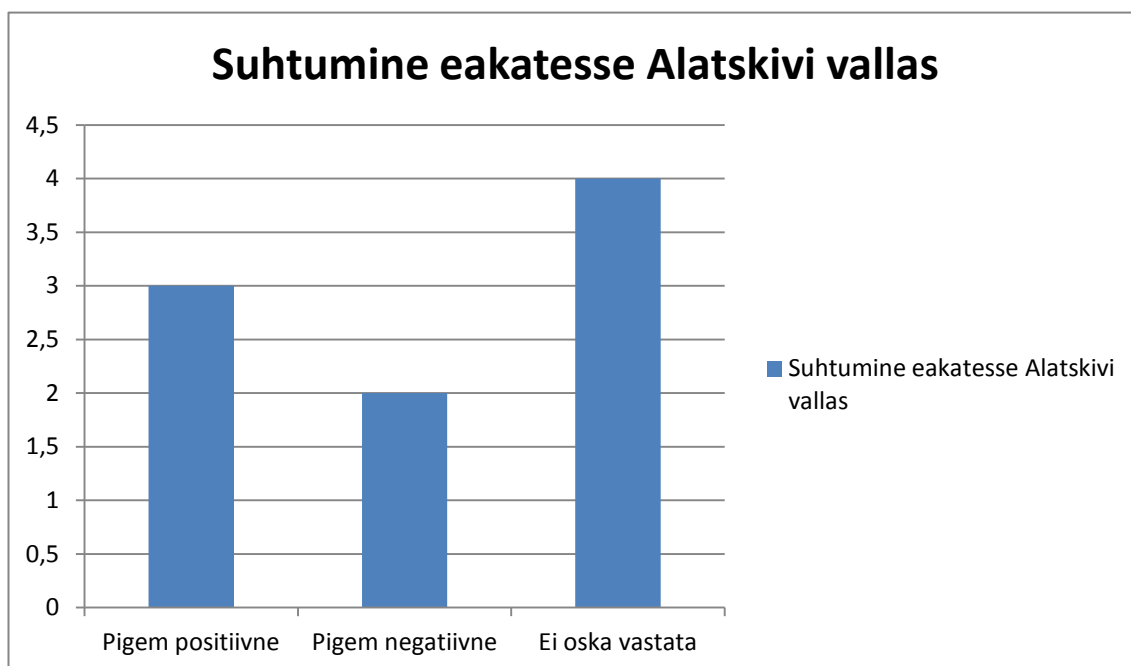
„ Ei, ma olen seda õelnud koguaeg, et ma ei lähe kerjama kunagi, lapsed on ka õelnud vähemalt, et küll nad toetavad. ’’(EN3)

„ Ei vaja , olen ise hakkama saanud. ’’(EN1)

Kümnest vastajast vaid üks on ühel korral saanud abi arsti juures käimiseks.

„ Rahaliselt ei saa aga natuke võib-olla aineliselt. Korra arsti juurde minnes olen kasutanud autot, maal sõites käin ise oma autoga aga linna ei taha ise minna sinna keerisesse. ’’(EN4)

Kas Teie arvates suhtutakse Alatskivi vallas eakatesse pigem positiivselt või negatiivselt? Kui negatiivselt, siis palun põhjendage



Joonis 7. Suhtumine eakatesse Alatskivi vallas (autori koostatud)

Kümnest vastajast kolm arvas, et Alatskivi vallas suhtutakse eakatesse inimestesse pigem positiivselt.

„Positiivselt ma arvan ikka. ”(EM2)

„Minul ei ole nagu midagi viga olnud.” (EN1)

„Mina ütleksin, et vahepealselt kuidagi. Selles mõttes on positiivselt, et on sotsiaalosakond olemas. Kui sa jääd ikka väga jänni omadega, siis tuuakse sulle supp koju, viiakse sind arsti juurde. Peaks ütlema, et see sotsiaalosakond on asjalik. ”(EN4)

Üks vastaja arvas, et tegeletakse pigem ainult nendega, kes ise lähevad abi paluma.

„Ma mõtlen, et nad küllalt ju tegelevad seal aga põhiliselt nendega tegeletakse kes halisevad. No ühesõnaga kes vinguvad ja virisevad, kes rohkem viriseb ja vingub see ikka midagi saab. ”(EN3)

Kaks vastajat arvas, et suhtumine on pigem negatiivne.

„Selle kohta ma ei oskagi vastata. Kui vana sotsiaaltöötaja oli, siis oli niimoodi, et kuidagi läksid ikka sinna rääkima aga nüüd on jumala võõras inimene. Pigem negatiivselt. ”(EN5)

„Nendel ikka siin apsakaid on sisse tulnud siin nagu ma olen kuulnud. ”(EM1)

Neli eakat ei osanud küsimusele vastust anda.

„Ma ei oskagi vastata, ei oska vastata sellele küsimusele.”(EN2)

Kas Teie arvates Alatskivi vald toetab eakate aktiivsena vananemist?



Joonis 7. Eakate aktiivsena vananemise toetamine Alatskivi vallas (autori koostatud)

Viis vastajat tunnevad, et Alatskivi vald toetab eakate aktiivsena vananemist.

„Kuigipalju ta toetab vist küll jah ” (EN7)

„ Toetab. ”(EM2)

„ Ma mõtlen, et jah. ” (EN3)

„ Toetab mõõdukalt, vald annab vahel bussi kuid materjaalselt peame ise hakkama saama. ”(EN4)

„ Üldiselt toetab, on tantsu ja lauluringid ja buss on. Ikka toetavad. ” (EN5)

Kümnest kaks vastajat arvavad, et vald ei toeta eakate aktiivsena vananemist.

„ Ma ei ole mingit toetust siit saanud. Aga ma võin öelda, et ei, sellepärast, et mul on prügiveoga tegemist. ”(EN2)

„ Ei usu, ega siis rahasid ei ole. Ei, ta ikka ei toeta. (EN1) ”

Kolm eakat kümnest ei osanud antud küsimusele vastata.

„ Ma ei oska selle kohta midagi öelda. ”(EM1)

**Kuidas suhtute Alatskivil avatud asutusse SA Peipsiveere Hooldusravikeskusesse?
Kas vajaduse korral kasutaksite antud teenust?**

Kümnest vastajast üheksa peavad SA Peipsiveere Hooldusravikeskust väga vajalikuks ja kiiduväärseks asutuseks. Enamus kasutaks antud teenust aga viimase häda korral ning katsuks võimalikult kaua ise hakkama saada.

„ Kui võimalik on, siis küll ei kasutaks, omas kodus ikka kõige parem. ”(EN7)

„ Nii kaua kui ikka liigub ja ise hakkama saab, ei kasutaks küll. ”(EM2)

„ Ei mina sinna küll ei lähe, katsub teistmoodi hakkama saada. ”(EM1)

„ Praegu ei plaani küll kasutada. ”(EM3)

„Vat see on küll kiiduväärt. Ma muidugi kasutaks äärmisel vajadusel, kui vähegi võimalik ,siis ma loodaks oma lastele ikka. Aga praegu mis seal on, on ikka väga vajalik ja kiiduväärt. ” (EN4)

„Ma ei ole veel nii vana, ma ei ole selle peale üldsegi veel mõelnud. Aga see, et ta siin Alatskivil on, on küll väga positiivne. ” (EN5)

„ Ma arvan, et see on hea asi aga seda ma ei tea kas ma ise sinna lähen või ei lähe, eks seda ole näha kui ma nii armetuks jään. ”(EN1)

Üks vastaja kümnest oleks kindlasti nõus SA Peipsiveere Hooldusravikeskuse teenust kasutama

„ Ma mõtlen, et võiks kasutada küll kui vaja on. ”(EN3)

Kas Teil oleks Alatskivi vallavalitsusele ettepanekuid?

Seitsmel eakal kümnest ei ole vallavalitsusele mingeid ettepanekuid, arvatakse, et vald toetab eakaid võimaluste piires ning midagi muud ei olegi teha

„ Ei ole ettepanekuid. ” (EN7)

„Ma ei oskagi öelda, ma ei tea kuidas teistes valdades tehakse. Võimaluste piirides ikka toetatakse meid. ” (EN4)

„Ei teagi ütelda ettepanekuid, kaubareisi reedeti tehakse, igasugu üritusi on eakatele, ei teagi midagi soovitada sellist. ” (EM2)

Üks eakas kümnest arvas, et ettepanekuid ei ole mõtet teha, kuna neid ei võtaks niikuinii kuulda.

„Noh mis sa nendega siin ettepanekuid ikka teed, ega nad sellest ei tee eriti välja jukui ütled midagi. ” (EM1)

Üks eakas arvas, et vallaametnikud võiks olla kursis kõikide eakate eludega.

„Siin on nüüd kaks suunda, et kas sa tahad vinguda või tahad lihtsalt leplik olla. Kui leplik oled, siis ütled, et vald toetab ja muud ei ole vajagi. Aga kui viriseda tahad, siis võiks öelda, et tuleks mingis eas kõikide vanemate inimeste elust teadlik olema. Kasvõi tule korraks läbi ja vaata. ” (EN3)

Kümnest üks eakas tegi ettepaneku, et vallavanem võiks vahetuda, kuna valla elu on seisma jäänud.

„ Ei oska ütelda, see vallavanem on juba ajast ja arust, peaks tulema midagi uut. Kuidagi seisma on jäänud see valla elu. Kui tuleks uus vallavanem, siis puhuks teised tuuled. ”(EN5)

2.4.7. Elukestva õppega seotud küsimused

Antud peatükis on analüüsitud elukestva õppega seotud küsimusi, kui oluline on eakate jaoks kogu elukaare jooksul uusi teadmisi ja oskusi omandada ning kas eakad tegelevad praegu mõne uue oskuse või teadmise omandamisega.

Kuidas suhtute elukestvasse õppesse? Kas teie jaoks on oluline kogu elukaare jooksul omandada uusi teadmisi ja oskusi?

Elukestvat õpet peavad oluliseks üheksa inimest kümnest. Arvatakse, et uute teadmiste ja oskuste õppimine on tänapäeva kiires ja pidevalt muutuvus elutempos väga oluline.

„No uusi teadmisi ikka, eluga peab kursis olema.”(EN6)

„Eks ta ikka on oluline, autojuhina koguaeg sai täiendada ennast koolitustel.”(EM2)

„Jah, ma leian küll, et see on õige, ei maksa norutama jääda. Tuleb ikka nii palju kui võimalik on ja pea võtab.”(EN3)

„On muidugi oluline, seda ei saagi ära jätta, sest elu ise muutub nii, et sa ei saagi muidu kui pead eluga kaasas käima.”(EN4)

„Inimene õpib kuni surmani. Eluga ikka peab kursis olema. Kui on konkreetselt midagi vaja, siis ma õpin selle ära.”(EN5)

„Eks ikka ole jah, ega ise ka vaatad mis kuskil uuemat on ja tahad teha. Võimaluste piirides.”(EN1)

Kümnest üks vastaja arvas, et uute teadmiste ja oskuste omandamine ei ole oluline, sest pea enam niikuinii ei võta.

„Pea ei pea kinnigi enam, mida ma õpin.”(EN7)

Kas tegelete praegu mõne uue teadmise või oskuse omandamisega?

Kuus eakat kümnest vastas, et ei tegele praegu uute teadmiste või oskuste juurde õppimisega.

„Ei, vist küll mitte, püüan lihtsalt eluga kursis olla ajalehtede ja teleka kaudu.”(EN6)

„Ei, kõik vana rasva peal.”(EM1)

„Ei tegele”(EN2)

„Ei saaks küll ütelda, et tegelen, kõik on ikkagi vanad oskused ja vanad teadmised aga kui küla naised midagi õpetavad või annavad nõu, siis võtan ikka kuulda.”(EN5)

Neli eakat kümnest õpivad praegu aktiivselt uusi oskusi ja teadmisi juurde.

„Jaa, ma õppisin rahvatantsu võõde tegemise ja nüüd teen rahvatantsu võõsid. ”(EN1)

„Ainuke oskus mis on, on praegu mesindusega, täiendas mesinduse teadmisi.”(EM2)

„Pidevalt, mingisuguseid asju kui jälle kuuled. Arvuti juures õpid jälle midagi uut ära. ”(EN3)

„Kõik see aeg midagi teed. Nii päris kapitaalselt uut ei oska küll öelda. Kui midagi tuleb jälle, siis tuleb juurde õppida aga ega see pea enam ei võta.”(EN4)

2.4.8. Intervjuu Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga

Järgnevas alapeatükis on analüüsitud intervjuud Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga. Valla sotsiaaltöötajale esitati intervjuu käigus kaheksa küsimust.

Aktiivsena vananemise tähendus

Sotsiaaltöötaja jaoks tähendab aktiivsena vananemine liikumist, ühiskonnas aktiivne olemist ning ka elukestvat õpet.

„ See on see liikumine, ühiskondlikkudest organisatsioonidest osa võtmine, igasugustest huviringidest osa võtmine ja ei saa ütlemata jätta, et elukestev õpe ka. See hoiab noorena. ” (ST)

Kas Teie arvates Alatskivi vallavalitsus toetab eakate aktiivsena vananemist?

Alatskivi valla sotsiaaltöötaja arvab, et vald toetab eakate aktiivsena vananemist. Eakatele on võimaldatud huviringides osalemine, bussi kasutamine väljasõitudeks ja teatrikülastusteks ning kaks korda aastas korraldatakse ka eakate pidu.

„Jah. Meil ju memmed käivad tantsimas, käivad laulmas, memmedele anname bussi kasutada, saavad käia ka teistele oma esinemisi ja õppimisi näitamas. Siis on meil käsitööring, päevakeskus on kus nad käivad kaks korda nädalas koos. Eakad võtavad ka

spordiüritustest osa. Kaks korda aastas on eakate pidu, kus on aktuaalsed päevaprobleemid ja külalisesinejad. ” (ST)

Millised on Alatskivi valla poolt pakutavad võimalused aktiivsena vananemiseks?

Alatskivi vald pakub eakatele aktiivsena vananemiseks erinevaid võimalusi, eakad saavad kasutada bussi, neile on antud tasuta ruumid maanaiste seltsi jaoks ning samuti käiakse erinevatel seminaridel ja teabepäevadel.

„ Käime bussiga erinevatel seminaridel ja riigi poolt korraldatud teabepäevadel. Bussi kasutus. Valla poolt on maanaiste seltsile antud tasuta ruumid. ” (ST)

Milliseid täiendavaid toetusi või teenuseid võiks Alatskivi vald eakatele lisaks olemasolevatele pakkuda?

Alatskivi valla sotsiaaltöötaja arvates võiks vald eakatele pakkuda rohkem võimalusi teatrienduste külastamiseks ning erinevates huviringides osalemiseks, samuti võiks olla eakate jaoks sportimise võimalused koos juhendajaga.

„ Praegu see aasta eriti ei saa pakkuda seoses valla eelarvega, aga pakuks välja teatri ühiskülastused, huviringid, mis toovad eaka kodunt välja, sportlikud treeningud juhendaja eestvõttel, kasvõi seesama kepikõnd. (ST)

Milline on Teie arvates suhtumine eakatesse Alatskivi vallas? Kas pigem positiivne või negatiivne?

Sotsiaaltöötaja arvab, et suhtumine eakatesse on Alatskivi vallas positiivne.

„ Positiivne suhtumine, igal juhul! ” (ST)

Kuidas suhtute elukestvasse õppesse? Kas see on vajalik? Kas Alatskivi vallas on eakatele võimaldatud uute oskuste ja teadmiste omandamine?

Alatskivi valla sotsiaaltöötaja peab elukestvat õpet oluliseks, samuti arvab ka, et nende jaoks, kes asjast ise huvitatud, on Alatskivi vallas võimaldatud uute teadmiste ja oskuste omandamine.

„Ma arvan, et ikka on, kes on ikka tahtnud, see on saanud. Ja elukestev õpe, anna minna kui pea võtab.” (ST)

Kuidas hindate SA Peipsiveere Hooldusravikeskuse tööd, kas teenus on Teie arvates vajalik ja õigustab ennast? Missugune on Teie koostöö antud asutusega?

SA Peipsiveere Hooldusravikeskust peab sotsiaaltöötaja väga vajalikuks ning õigustatud teenuseks, samuti on ka temal koostöö antud asutusega olemas.

„Väga vajalik. Koostöö on olemas täiesti, kuna hooldusravikeskuses on veel see, et oma valla inimestele on kõik odavam. Samas sellised teenused nagu passi ja ID-kaarti taotlus mitteadekvaatsetele ja mitteliikuvale inimesele, vald teeb selle ära.” (ST)

„Hooldekodust tuuakse inimesi transpordiga ka kodanikukinno ja eakate üritustele. Korra nädalas on ka bussiring, see on kõigile, et nad saaksid oma üritustele ja ringidesse tulla.” (ST)

„Ainuke mis ei õigusta, see on üle vabariigi, et eakatel on raske hoolderavi teenust kasutada kuna pension ei ole nii suur ja kuna ta ei ole rahaliselt kindlustatud.” (ST)

Milliseid ettepanekuid ja soovitusi teeksite Alatskivi vallavalitsusele seoses eakate aktiivsena vananemise võimalustega?

Sotsiaaltöötaja peamiseks ettepanekuks Alatskivi vallale oli, et eakas inimene tuleb panna tundma, et ta on vajalik.

„Igasugused ajakohased ettepanekud, et ka eakas tunneks end noorena, vastavalt võimalustele. Et eakas tunneks, et ta on vajalik.” (ST)

2.5. Arutelu ja järeldused

Uurimustöös selgus, et aktiivsena vananemine tähendab eakate jaoks eelkõige võimalust tegutseda, liikuda ning veeta oma aega just endale meelepäraselt. Samuti on eakate jaoks aktiivsena vananemise seisukohalt oluline kohtuda sõpradega, võtta osa huviringidest, laste ja perega suhtlemine ning erinevatel üritustel käimine. Veel peavad

eakad inimesed oluliseks seda, et vanusenumber ei tohiks saada määravaks, inimene peab ennast noorena tundma ning mitte oma eale mõtlema.

Uurimustööst tulenedes võib väita, et maapiirkonnas elavate eakate jaoks on aktiivsena vananemise seisukohalt oluline just koduste töödega tegelemine, oma kodus majandamine toimetamine ja aiatööde tegemine. Kodus toimetamine aitab eakal inimesel tunda end aktiivse, vajaliku ja täisväärtusliku inimesena.

Vaba aja veetmise juures on eakate jaoks suur roll televiisori vaatamisel, arvutiga töötamisel, raadio kuulamisel ning ajalehtede, ajakirjade lugemisel. Samuti peetakse oluliseks pere ja lastelastega suhtlemist, ning hobidega tegelemist, veel peavad eakad inimesed oluliseks tervisespordiga (jalutamine, liikumine) tegelemist. Hobisid on eakatele mitmeid, näiteks loomade kasvatamine, lugemine, käsitööga tegelemine, aiandus. Pooled uurimuses osalenud eakatet peavad oluliseks ka seltsitegevustes osalemist, huviringides osalemine annab eakale inimesele võimaluse veeta aega ja suhelda eakaaslastega. Teine pool vastanutest ei pidanud huviringides osalemist oluliseks, peamiste põhjustena toodi välja kehv tervislik seisund, aja või huvi puudumine.

Uurimuse käigus selgus, et eakad sooviksid osaleda erinevatel temaatilistel loengutel. Loengu teemadeks pakuti välja eakate tervisega või huvialadega (N: mesindus) seotud teemad. Peetakse oluliseks ka elukestvat õpet, uute oskuste ja teadmiste omandamine kiires ja pidevalt muutuvus ühiskonna ja elutempo juures on väga oluline. Pigem õpitakse uusi oskusi ja teadmisi juurde iseseisvalt.

Aktiivsena vananemise kontekstis peetakse oluliseks, et ka vananedes on inimene panustaja ja iseseisev, seda olenemata sellest, kas ta on tasustatud töötaja või mitte. (Sirotkina 2012: 6) Eakad peavad oma sissetulekut pigem väikseks, pensioniga elab küll ära, aga sissetulek võiks olla suurem. Samuti peetakse ebaõiglaseks seda, et peale pikka aega tööl käimist ja pikaajalist tööstaaži makstakse igakuiselt väga väikest sissetulekut. Selgus, et üks inimene vajab igakuiselt rahalist abi oma lastelt, kuna pensionist ei piisa. Tervislikku seisundit peavad enamus inimesi rahuldavaks, igapäevaselt vajab kõrvalabi

vaid üks inimene, enamus vastanutest vajab abi vaid hooajaliste tööde tegemisel, näiteks puude lõhkumisel, aiasaaduste korjamisel jne.

Aktiivsena vananemise kontekstis peavad eakad oluliseks ka sõprade ja eakaaslastega suhtlemist, erinevatel üritustel ja teatris, kontserdil käimist. Seejuures peavad eakad veelgi olulisemaks pere ja lähedastega suhtlemist, selgus, et eakad loodavad tulevikus, kui enam ise hakkama ei saa, lastelt ja lastelastelt igakülgset abi.

Uurimuses osalenud eakatest enamus ei käi enam tööl ning ei sooviks võimaluse korral ka enam uuesti tööle minna. Peamise põhjusena ei soovita enam tööle minna kõrge vanuse pärast, meelsamini veedetakse aega kodus, meelepäraseid tegevusi tehes. Üks uurimuses osalenud eakas käib tööl ning arvab, et töö tegemine mõjub tema sotsiaalsele elule ja suhtlemisele väga hästi, samas sooviks vaid üks vastanutest võimaluse korral uuesti tööle minna.

Uuringust selgus, et kümnest vastajast vaid üks on kasutanud kohaliku omavalitsuse poolt pakutavaid sotsiaalteenuseid või toetusi. Enamus vastanutest ei ole kunagi sotsiaalteenuseid ja toetusi saanud, peamisteks põhjusteks toodi, et ei soovita valda "kerjama" minna, pigem loodetakse vajaduse korral saada abi lastelt või lastelastelt. Vastustest jäi kõlama ka see, et paljud eakad peavad uut Alatskivi valla sotsiaaltöötajat võõraks ning ei soovi/taha/julge tema poole pöörduda. Vastustest selgus ka see, et eakad ei ole pakutavate sotsiaalteenuste ja toetustega kursis.

Alatskivil avatud SA Peipsiveere Hooldusravikeskust peavad eakad väga vajalikuks ja kiiduväärt asutuseks, seejuures aga kasutaksid nad antud teenust vaid viimase häda korral, ning püüaksid võimalikult kaua ise hakkama saada.

Üldiselt eakatel vallavalitsusele ettepanekuid ei ole, üksikute vastuste seast jäi aga kõlama see, et vallavalitsus peaks eakate vastu rohkem huvi üles näitama, tuleks tegeleda kõigi eakatega, mitte ainult nendega, kes ise abi palumas käivad. Samuti arvati, et võiks vahetuda vallavanem, tuntakse, et valla elu on seisma jäänud ning vallavanema vahetusest võiks selle vastu abi olla.

Ekspertintervjuu käigus selgus, et sotsiaaltöötaja jaoks tähendab aktiivsena vananemine eelkõige liikumist, huviringidest ja organisatsioonidest osa võtmist ning suhtlemist. Samuti arvab sotsiaaltöötaja, et Alatskivi vallas on eakatele võimaldatud aktiivsena vananemine, erinevate huviringides käimise, bussi kasutamise ja eakate peo näol. Küsitluse käigus tuli välja, et eakatele võiks lisaks olemasolevatele sotsiaalteenuste- ja toetustele pakkuda ka võimalust ühisteks teatrikülastusteks ning juhendaja eestvedamisel läbiviidud ühistreeninguteks. Sotsiaaltöötaja jutust ilmnes see, et valla eelarve on väike ja hetkel ei ole võimalust eakatele lisaks olemasolevatele huviringidele, toetustele ja –teenustele enam midagi pakkuda. Samuti peab sotsiaaltöötaja oluliseks elukestvat õpet ning arvab, et see on eakatele Alatskivi vallas võimaldatud.

SA Peipsiveere Hooldusravikeskust peab ekspert igati vajalikuks ning samuti teeb ta ka ise asutusega koostööd. Ainus, mis tema arvates ennast ei õigusta on see, et hooldusravikeskuse teenus on üleriigiliselt eakate jaoks liiga kallis. Ettepanekuks vallavalitsusele on sotsiaaltöötaja poolt, et vald peaks eakas tekitama tunde, et ta on vajalik.

Uurimustulemustest lähtudes võib välja tuua järgnevad ettepanekud:

- Alatskivi vald peaks eakatele lähemalt tutvustama seal pakutavaid sotsiaalteenuseid ja –toetusi, huviringe ning erinevaid vaba aja veetmise viise. Tuleks teha rohkem reklaami, et info eakateni jõuaks.
- Valla sotsiaaltöötaja võiks korraldada eakatega tutvumisürituse, kus räägib lähemalt endast, oma tööst ja erinevatest eakatele pakutavatest võimalustest Alatskivi vallas. Hetkel tundub, et eakad peavad sotsiaaltöötajat võõraks ning seetõttu ei taha probleemide korral tema poole pöörduda.
- Riiklikul tasandil tuleks panustada pensioni tõstmisele, suurema pensioni korral oleks eakatel võimalus võtta osa rohkematest huviringidest, käia kontsertidel, teatris ning muudel meelepärasel üritustel.
- Eakatele peaks lähemalt tutvustama SA Peipsiveere Hooldusravikeskust. Eakad peavad antud asutust küll oluliseks ja vajalikuks, kuid ei sooviks ise sinna sattuda. Tundub, et inimesed ei tea täpselt, mida antud asutuses tehakse ja milleks see vajalik on.

- Vallavalitsus võiks eakatele rohkem tähelepanu pöörata, tuleks tegeleda kõigi eakatega, korraldada erinevaid huviringe, üritusi ning välja uurida millistest tegevustest eakad inimesed kõige enam huvi tunneks. Alatskivi valla eakad inimesed arvavad küll, et vallas on aktiivsena vananemise võimalused tagatud, kuid arvatakse, et pigem tegeletakse vallavalitsuse poolt vaid nende inimestega kes ise midagi küsivad või paluvad.

Uurimustöö käigus sai autor kõigile püstitatud uurimusküsimustele vastused. Eakatele on Alatskivi vallas võimaldatud aktiivsena vananemine, pakutakse erinevaid huviringe ja tegevusi. Selgus aga, et vallavalitsus peaks eakatele erinevate teenuste, toetuste kohta rohkem informatsiooni jagama. Eakate seas tuleks teha rohkem teavitustööd, ning samuti peaks inimeste seas läbi viima küsitlusi ja uuringuid, et välja selgitada nende soove ja arvamusi.

KOKKUVÕTE

Käesolev lõputöö on kirjutatud teemal „Eakate aktiivsena vananemise võimalused Alatskivi valla näitel. ” Teema on aktuaalne, kuna maailma rahvastik on pidevas vananemise trendis, seetõttu on oluline, et inimesed jääksid aktiivseks kogu oma elukaare jooksul. Aktiivsena vananemine ei tähenda ainult füüsiliselt aktiivseks jäämist, see tähendab aktiivselt ühiskonnaelus osalemist, huvi ja –seltsitegevustes kaasalöömist.

Lõputöö eesmärgiks oli läbi intervjuude välja selgitada, kas Alatskivi valla eakad arvavad, et vald on neile loonud piisavalt võimalusi aktiivsena vananemiseks, samuti oli eesmärgiks välja uurida eakate soovid ja tegevused aktiivsuse säilitamiseks ning nendepoolsed ettepanekud Alatskivi vallale.

Töö koosneb teoreetilisest ja empiirilisest osast, mis jagunevad kolme peatükki. Esimeses peatükis antakse teoreetiline ülevaade eakate aktiivsena vananemise käsitlemisvõimalustest. Töö teises osas tutvustatakse Alatskivi valda ning kirjeldatakse ka Alatskivi valla poolt eakatele pakutavaid sotsiaalteenuseid ning toetusi, keskendutakse uurimiseesmärkidele, antakse ülevaade uurimisküsimustest, uurimisülesannetest. Töö kolmandas osas analüüsitakse eakatega ja Alatskivi valla sotsiaaltöötajaga läbi viidud intervjuude käigus saadud andmeid, lähtuvalt andmete analüüsist tehakse järeldusi ja ettepanekuid.

Uurimustöö tulemusi analüüsides järeldas lõputöö autor, et eakatele on Alatskivi vallas loodud piisavalt võimalusi aktiivsena vananemiseks. Eakatele pakutakse erinevaid huviringe ja tegevusi, kuid selgus, et eakad ei ole kõigist neile pakutavatest võimalustest teadlikud, samuti arvavad eakad, et valla poolt tegeletakse rohkem nende inimestega kes ise midagi küsima või paluma lähevad. Uurimustöö tulemustes järeldas lõputöö autor, et

vald peaks eakate seas tegema rohkem teavitustööd, võiks tutvustada erinevaid huviringe ja tegevusi, samuti võiks eakatele lähemalt tutvustada Alatskivi valla poolt pakutavaid sotsiaalteenuseid ja- toetusi ning erinevaid võimalusi toimetuleku säilitamiseks ja parandamiseks.

VIIDATUD ALLIKAD

Active ageing and solidarity between generations. 2012. Eurostat.
[http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY_OFFPUB/KS-EP-11-001/EN/KS-EP-11-001-EN.PDF] 02.03.2014

Active Ageing. 2002. Madrid. WorldHealthOrganisation.
[http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf?ua=1] 05.03.2014

Aktiivsena vananemise arengukava 2013-2020. 2013. Tallinn: Sotsiaalministeerium.
[http://www.sm.ee/fileadmin/meedia/Dokumendid/Hoolekandestatistika/Aktiivsena_vananemise_arengukava_2013-2020/Aktiivsena_vananemise_arengukava_2013-2020.pdf]
03.03.2014

Alatskivi vald. Eesti entsoklüpeedia[http://entsyklopeedia.ee/artikkel/alatskivi_vald]
05.03.2014

Allardt, E. 1976. Dimensions of Welfare in a Comparative Scandinavian Study.–
Acta Sociologica, nr 19. Helsinki.

Allardt, E. 1996. Hyvinvointi-tutkimus ja elämänpolitiikka-Sosiaalipolitiikka ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti, nr 3.

Allardt, E. 1993. Having, loving, being: An alternative to the Swedish model of welfare research. M. C. Nussbaum, A. Sen, The Quality of Life. Oxford: Clarendon Press.

Avahooldus ja koduhooldusteenused. [<http://www.sm.ee/sinule/eakale/avahooldus-ja-koduhooldusteenused.html>] 18.03.2014

Doyal, L., Gough, I. 1994. A Theory of Human Need. London: Macmillan

Eesti statistika aastaraamat. 2000. Tallinn: Statistikaamet

Einasto, M. 2001. Kuidas määratleda vaesust?-Sotsiaaltöö nr 5, Mart Einasto, lk 22

Global Health and aging. National Institute on Aging. National Institutes of Health. U.S. Department of Health and Human Services [http://www.who.int/ageing/publications/global_health.pdf?ua=1] 12.02.2014

Hoolekandeesutused. Sotsiaalministeerium
[<http://www.sm.ee/sinule/eakale/hoolekandeesutused.html>] 18.03.2014

Kaart ja sümboolika. [<http://www.alatskivi.ee/?nodeid=93&lang=et>] 05.03.2014

Kruup, R. 2012. Hooldusravile tulek ei tähenda hooldekodusse jäämist.- Alatskivi Vallaleht, nr 5(191), lk 1.

Laherand, M.L. 2008. Kvalitatiivne uurimisviis. Tallinn: Meri-Liis Laherand

Map Estonia- Alatskivi vald.
Wikimedia Commons [http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Map_Estonia_-_Alatskivi_vald.png] 05.03.2014

Omastehooldus. Sotsiaalministeerium.
[<http://www.sm.ee/sinule/eakale/omastehooldus.html>] 18.03.2014

Paavel, V. 2009. Hooliva hooldaja käsiraamat. Tallinn: Menu

Päevakeskused. Sotsiaalministeerium.
[<http://www.sm.ee/sinule/eakale/paevakeskused.html>] 18.03.2014

Rahvastiku vananemine on Eesti ühiskonna jaoks väljakutse väljakuste. Tööandjate Keskliit. [<http://www.tooandjad.ee/et/kompetents/vaatenurk/11519-rahvastiku-vananemine-on-eesti-uehiskonna-jaoks-vaeljakutse>] 12.02.2014

Rehabilitatsioon, tegevusvõime säilitamine ja abivahendid. [<http://www.sm.ee/sinule/eakale/rehabilitatsioon-tegevusvoime-sailitamine-ja-abivahendid.htm>] 18.03.2014

Sa Peipsiveere Hooldusravikeskus. [<http://www.alatskivihooldekeskus.ee/tutvustus/>]

Sirotkina, R. 2012. Aktiivsena vananemise strateegia 2013-2020 koostamisest-Sotsiaaltöö, nr 4, lk6.

Sotsiaal/Tervishoid. [<http://www.alatskivi.ee/?nodeid=208&lang=et>] 05.03.2014

Sotsiaalhoolekande seadus 1995. -RT I 1995, nr 21, art 323.

Tali, T. 2011. Alatskivi 2020- Alatskivi valla arengukava.

Täiskasvanu hooldamine ja hooldaja määramine. [<http://rehabilitatsioon.invainfo.ee/index.php?1,58,2,785>] 18.03.2014

What is active ageing? World Health Organisation [http://www.who.int/ageing/active_ageing/en/] 03.03.2014

Lisa 1. Küsimused eakatele

Lugupeetud vastaja!

Olen Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži sotsiaaltöö korralduse eriala kolmanda kursuse tudeng. Hetkel koostan lõputööd, mille teemaks on „**Eakate aktiivsena vananemise võimalused Alatskivi valla näitel**”, mille eesmärgiks on välja selgitada, kas Alatskivi vallas on eakatel võimalusi aktiivsena vananemiseks ning milliseid võimalusi Alatskivi vald aktiivsena vananemiseks pakub. Selleks, et antud küsimustele vastust saada, palun Sind, kallid vastaja, võtta hetk et vastata mõningatel intervjuu küsimustele.

Küsimustik on anonüümne ning saadud informatsiooni kasutatakse üldistatult. Iga Sinu vastus loeb!

Ette tänades,
GerlySoieva
Pärnu Kolledži tudeng

ÜLDKÜSIMUSED

1. Sugu
 - a. mees
 - b. naine
2. Vanus
 - a. 65-74
 - b. 75-84
 - c. 85-..
3. Perekonnaseis
 - a. Abielus
 - b. Lahutatud
 - c. Lesk
 - d. Vallaline
 - e. muu
4. Kas te elate
 - a. üksi
 - b. koos abikaasaga

Lisa 1 järg

- c. koos laste ja /või lastelastega
 - d. muu
5. Mida tähendab teie jaoks aktiivsena vananemine?
6. Kuidas hindate oma tervislikku seisundit?
- a. väga hea
 - b. hea
 - c. Rahuldav
 - d. halb
7. Milline näeb välja teie igapäevaelu?
8. Millisel määral vajate igapäevaelus kõrvalist abi?
- a. iga päev
 - b. nädalas korra
 - c. kuus korra
 - d. ei vaja kõrvalist abi

VABA AEG

9. Kuidas sisustate oma vaba aega?
10. Kas tegelete (tervise)spordiga?
- a. jah (kirjeldage)
 - b. ei (põhjendage)
11. On teil mõni hobi?
- a. jah (kirjeldage)
 - b. ei (põhjendage)
12. Kui tihti käite väljas (teatris, kinos, kontsertidel, muuseumis jne)?
- a. üks või enam korda nädalas
 - b. üks või enam korda kuus
 - c. üks või enam korda aastas
 - d. harvem
13. Kas osalete mõnes seltsitegevuses või huviklubis? Kui ei, siis mis põhjusel?
14. Millistest huviringidest, gruppidest, seltsidest tunnete puudus

Lisa 1 järg

15. Milline oleks Teie jaoks meeldiv vaba aja veetmise viis?

SUHTED PERELIIKMETE JA EAKAASLASTEGA

16. Kui oluline on Teile suhtlemine sõprade ja/või eakaaslastega?

- a. väga tähtis
- b. tähtis
- c. vähetähtis
- d. pole üldse oluline

17. Kui tihti kohtute sõprade ja/või eakaaslastega?

- a. iga päev
- b. üks või enam korda nädalas
- c. üks või enam korda kuus
- d. üks või enam korda aastas
- e. harvem

18. Kui oluline on Teile suhtlemine laste ja/või pereliikmetega?

- a. väga tähtis
- b. tähtis
- c. vähetähtis
- d. pole üldse oluline

19. Kui tihti kohtute laste ja/või pereliikmetega?

- a. iga päev
- b. üks või enam korda nädalas
- c. üks või enam korda kuus
- d. üks või enam korda aastas
- e. harvem

TÖÖ JA SISSETULEK

20. Kuidas olete rahul oma sissetulekuga?

- a. väga rahul

Lisa 1 järg

- b. rahul
 - c. rahuldav
 - d. ei ole rahul
21. Kas käite tööl?
- a. ei
 - b. jah
22. Kui käite tööl, siis kuidas mõjub töö tegemine teie tervisele ja sotsiaalsele elule?
23. Kas olete töötades tundnud tõrjutust oma vanuse tõttu?
24. Kui ei käi tööl, siis mis põhjusel lõpetasite töö tegemise, kas võimaluse korral sooviksite uuesti tööle minna?

OMAVALITSUSEGA SEOTUD KÜSIMUSED

25. Kas saate riigi või kohaliku omavalitsuse poolt mõnda sotsiaalteenust või toetust?
- a. jah
 - b. ei
26. Kas teie arvates suhtutakse Alatskivi vallas eakatesse pigem positiivselt või negatiivselt? Kui negatiivselt siis palun kirjeldage.
- a. positiivselt
 - b. negatiivselt
27. Kas teie arvates Alatskivi vald toetab eakate aktiivsena vananemist?
- a. jah
 - b. ei (põhjendage)
28. Kuidas suhtute Alatskivil avatud asutusse SA Peipsiveere Hooldusravikeskusesse?
Kas vajaduse korral kasutaksite antud teenust?
29. Kas Teil oleks Alatskivi vallavalitsusele ettepanekuid?

ELUKESTVA ÕPPEGA SEOTUD KÜSIMUSED

30. Kuidas suhtute elukestvasse õppesse? Kas teie jaoks on oluline kogu elukaare jooksul omandada uusi teadmisi ja oskusi?
31. Kas tegelete praegu mõne uue teadmise või oskuse omandamisega?

Lisa 2. Küsimused sotsiaaltöötajale

1. Mida tähendab teie jaoks aktiivsena vananemine?
2. Kas teie arvates Alatskivi vallavalitsus toetab eakate aktiivsena vananemist?
3. Millised on eakatele Alatskivi valla poolt pakutavad võimalused aktiivsena vananemiseks?
4. Milliseid täiendavaid toetusi või teenuseid võiks Alatskivi vald eakatele lisaks olemasolevatele pakkuda?
5. Milline on teie arvates suhtumine eakatesse Alatskivi vallas? Kas pigem positiivne või negatiivne? Kui negatiivne, siis põhjendage
6. Kuidas suhtute elukestvasse õppesse? Kas see on vajalik? Kas Alatskivi vallas on eakatele võimaldatud uute oskuste ja teadmiste omandamine?
7. Kuidas hindate SA Peipsiveere Hooldusravikeskuse tööd, kas teenus on teie arvates vajalik ja õigustab ennast? Missugune on teie koostöö antud asutusega?
8. Milliseid ettepanekuid ja soovitusi teeksite Alatskivi vallavalitsusele seoses eakate aktiivsena vananemise võimalustega?

SUMMARY

Possibilities for active ageing based on Alatskivi county

Gerly Soieva

The thesis of this diploma work is "Possibilities for active ageing based on Alatskivi county." The topic of this diploma is important because the world population is constantly in aging trend, therefore it is important, that people stay active throughout their whole life. Active ageing does not only mean staying physically active, it also means active participation in society, taking part in different social events and hobby groups.

The aim of this diploma work was to find out if elderly people in Alatskivi county think that they have enough possibilities for active ageing, also to find out what elderly people do to remain active throughout their whole life. The author of this diploma work also wanted to find out what are the main proposals from elderly to Alatskivi county.

The work consists of the theoretical and empirical parts, which are divided into three chapters. The first chapter gives an overview about the possibilities to review active ageing, the second chapter gives an introduction about Alatskivi county, the third chapter analyzes the results of the research.

Regarding the results of the research, the author of this diploma thesis concludes that the elderly people have enough opportunities for active ageing in Alatskivi county. It also turned out that elderly people are not aware of all the opportunities that are available for them. The research concludes that Alatskivi county should do more advertising or

communication work amongst elderly so that they would know all the possibilities and opportunities they could have to age actively.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Gerly Soieva annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose EAKATE AKTIIVSENA VANANEMISE VÕIMALUSED ALATSKIVI VALLA NÄITEL, mille juhendaja on lektor Anne Rähn.

- reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;
- üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.
- olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.
- kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Pärnus, 12.11.2014