

PAIDE LINNA ELANIKE ÜLDINE RAHULOLU ELU-OLUGA NING HUVI TERVISELIIKUMISE JA AKTIIVSE ELUVIISI VASTU

Linnaelanike uuring

Sisukord

SISSEJUHATUS	3
KOONDARUANNE.....	4
LINNA KOKKUVÕTE	24
I METOODIKA KIRJELDUS.....	32
Valim, valimi moodustamine	32
Küsitlus.....	35
Andmetöötlus ja valimivea hinnang.....	35
Teostajad	36
II UURINGU TULEMUSED	37
1. Kuivõrd on linnaelanik huvitatud linnas toimuvast	37
2. Millistest allikatest saadakse informatsiooni linnas toimuva kohta.....	38
3. Rahulolu erinevate eluvaldkondadega linnas.....	46
4. Milliste küsimustega peaksid linnavõimud eelkõige tegelema	59
5. Mis on tervisliku eluviisi tunnuseks. Kuivõrd harrastavad linnaelanikud ise tervislikku eluviisi	62
6. Terviseliikumise teema aktuaalsus võrreldes teiste eluvaldkondadega. Kes peaks terviseliikumist propageerima	66
7. Milliseid aktiivse eluviisi propageerimisvõtteid ja üritusi eelistatakse. Mida vaja teha, et tervise edendamiseks seotud keskkonda linnas parandada	68
8. Kuivõrd linnaelanikud tegelevad mõne aktiivse eluviisi vormiga. Põhilised takistused tervisliku eluviisi harrastamisel.....	71
9. Kuidas hinnatakse oma tervislikku seisundit. Millele on raha kulutatud, et oma tervislikku seisundit parandada	75
LISA	80

SISSEJUHATUS

Uuringukeskus Faktum&Ariko viis 2006 a. veebruaris läbi arvamusküsitluse Elvas, Kuressaares, Keilas, Paldiskis, Põlvas, Rakveres ja Viljandis. Uuringu eesmärgiks oli kaardistada nende linnade elanike erinevate sotsiaalsete gruppide üldine elu-oluga rahulolu ning selgitada välja inimeste teadlikkus ja huvi tervise liikumise ja aktiivse eluviisi vastu. Uuringus käsitleti:

üldise rahulolu selgitamine eluvaldkonniti

- kuidas ollakse rahul töövõimalustega, laste koolitamisvõimalustega, linnaruumi kommunikatsioonide (teed-tänavad, vesi-kanalisatsioon, sideteenused) kvaliteediga; turvalisuse ja vaba aja veetmise võimalustega; millisele valdkonnale tuleks eritählepanu pöörata;
- üldine huvi linnas toimuva vastu; millistest allikatest saadakse informatsiooni linnas toimuva kohta;

tervise liikumise plokk

- mis on inimeste arvates tervislik eluviis; kuidas selline tervislik eluviis/tervise liikumine vastajale sobib;
- kuidas hinnatakse tervise liikumise teema aktuaalsust võrreldes ülejäänud eluvaldkondadega; kelle ülesandena tervise liikumise propageerimist nähakse, mida oodatakse omavalitsuselt, mis on inimese enda panus;
- milliseid aktiivse eluviisi propageerimisvõtteid, üritusi eelistatakse; mida on linnas piisavalt, millest puudus, mida oleks veel vaja, et praegust tervise edendamisega seotud keskkonda linnas parandada;
- kas ja kui tihti tegelevad elanikud mingi aktiivse eluviisi vormiga; mis on olnud suurim takistus tervise liikumise harrastamisel; millele on raha kulutatud, et oma tervislikku seisundit parandada;

hinnangud oma tervislikule seisundile

- kuidas hinnatakse oma tervislikku seisundit; kuidas võetakse ravimeid; kui tihti käiakse arsti juures;

vastajate taustaandmed

- sugu, vanus, haridus, perekonnaseis, praegune tegevusvaldkond, sissetulek, kui kaua on elanud selles linnas.

Aruande esimeses osas on toodud metoodika kirjeldus ja uuringutulemuste kokkuvõte; teises osas detailsemad uuringutulemused koos joonistega. Lisas on küsimustik.

KOONDARUANNE

Koondaruanne on tehtud kõigi seitsme linna 1673 vastaja arvamuste põhjal.

1. Linnaelanike huvitatus linnas toimuvast

43% vastajatest väitis, et tunneb linnas toimuva vastu suurt huvi, kas väga suurt (7%) või küllaltki suurt (36%) huvi; 48% hindas oma huvi keskmiseks; 7% väheseks. Aktiivses tööeas olivad tunnevad mõnevõrra suuremat huvi (47%) kui noored (35%) või vanemad (40%) inimesed. Mida kõrgem haridustase, seda suurem huvi. Kui kõrgharidusega inimestest tundis linnas toimuva vastu suurt huvi 59%, siis põhiharidusega vastajatest vaid 31%.

2. Millistest allikatest saadakse informatsiooni linnas toimuva kohta. Peamine infoallikas

49% vastajatest väitis maakonnalehe kohta, et sealt saadakse infot linnas toimuva kohta peamiselt; 28% saab maakonnalehest infot mõnikord, 18% ei saa maakonnalehest infot. Linna lehest saab peamiselt infot 40%; mõnikord saab sealt infot 26% vastajatest; 21% väitis, et sellist kanalit ei ole nende linnas olemas. Kohalikust raadiost saab infot peamiselt 23%, mõnikord saab sealt 26% vastajatest; 28% ei saa kohalikust raadiost infot. 19% väitis, et nende linnas sellist kanalit ei ole. Linna koduleheküljelt Internetis saab peamiselt infot 13%, mõnikord sealt 28%, sealt üldse mitte 43% vastajatest. 9% väidab, et nende linna kohta pole sellist kanalit olemas. Perekonnaliikmetelt, naabritelt, tuttavatelt saab peamiselt infot 19%, mõnikord 66% vastajatest. Kui paluti teha üks valik, milline on kõige olulisem kanal, kust saadakse põhiline info linnas toimuva kohta, nimetas 43% vastajatest maakonnalehte, 24% linna lehte, 14% pereliikmeid ja tuttavaid, 10% kohalikku raadiot, 8% linna kodulehekülge Internetis. Võrreldes alamgrupe, maakonnaleht oli kõige sagedamini põhiliseks infoallikaks vanematele, aga ka keskealistele, kesk- või kõrgharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naistele; kõige harvem põhiliseks infoallikaks noortele meestele. Linna lehte pidasid teistest mõnevõrra olulisemaks üle keskmise sissetulekuga inimesed. Perekonnaliikmeid, naabreid pidasid põhilisteks infoallikateks kõige sagedamini noored (15-24) põhiharidusega mehed (koolipoisid). Kohalik raadio oli olulisemaks kanaliks noortele kõrgharidusega meestele võrreldes teiste alamgruppidega. Linna kodulehekülge Internetis oli põhiliseks infoallikaks kõige sagedamini noortele põhiharidusega meestele (koolipoistele).

3. Rahulolu erinevate eluvaldkondadega linnades

Üheteistkümnest kõne all olnud linnaelu erinevast valdkonnast on üle poole vastajatest täiesti rahul või pigem rahul kaheksa valdkonnaga. Kõige enam ollakse rahul linna sideteenustega, 91% vastajatest oli selle valdkonnaga täiesti rahul või pigem rahul. Sportimisvõimalustega on rahul 80%, kultuurieluga 71%, vee- ja kanalisatsioonisüsteemidaga samuti 71%; arstiabi saamise võimalustega 67%, avaliku korra olukorraga 66%, laste koolitamise võimalustega 65%, vaba aja veetmise võimalustega 58%. 36% oli rahul töö leidmise võimalustega linnas; 43% ei olnud. Lapse koolieelsesse lasteasutusse panemisest ei olnud 49% huvitatud; 31% oli võimalustega rahul, 19% ei olnud. 26% vastajatest ei huvitunud laste koolitamise võimalustest, 21% töö leidmise võimalustest. Kõige tõsisemaks probleemiks on linnades teede ja tänavate olukord. Teedega oli rahul 27% vastajatest, 71% ei olnud. 30% ei olnud rahul vaba aja veetmise võimalustega, 29% arstiabi saamise võimalustega, 27% avaliku korra olukorraga, 23% vee- ja kanalisatsiooni-süsteemidega.

4. Milliste küsimustega peaksid linnavõimud eelkõige tegelema

Pingerea kolm esimest valdkonda olid teedehitus ja -remont (toetas 62% vastajatest); kõnni- ja jalgrattateede ehitamine (54%); turvalisuse tagamine (39%). Kolmandik toetas tervishoiuteenuste parema kättesaadavuse võimaldamist ning linna heakorra (puhtus, haljastus) parandamist. Neljandik toetas ettevõtluse arengu soodustamist, spordi- ja mänguväljakute rajamist, laste huvitegevuse võimaluste mitmekesistamist, puhta (saastamata) keskkonna hoidmist. Viiendik toetas kultuuri- ja spordielu ning muude vaba aja veetmise võimaluste arendamist, sotsiaal- ja hoolekandeteenuste arendamist, parkide ja rohealade kaasajastamist, kontrolli tõhustamist linnaametnike tegevuse üle. 11-16% toetas ühisveevärgi ja kanalisatsiooni võimaldamist, haridusasutuste töö paremat korraldamist, lasteaedade tingimuste kaasajastamist, paremat informeerimist linna elust, ühistranspordi arendamist. Munitsipaalehituse algatamist toetas 8%, elukondlike teenuste paremat kättesaadavust samuti 8%, kodanikeühenduste tegevuse toetamist 3%.

5. Mida peetakse tervisliku eluviisi tunnuseks. Kuivõrd harrastavad linnaelanikud ise tervislikku eluviisi

Kindlasti on tervisliku eluviisi tunnuseks narkootikumide mittetarvitamine (93%), mitesuitsetamine (87%), võimalikult palju värskes õhus viibimine (85%), alkoholiga mitte liialdamine (83%), eelistatuim liikumisviis jalgsi või jalgrattaga (76%), unerohu ja antidepressantide mittetarvitamine (75%), vähemalt pool tundi aktiivset liikumist päevas (73%), regulaarne ja teadlik toitumine (67%), regulaarne tegelemine mõne spordiharrastusega (49%). Täielik karskus on kindlasti (40%) või pigem (30%) tervisliku eluviisi tunnuseks. Regulaarsed treeningud vähemalt ühel spordialal on kindlasti (40%) või pigem (40%) tervisliku eluviisi tunnuseks. Regulaarne tervisekontroll on kindlasti (37%) või pigem (38%) tervisliku eluviisi tunnuseks. Osavõtt tervisespordiüritustest oma kodukohas on kindlasti (37%) või pigem (45%) tervisliku eluviisi tunnuseks. Kursisolek tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega on kindlasti (33%) või pigem

(47%) tervisliku eluviisi tunnuseks. Osavõtt tervisespordiüritustest oma kodukohas on kindlasti (24%) või pigem (39%) tervisliku eluviisi tunnuseks. 29% ei pidanud osavõttu üle-eestilistest tervisespordiüritustest, 27% täielikku karskust, 21% regulaarsed tervisekontrolli tervisliku eluviisi tunnusteks.

Viieteistkümnest tervisliku eluviisi olulisest tunnusest kehtib neli üle poolte vastajate kohta täielikult: ei tarvita narkootikume (95%), ei võta unerohu ega antidepressante (76%), ei liialda alkoholiga (73%), ei suitseta (66%). Viis tunnust kehtib üle poolte vastajate kohta täielikult või pigem: viibib palju värskes õhus (82%) liigub aktiivselt vähemalt pool tundi päevas (79%), liigub sageli jalgsi või jalgrattaga (75%), on kursis tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega (68%); toitub regulaarselt ja teadlikult (50%). Täielikult või pigem kehtib: täielik karskus (45%); regulaarne tervisekontroll (36%); osavõtt tervisespordiüritustest oma kodukohas (35%); regulaarne tegelemine mõne spordiharrastusega (34%); regulaarne treening vähemalt ühel spordialal (23%); osavõtt üle-eestilistest tervisespordiüritustest (13%). 86% vastajatest ei võta osa üle-eestilistest tervisespordiüritustest, 76% ei treeni regulaarselt ühelgi spordialal, 65% ei tegele regulaarselt ühegi spordiharrastusega, 63% ei käi regulaarselt tervisekontrollis ega võta osa tervisespordiüritustest oma kodukohas, 53% tarbib alkohoolseid jooke, 50% ei toitu regulaarselt ning teadlikult, 31% pole kursis tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega, 28% vastajatest suitsetab, 24% ei liigu sageli jalgsi, 18% ei viibi isegi piisavalt värskes õhus.

6. Terviseliikumise teema aktuaalsus võrreldes teiste eluvaldkondadega. Kes peaks terviseliikumist propageerima

72% vastajatest on täiesti kindel, et terviseliikumise tähtsuse mõistmine ja liikuva eluviisi harrastamine sõltub eelkõige inimesest endast. 58% on veendunud, et terviseliikumise propageerimine on lastevanemate ülesanne. 55% on täiesti nõus, et terviseliikumise temaatika on tänapäeval väga aktuaalne; 54% on täiesti kindel, et terviseliikumise harrastamine on igaühe eraasi. 85% on täiesti või pigem nõus, et tema kodulinn on terviseliikumise harrastamise jaoks väga sobiv keskkond. 79% on täiesti või pigem nõus, et terviseliikumise propageerimisega tuleks senisest rohkem tegeleda. 77% on täiesti või pigem nõus, et terviseliikumise propageerimine on õpetajate ülesanne. 58% peab terviseliikumise propageerimist kohaliku omavalitsuse ülesandeks, 31% poliitikute ülesandeks. 37% on seisukohal, et ühiskonnas on palju olulisemaid probleeme kui terviseliikumise temaatika, seda ei peaks nii palju tähtsustama; 55% on vastupidisel arvamusel, ei nõustu selle väitega.

7. Mida vaja teha, et tervise edendamiseks seotud keskkonda linnas parandada. Milliseid aktiivse eluviisi propageerimisvõtteid ja üritusi eelistatakse.

43% vastajatest on rahul praeguse siseujulate olukorraga linnas; 37% arvas, et spordisaale, jooksuradu, spordiväljakuid on piisavalt. Turvalisuse, terviseliikumist

tutvustava kirjanduse kättesaadavuse, jalgrattaparanduste arvu ning terviseradade arvuga on rahul neljandik vastajatest. Viiendik on rahul kõnniteede olukorraga linnas. Üldiselt aga on vajadus kõigi uuringus käsitletud meetmete järele väga suur, ei saa öelda, et väikelinnad terviseliikumist edendavate meetmete praeguse mahu ning olukorraga rahul oleksid. Kõige enam tuntakse vajadust jalgrattateede (87%) kõnniteede (77%), spordivahendite laenutuse (77%), ühisürituste (74%), valgustatud metsaradade (71%) järele. Aga ka kõige muu järele tunneb vajadust üle 50% vastajatest.

Rääkides erinevatest aktiivse eluviisi propageerimisvõtetest ja üritustest, 71% vastajatest eelistab kogupere meelelahutuslikke üritusi; 59% kõiki linnakodanikke haaravaid temaatilisi meelelahutuslikke üritusi; 40% väikseid, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeüritusi, 30% suuremat piirkonda haaravaid avalikke üritusi. Keskmise populaarsusega on eakatele mõeldud meelelahutuslik üritus (27%), sariüritused (26%) ja kursus-koolitused (21%). Teistest märgatavalt vähem populaarseks vormiks on seminar (4%).

8. Kuivõrd linnaelanikud tegelevad mõne aktiivse eluviisi vormiga. Põhilised takistused tervisliku eluviisi harrastamisel

52% vastajatest väitis, et nad tegelevad praegu mõne liikumisharrastusega; 6% väitis, et praegu ajutiselt ei tegele; 5% ei tegele, aga on tõsiselt kaalunud tegelema hakata. 37% ei tegele ühegi liikumisharrastusega. 47% vastajatest pidas takistuseks tervisliku eluviisi harrastamisel igapäevatööga hõivatust; 44% tunnistas, et on liiga laisad ja mugavad; 32% kurtis rahanappust, 28% vähest huvipakkuvat ühistegevust, 22% kehva tervist või väheseid valgustatud radasid, 19%-l oli motivatsiooni- või üldine huvipuudus, 14%-l puudus teave või konsultant. 12% väitis, et terviseliikumine pole populaarne, puuduvad mõttekaaslased, häbenetakse. Väga suurele enamusele aga ei olnud tegelikult ükski võimalik põhjus tõsiseks takistuseks terviseliikumise harrastamisel.

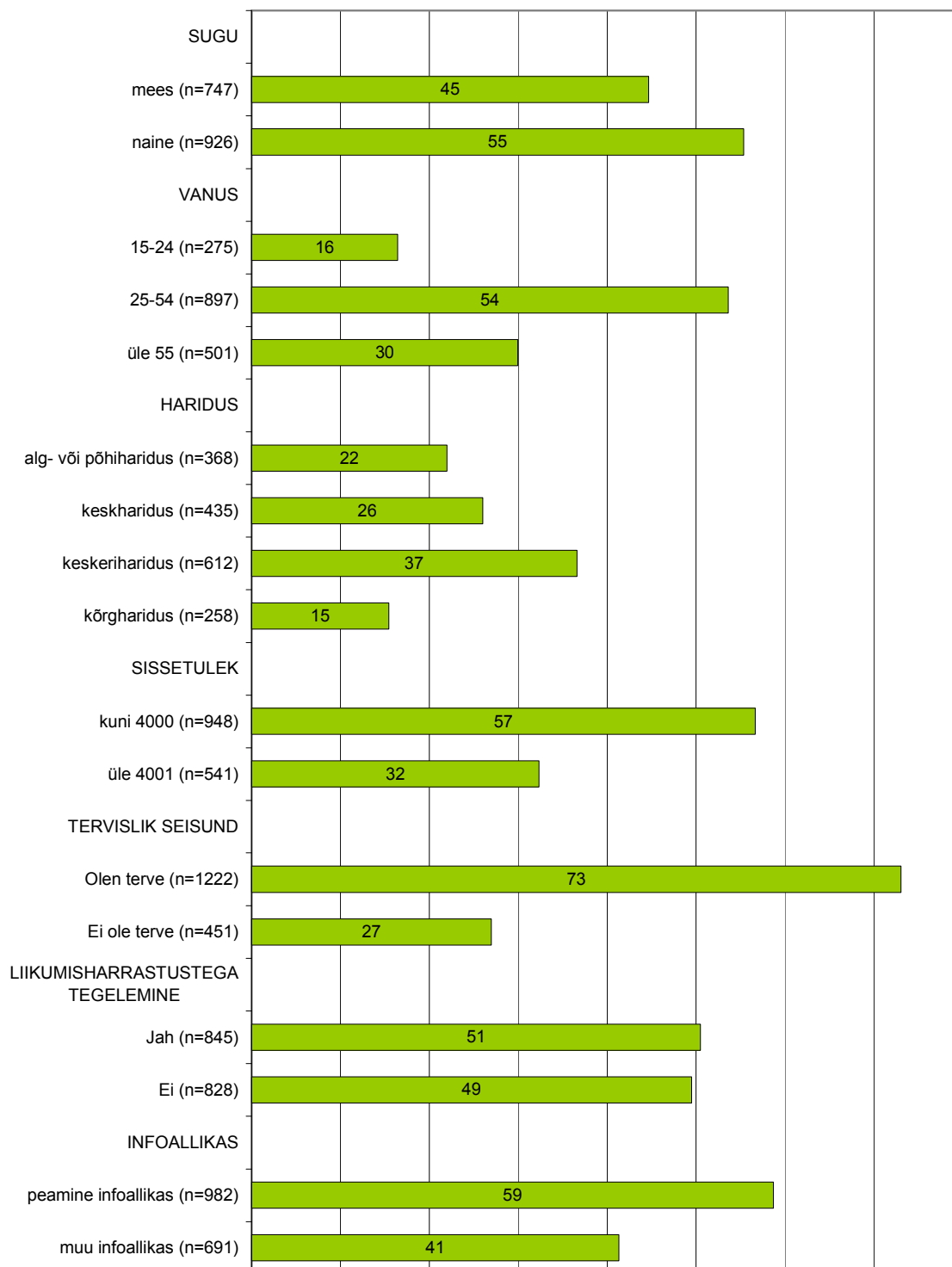
9. Kuidas hinnatakse oma tervislikku seisundit. Millele on raha kulutatud, et oma tervislikku seisundit parandada

16% vastajatest pidas end täiesti terveks, 57% üldiselt terveks; 7% põeb tihti kergemaid viirushaigusi; 17% on kroonilisi haigeid, 3% väga haigeid inimesi. Noored (90%) peavad end tervemaks kui vanemad (48%) või keskealised (82%) inimesed, terviseliikumise harrastajad (79%) tervemaks kui mitteharrastajad (67%), mehed (78%) tervemaks kui naised (69%). 22% vastajatest on viimase aasta jooksul regulaarselt, 15% vahetevahel ravimeid tarvitanud. 35% on ravimeid tarvitanud ainult haigusperioodil; 29% ei ole viimase aasta jooksul praktiliselt üldse ravimeid tarvitanud. Regulaarseid ravimitarvitajaid on üle 55-aastaste (50%) hulgas tunduvalt rohkem kui 15-24-aastaste (4%) või ka keskealiste (12%) hulgas. Põhiharidusega inimesed (26%) on suuremad regulaarsed ravimitarvitajad kui teiste haridusgruppide esindajad (keskeriharidus 22%, keskeriharidus 21%, kõrgharidus 16%). Mittetervete hulgas on

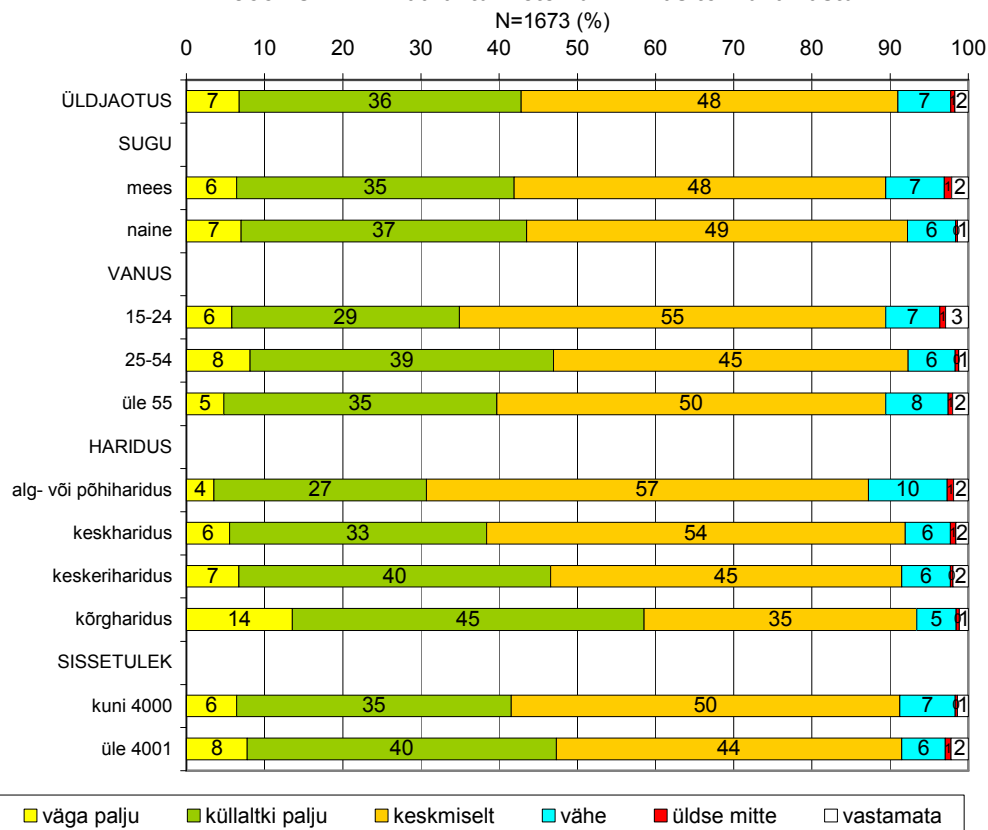
regulaarseid ravimitarvitajaid 62%; tervete hulgas 7%. Liikumisharrastusega tegelejate hulgas on regulaarseid ravimitarvitajaid 18%, mittetegelejate hulgas 25%. Naised (26%) on sagedasemad ravimitarbijad kui mehed (16%). Kord kuus või tihedamini on viimase aasta jooksul arsti juures käinud 11%; 24% on arsti juures käinud 4-5 korda aastas; 46% 1-2 korda aastas; 20% pole viimase aasta jooksul arsti juures käinud. 52% vastajatest on oma tervisliku seisundi parandamiseks ostnud vitamiine, toonikuid, toidulisandeid; 42% on kulutanud raha ujula/spordisaali peale; 18% on käinud massaažis või Spa protseduuridel; 5% sanatooriumis. Meetmeid on üldiselt teistest enam kasutanud kõrgharidusega, üle keskmise sissetulekuga liikumisharrastusega tegelevad naised. Naised kulutavad raha rohkem vitamiinide, massaaži ja Spa teenuste peale, mehed ujula/spordisaali peale.

Kõigi vastajate sotsiaaldemograafiline profiil

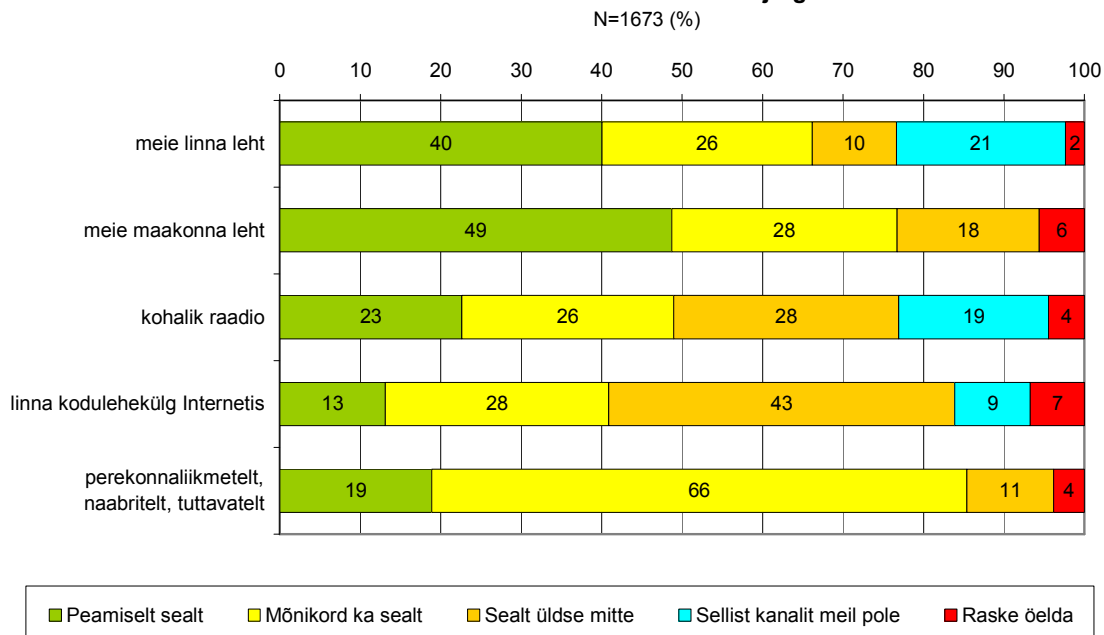
N=1673 (%)



Joonis 1. Mil määral tunnete huvi linnas toimuva vastu?

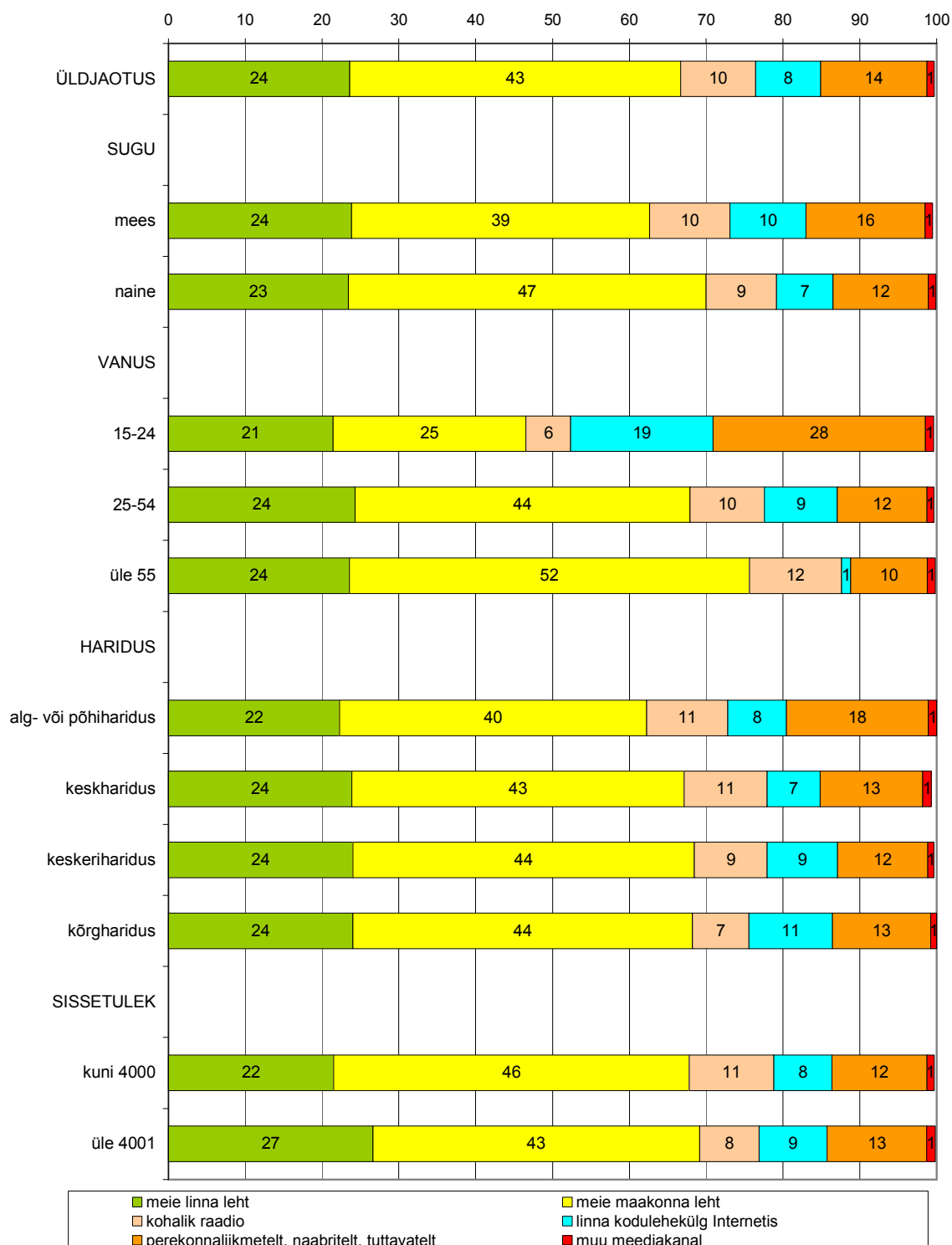


Joonis 2.1. Mil määral saate informatsiooni järgmistest kanalitest?



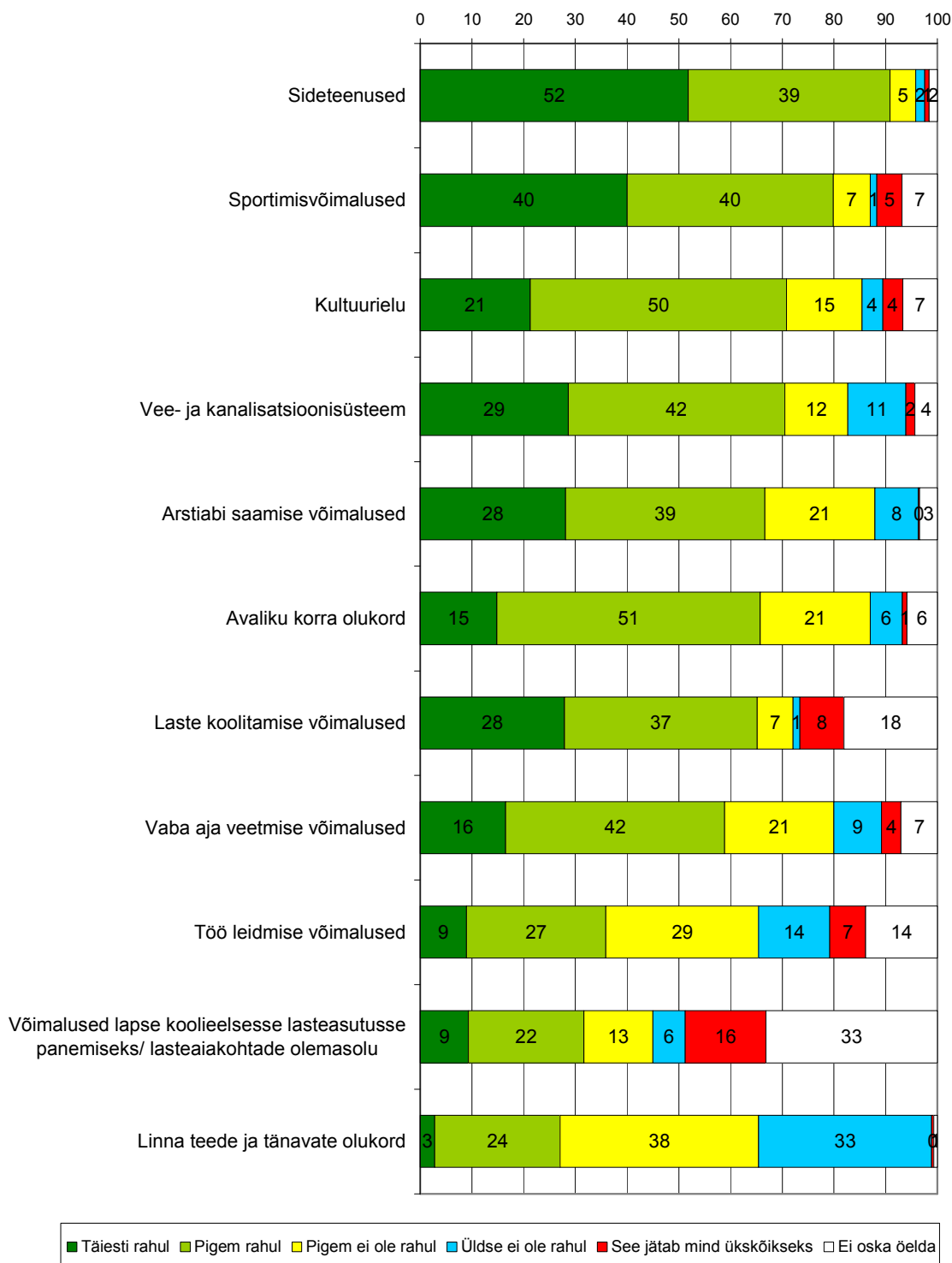
Joonis 2.2. Millisest kanalist saate põhilise info linnas toimuva kohta?

N=1673 (%)



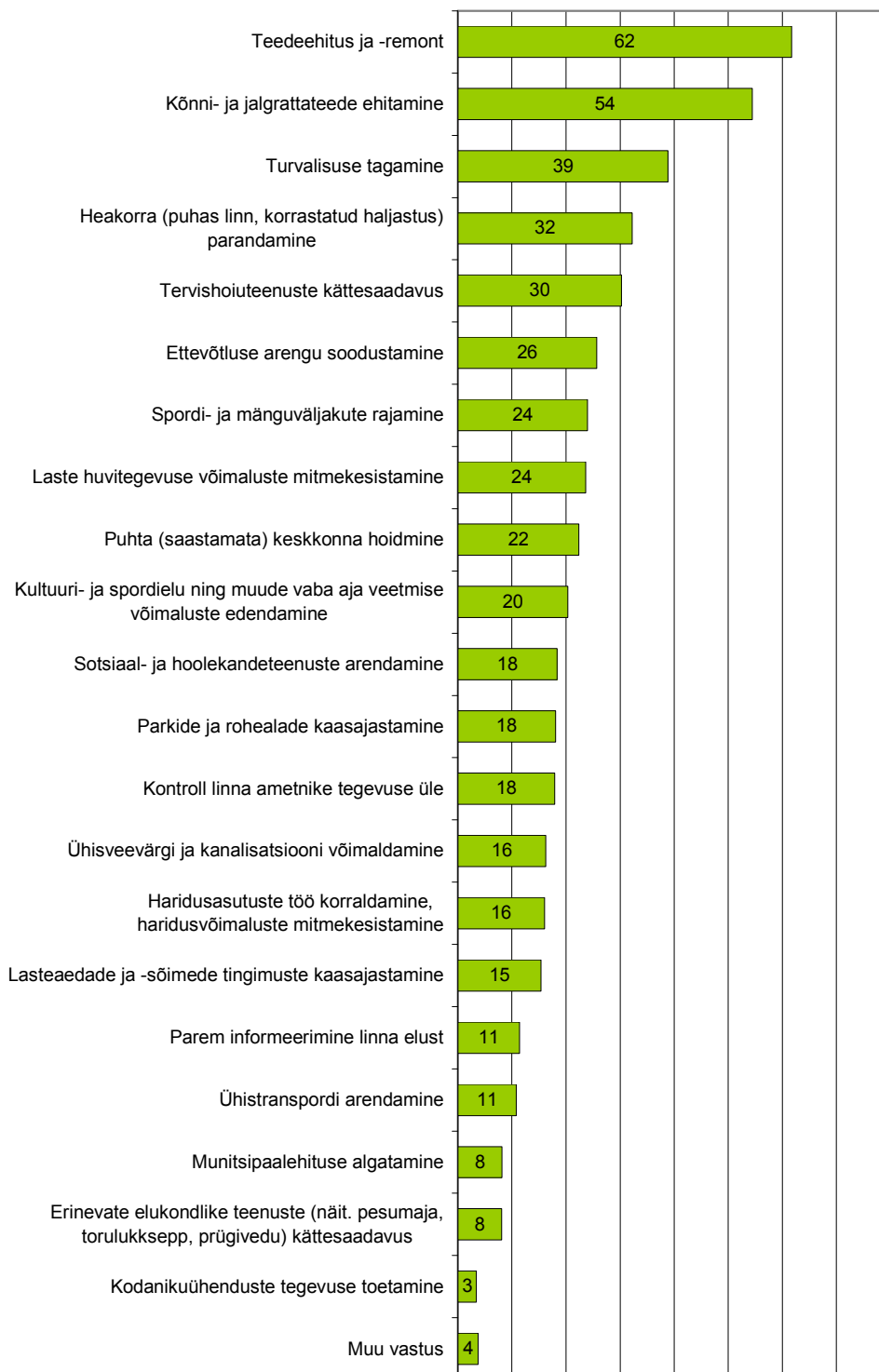
Joonis 3. Kui rahul te olete oma linna elu erinevate külgedega?

N=1673 (%)

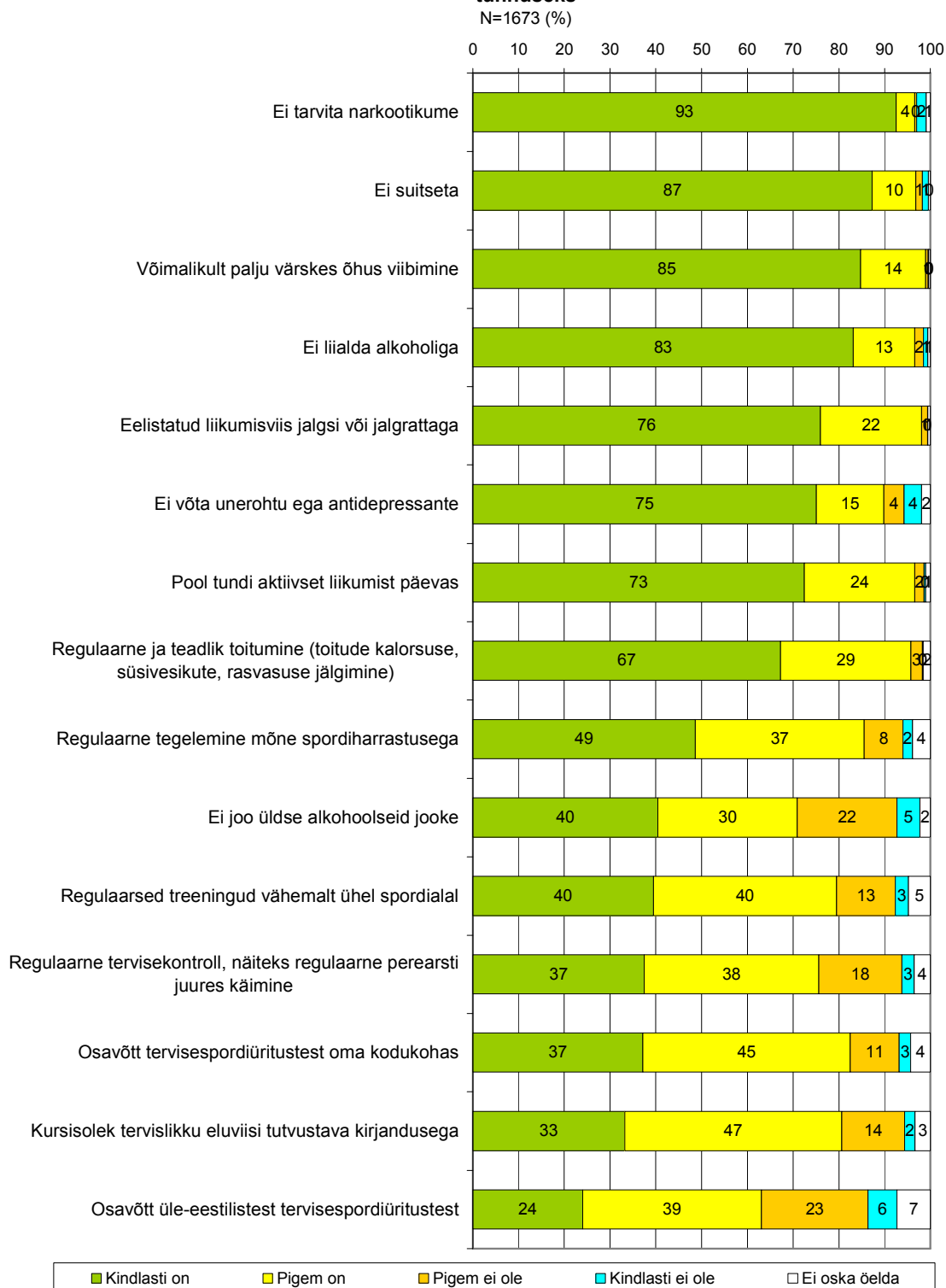


Joonis 4. Milliste küsimuste lahendamisega peaksid linnavõimud eelkõige tegelema?

N=1673 (%)

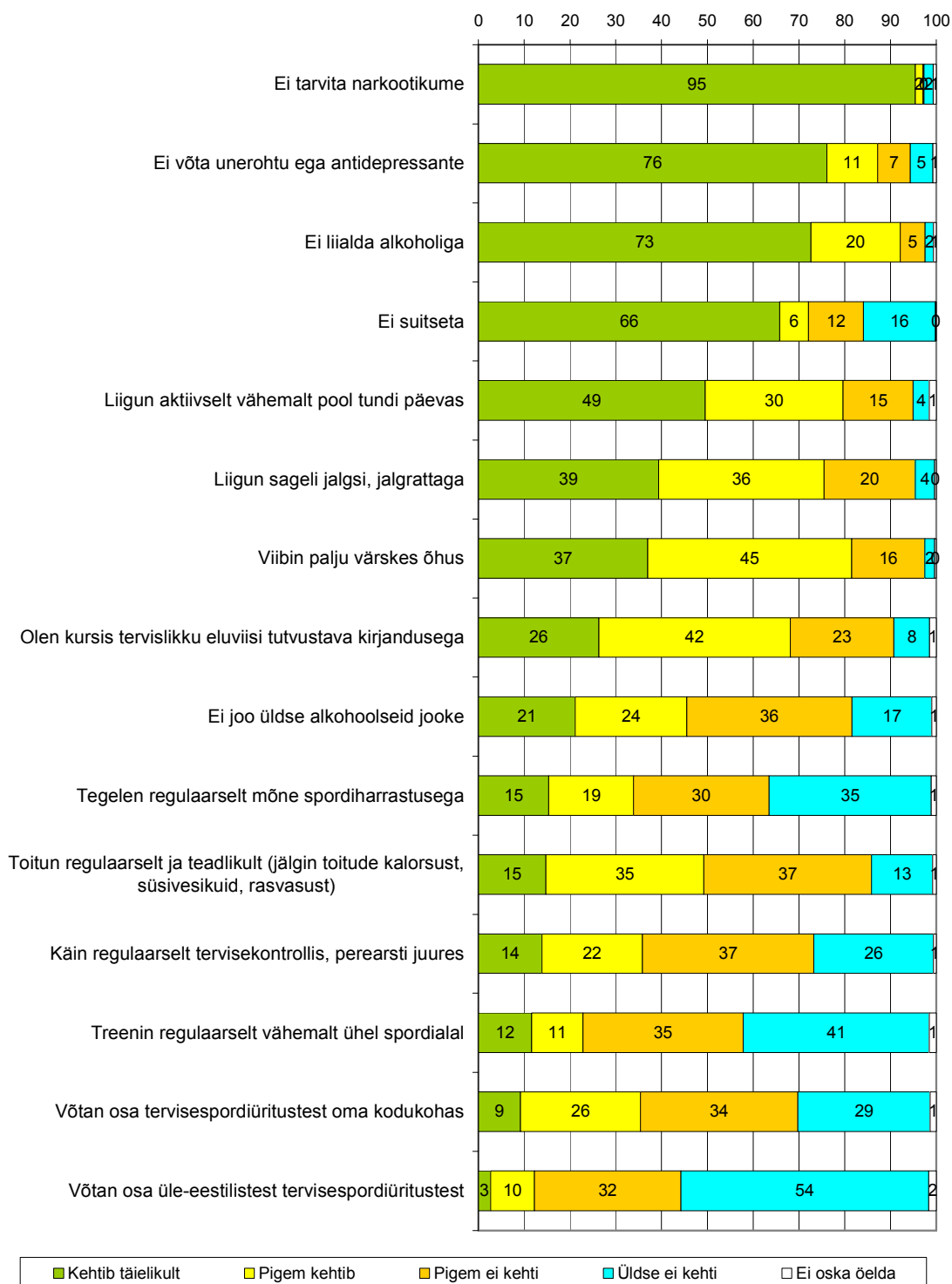


Joonis 5.1. Kuivõrd on järgmised tegevused elanike arvates tervisliku eluviisi tunnuseks

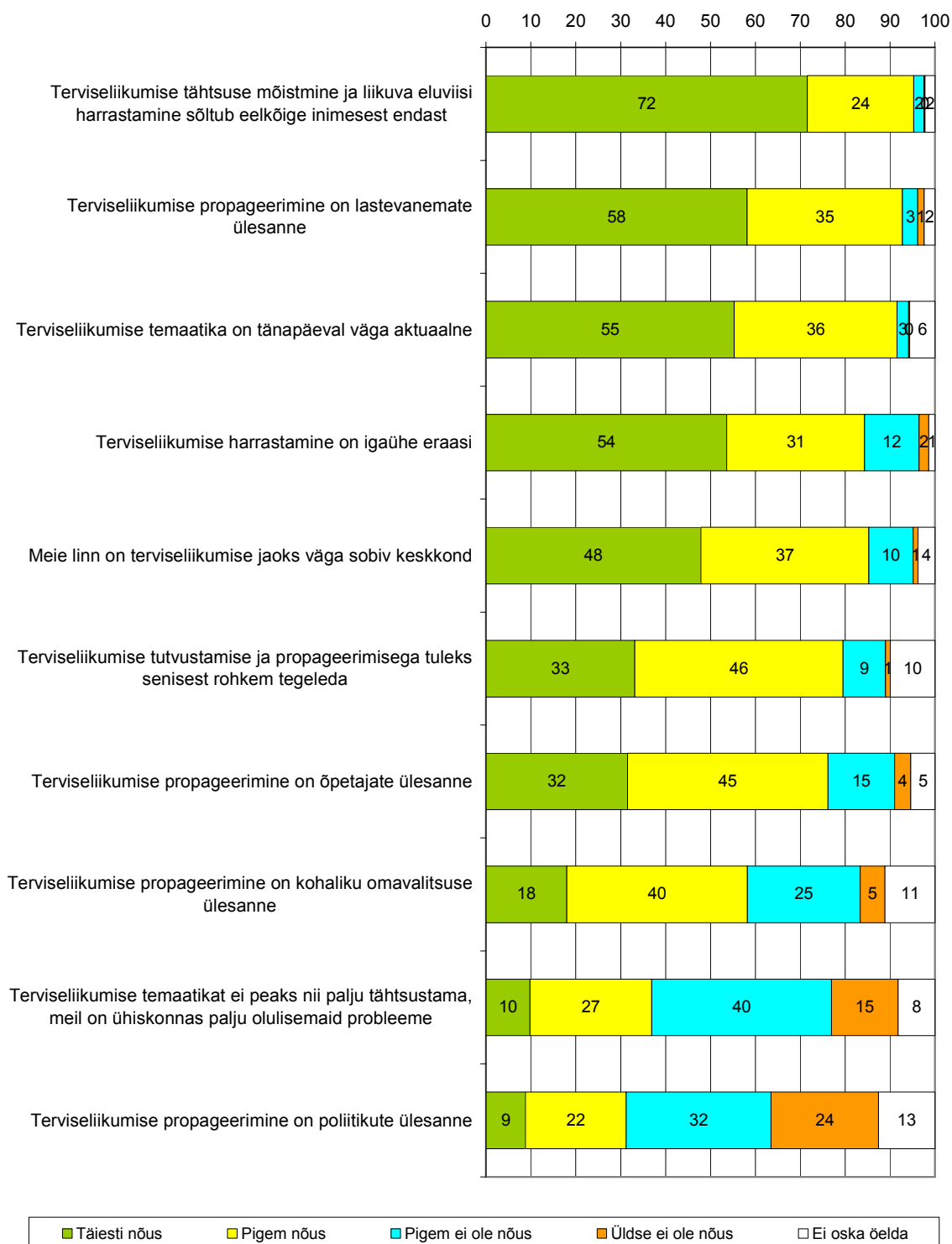


Joonis 5.2. Kuivõrd järgmised väited kehtivad linnaelanike kohta

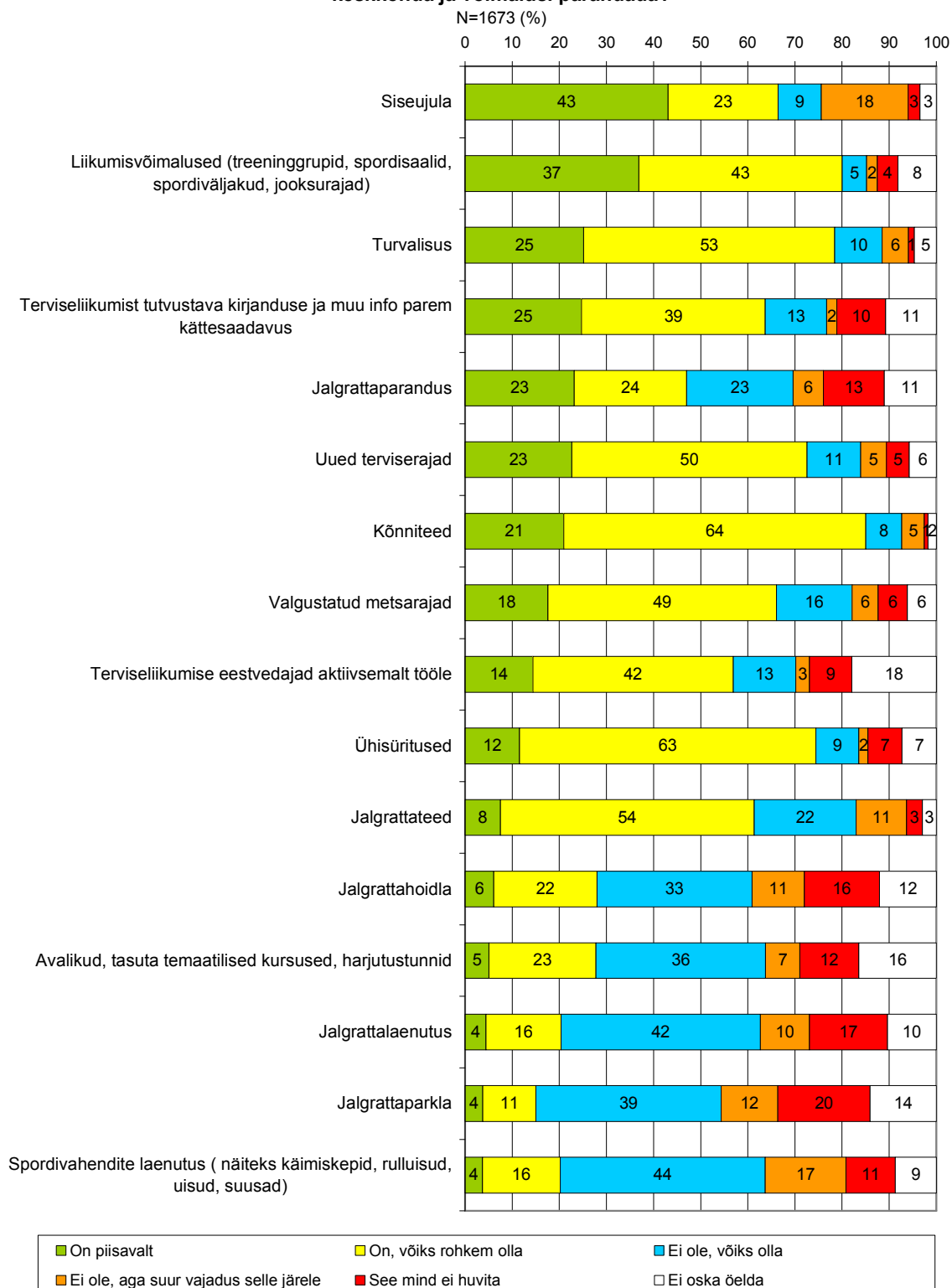
N=1673 (%)



Joonis 6. Terviseliikumise aktuaalsus. Kes peaks terviseliikumist propageerima
N=1673 (%)

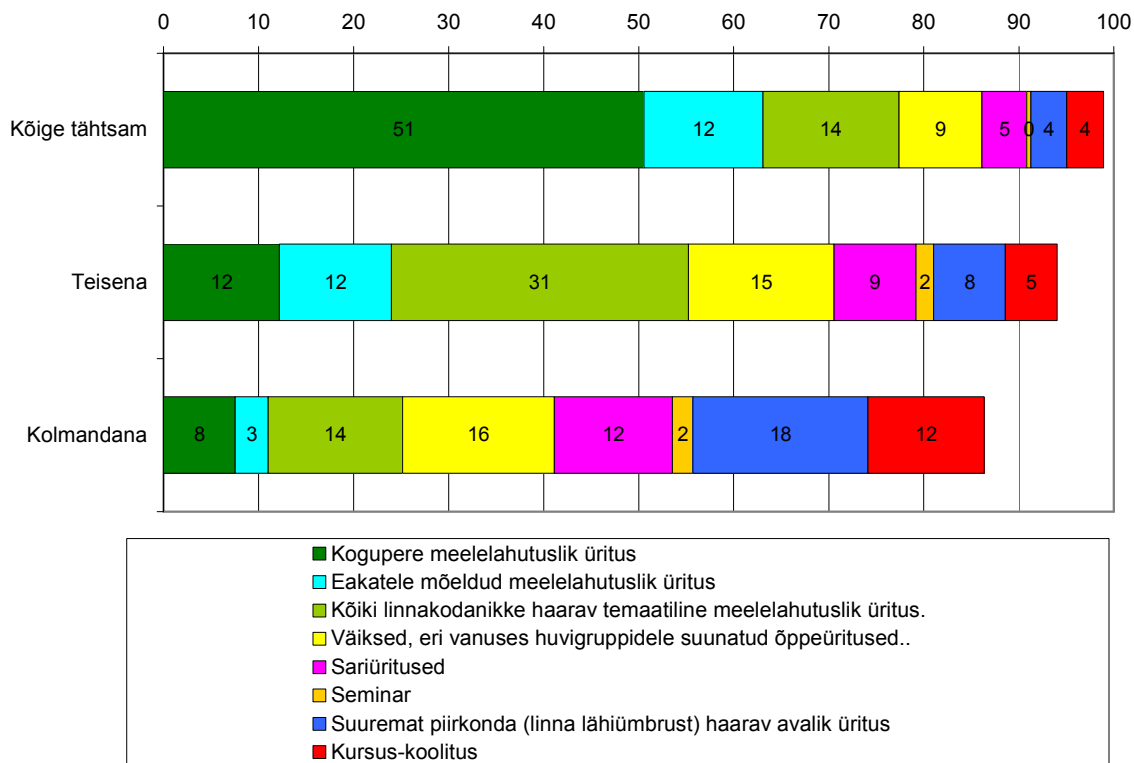


Joonis 7.1. Mida on linnas vaja teha, et tervise edendamisega seotud keskkonda ja võimalusi parandada?



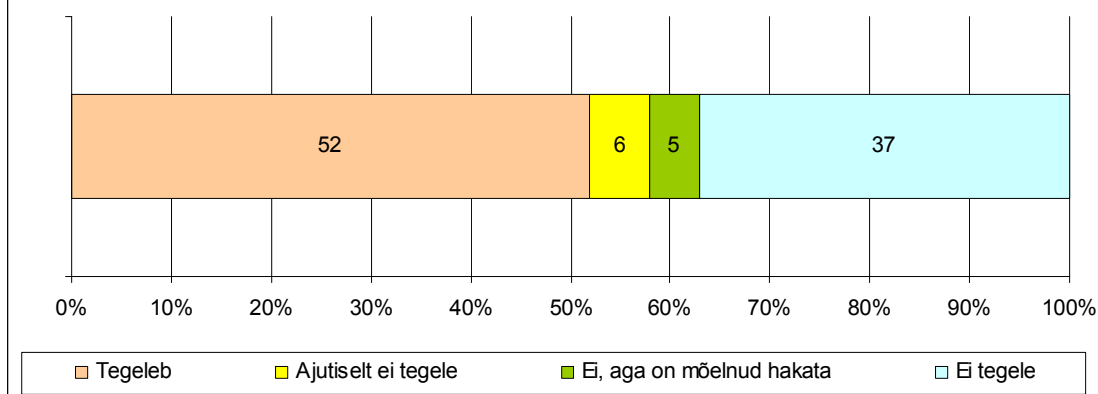
Joonis 7.2. Milliseid liikuvat elustiili ja terviselikumist propageerivaid üritusi elanikud eelistaksid?

N=1673 (%)

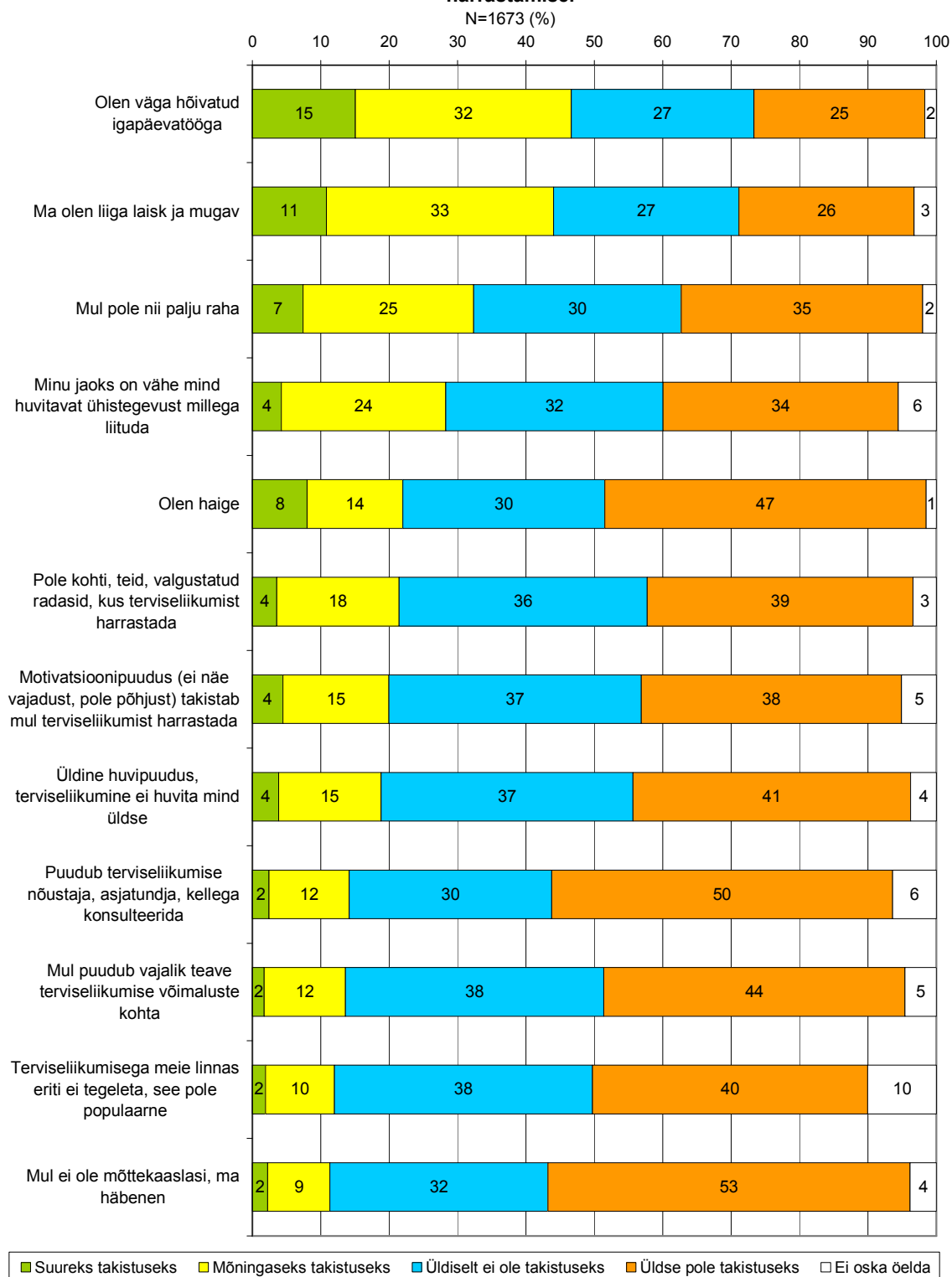


Joonis 8.1. Kuivõrd inimesed tegelevad mõne aktiivse eluviisi vormiga

(N= 1673)

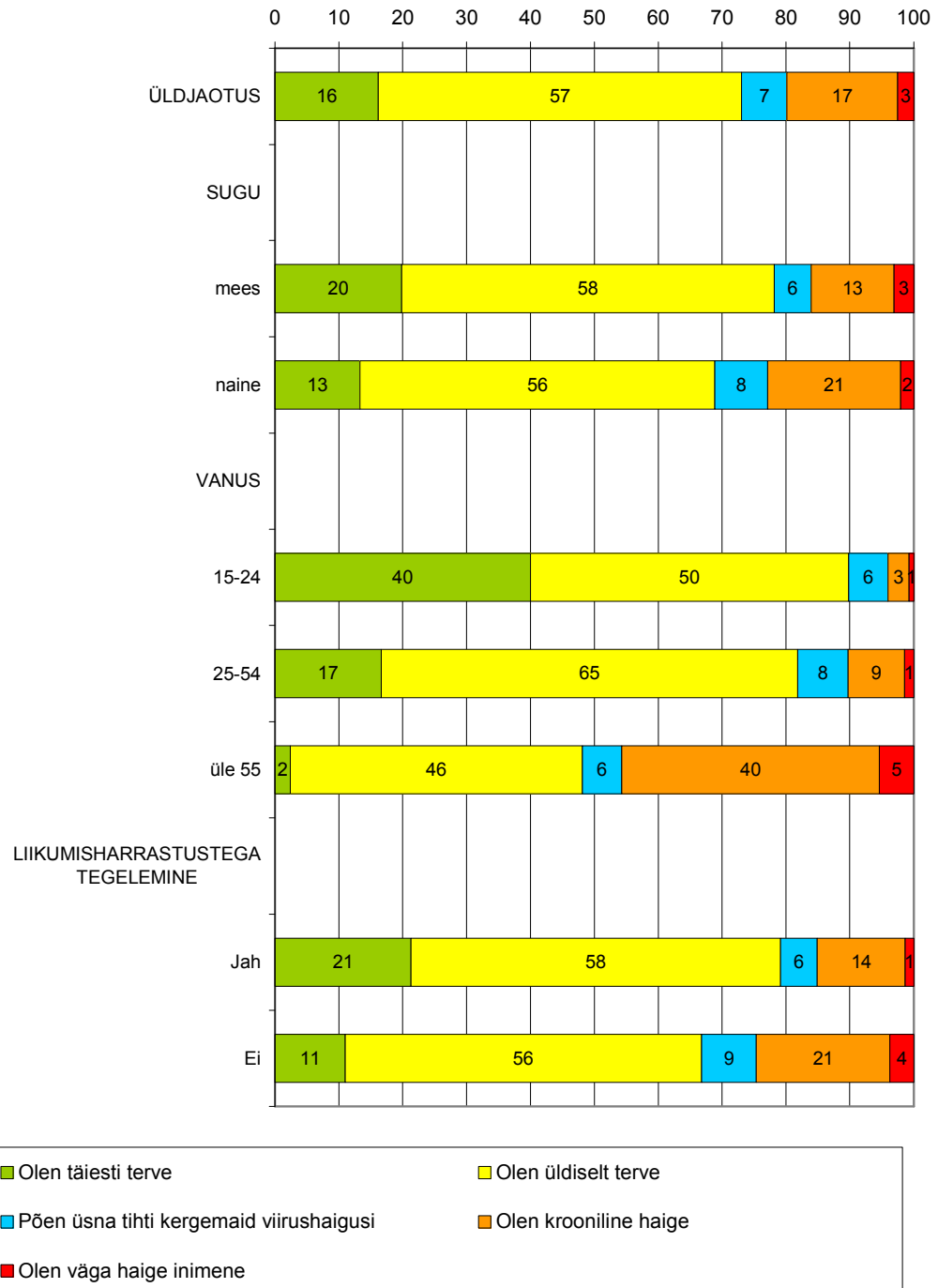


Joonis 8.2. Kuivõrd on järgmised põhjused takistuseks elanikel tervise liikumise harrastamisel



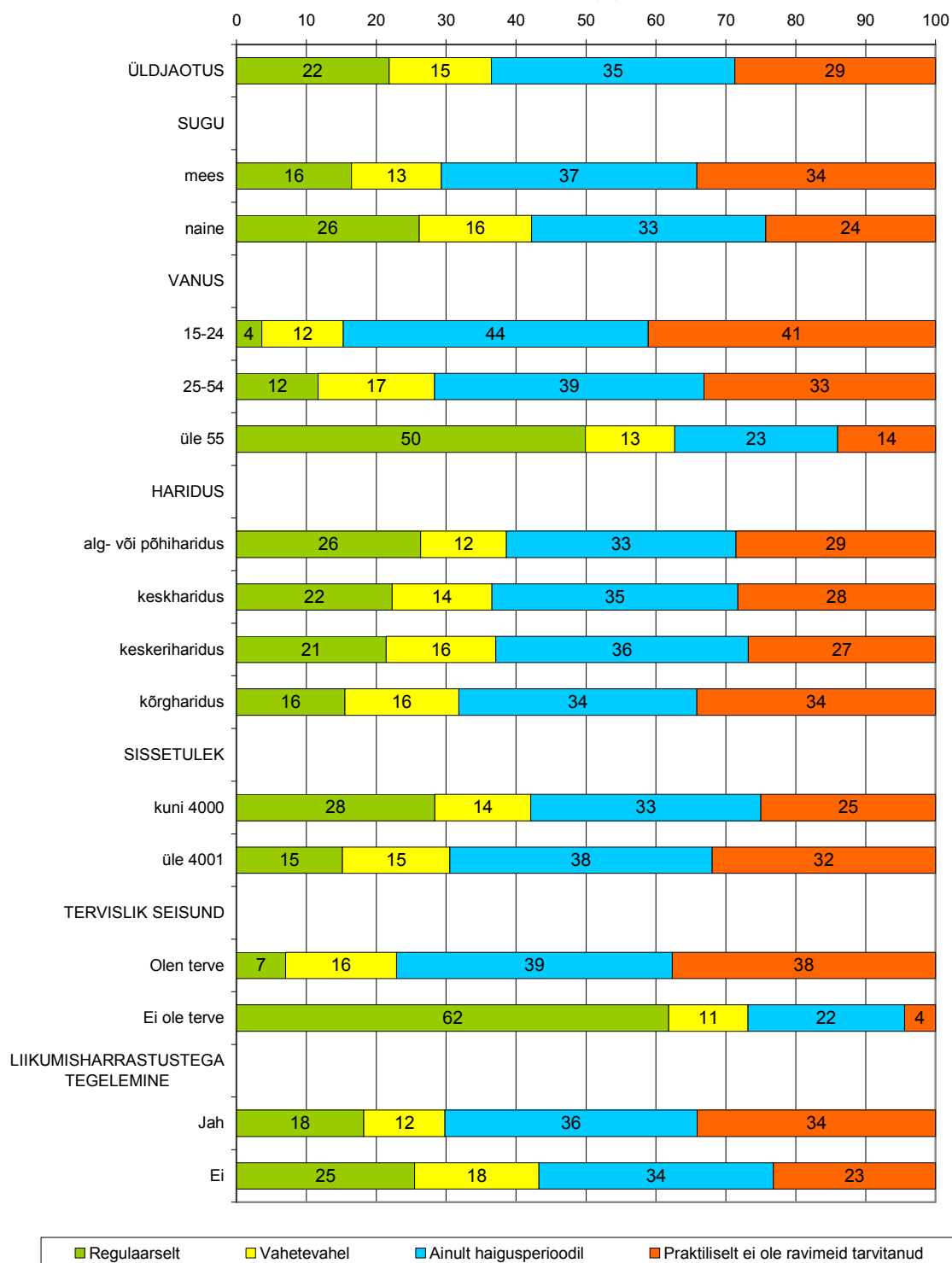
Joonis 9.1. Kuidas hindavad inimesed oma tervislikku seisundit?

N=1673 (%)

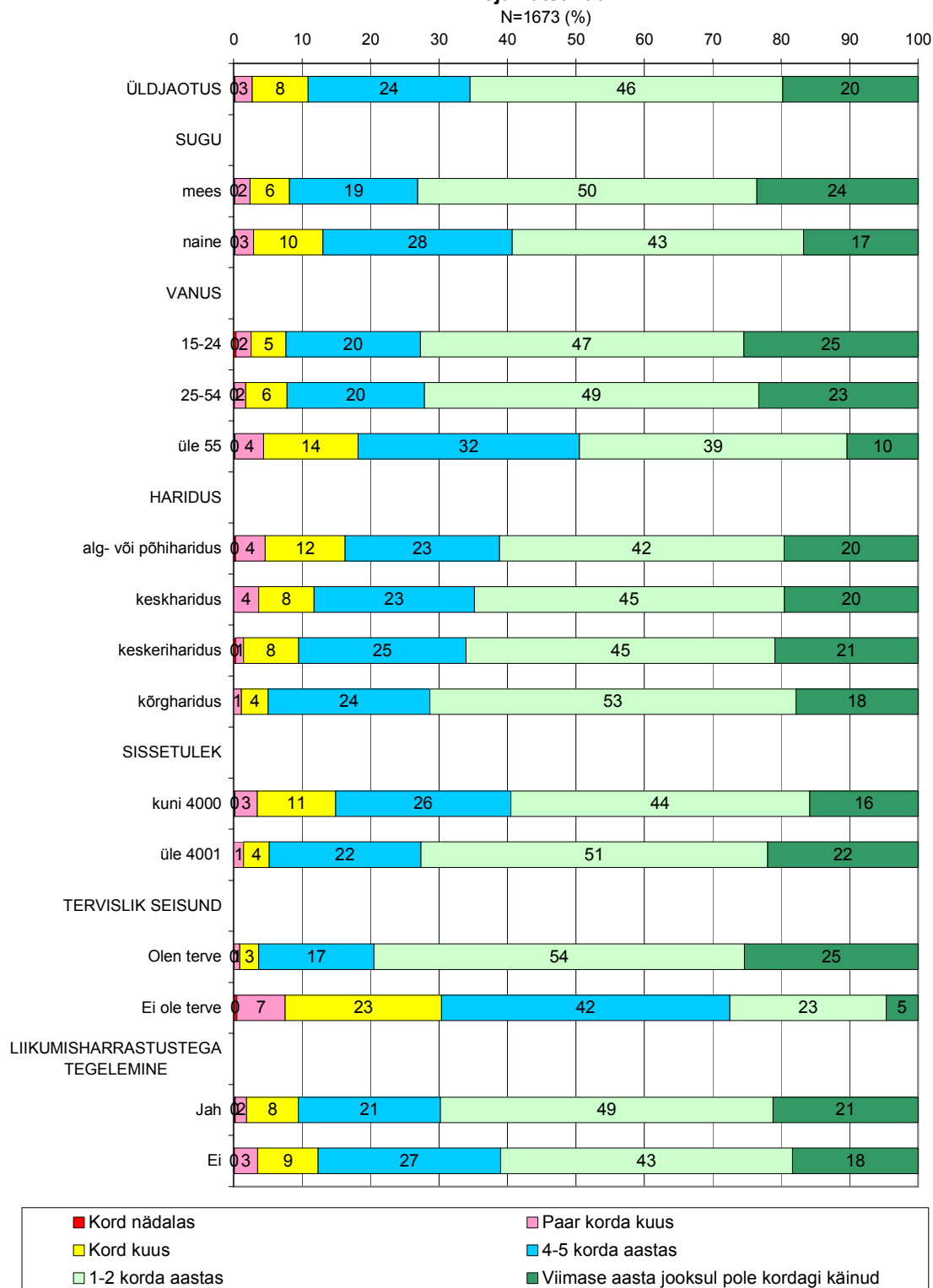


Joonis 9.2. Kui tihti on elanikud viimase aasta jooksul ravimeid tarvitanud?

N=1673 (%)

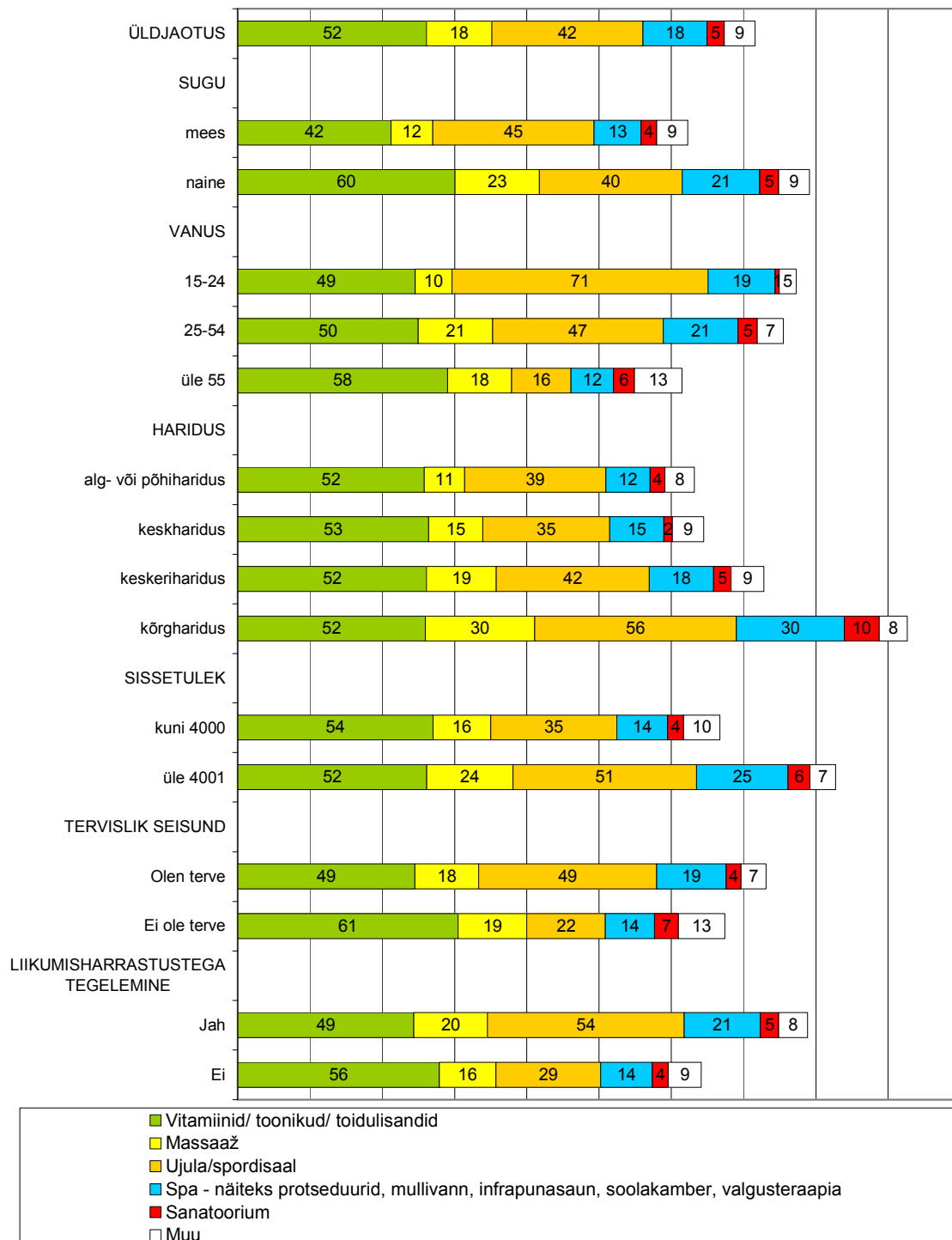


Joonis 9.3. Kui tihti on elanikud viimase aasta jooksul arsti juures käinud/ arsti koju kutsunud?



Joonis 9.4. Millele on elanikud raha kulutanud, et oma tervislikku seisundit parandada?

N=1673 (%)



LINNA KOKKUVÕTE

1. Linnaelanike huvitatus linnas toimuvast

49% vastajatest väitis, et tunneb linnas toimuva vastu huvi, kas väga suurt (7%) või küllaltki suurt (42%) huvi; 46% hindas oma huvi keskmiseks; 5% väheseks. Aktiivses tööeas olivad tunnevad suuremat huvi kui noored või vanemad inimesed; mida kõrgem haridustase, seda suurem huvi. Kui kõrgharidusega inimestest tundis linnas toimuva vastu huvi 59%, siis põhiharidusega vastajatest vaid 36%. **2. Millistest allikatest saadakse informatsiooni linnas toimuva kohta. Milline on peamine infoallikas**

55% vastajatest väitis maakonnalehe kohta, et sealt saadakse infot linnas toimuva kohta peamiselt; 35% saab maakonnalehest infot mõnikord. Kohalikust raadiost saab infot peamiselt 54%, mõnikord 28% vastajatest. Linna lehest saab peamiselt infot 50%, mõnikord 44% vastajatest. Perekonnaliikmetelt, naabritelt, tuttavatelt saab peamiselt infot 14%, mõnikord 54% vastajatest. Linna koduleheküljelt Internetis saab peamiselt infot 11%, mõnikord sealt 27%, sealt üldse mitte 50% vastajatest. 6% ei oska öelda, kas saab kodulehelt infot või mitte; 7% väidab, et sellist kanalit pole olemas. Võrreldes alamgrupe, maakonnalehest saavad peamiselt infot kõige sagedamini vanemad kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed; kohalikust raadiost saavad kõige sagedamini peamise info vanemad, keskeriharidusega mehed; linna lehest saavad peamise info kõige sagedamini keskmisest madalama sissetulekuga keskharidusega naised vanuses 55+; pereliikmetelt, naabritelt saavad peamise info linnas toimuva kohta kõige sagedamini noored kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed; linna koduleheküljelt internetis saavad peamiselt infot kõige sagedamini noored kõrgharidusega naised. Seega, **Paide naised loevad linnaudiseid linna lehest, mehed kuulavad kohalikku raadiot.** Muude kanalite osas meeste naiste eelistustes olulisi erinevusi pole. Kui paluti teha üks valik, milline on kõige olulisem kanal, kust saadakse põhiline info linnas toimuva kohta, nimetas 42% vastajatest maakonnalehte, 24% kohalikku raadiot, 19% linna lehte, 10% pereliikmeid, tuttavaid, 5% linna kodulehekülge Internetis. Võrreldes alamgrupe, maakonnaleht oli kõige sagedamini põhiliseks infoallikaks tööealistele, kõrgharidusega, üle keskmise sissetulekuga inimestele. Maakonnaleht oli kõige harvem põhiliseks infoallikaks noortele põhiharidusega inimestele. Kohalik raadio olid kõige sagedamini põhiliseks infoallikaks vanematele alla keskmise sissetulekuga meestele. Linna leht oli põhiliseks infoallikaks tööealistele keskharidusega alla keskmise sissetulekuga naistele. Linna kodulehekülg noortele põhiharidusega

inimestele (kooliõpilastele). Perekonnaliikmeid, naabreid pidasid põhilisteks infoallikateks kõige sagedamini noored (15-24), põhiharidusega üle keskmise sissetulekuga mehed.

3. Rahulolu erinevate eluvaldkondadega linnas

Üheteistkümnest kõne all olnud linnaelu erinevast küljest on üle poole vastajatest täiesti rahul või pigem rahul kaheksaga. Kõige enam ollakse rahul linna sideteenustega, 88% vastajatest oli selle valdkonnaga täiesti rahul või pigem rahul. Laste koolitamise võimalusega oli rahul (täiesti või pigem) 78%; kultuurieluga 72% vastajatest. Üle 60% oli rahul sportimisvõimalustega, arstiabi saamise võimalustega, avaliku korra olukorraga, vee- ja kanalisatsioonisüsteemidaga. Arstiabi kättesaadavuse, avaliku korra ja vee- ja kanalisatsioonisüsteemiga ei olnud rahul 1/3 vastajatest; kultuurieluga 1/5. Vaba aja veetmise võimalustega oli rahul (täiesti rahul või pigem rahul) 55% vastajatest, 36% ei olnud. Laste lasteaedapaneku võimalustega oli rahul 38%, 30% ei olnud rahul; 32% ei huvitu sellest probleemist. Töö leidmise võimalustega oli rahul 30%, 56% ei olnud; 14% ei huvitunud probleemist. **Kõige tõsisem probleem on Paides linna teede ja tänavate olukord. Tänavatega on rahul 22% vastajatest; 78% ei ole linna teede ja tänavate olukorraga rahul.** Analüüsisides rahulolu erinevate eluvaldkondadega alamgrupiti: sideteenustega jäävad teistest rohkem rahule põhiharidusega, üle keskmise sissetulekuga mehed. Laste koolitamise võimalustega jäävad kõige rohkem rahule põhiharidusega noored (õpilased ise?). Kultuurieluga jäävad rohkem rahule üle keskmise sissetulekuga, liikumisharrastusega tegelevad inimesed; vanemad rohkem kui noored. Kõige vähem on kultuurieluga rahul noored keskhariidusega inimesed. Sportimisvõimalustega jäävad kõige rohkem rahule tööealised kõrghariidusega (aga ka põhiharidusega) üle keskmise sissetulekuga terved liikumisharrastusega tegelevad mehed. Kõige vähem on sportimisvõimalustega rahul vanemad keskealised madalama sissetulekuga haigust kurtvad, liikumisharrastusega mittetegelevad naised, aga nende hulgas ka kõige rohkem neid, kes sporditegemisest ei huvitu. Arstiabi kättesaadavusega on teistest rohkem rahul noored (kes ilmselt eriti palju arstiabi ei vajagi). Avaliku korra olukorraga jäävad naised rohkem rahule kui mehed; kõige kriitilisemad on põhiharidusega inimesed. Vee- ja kanalisatsioonisüsteemidega jäävad teistest sagedamini rahule kõrghariidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed. Vaba aja veetmise võimalustega linnas on vanemad inimesed rohkem rahul kui noored; kõrgema sissetulekuga, terved, liikumisharrastusega tegelevad inimesed rohkem rahul kui madalama sissetulekuga haiged liikumisharrastusega mittetegelevad inimesed. Lasteaiavõimalustega on üle keskmise sissetulekuga inimesed rohkem rahul kui alla keskmise sissetulekuga inimesed. Töö leidmise võimalustega on noored (15-24) rohkem rahul kui põhilises tööeas inimesed (25-54); kõrghariidusega inimesed rohkem rahul kui keskerihariidusega inimesed; kõrgema sissetulekuga terved liikumisharrastusega tegelevad inimesed rohkem rahul kui madalama sissetulekuga, end mitte terveks pidavad liikumisharrastusega mittetegelevad inimesed. Linna teede ja tänavate olukorraga on noored ja vanemad inimesed rohkem rahul kui põhilises tööeas inimesed; põhi- ja kõrghariidusega inimesed rohkem rahul kui keskhariidusega inimesed, kõrgema sissetulekuga,

terved, liikumisharrastusega tegelevad inimesed rohkem rahul kui madalama sissetulekuga haiged liikumisharrastusega mittetegelevad inimesed

4. Milliste küsimustega peaksid linnavõimud eelkõige tegelema

Pingerea kaks esimest valdkonda on teedehitus ja -remont (68% vastajatest), ning kõnni- ja jalgrattateede ehitamine (64%). Turvalisuse tagamine ja ettevõtluse arengu soodustamine olid võrdselt olulised 33%-le vastajatest. Linna heakorra parandamine, spordi- ja mänguväljakute rajamine oli oluline 27%-le vastajatest. 20-24% toetas laste huvitegevuse võimaluste mitmekesistamist, tervishoiuteenuste paremat kättesaadavust, kultuuri- ja spordielu võimaluste edendamist, kontrolli tõhustamist linna ametnike tegevuse üle. 15-18% vastajatest toetas lasteaedade tingimuste kaasajastamist, parkide ja rohealade kaasajastamist, ühisveevärgi ja kanalisatsiooni võimaldamist, sotsiaal- ja hoolekandeteenuste arendamist, saastamata keskkonna hoidmist. **12% ja vähem said toetust haridusvõimaluste mitmekesistamine, elukondlike teenuste parem kättesaadavus, ühistranspordi arendamine, munitsipaalhituse algatamine (8%), parem informeerimine linna elust (6%), kodanikeühenduste tegevuse toetamine (4%).** Teedehituse ja -remondiga peaksid linnavõimud tegelema eelkõige tööaliste keskeriharidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga meeste arvates. Kõnni- ja jalgrattateede ehitamisega tööaliste kesk- ja keskeriharidusega inimeste, nii meeste kui naiste arvates. Turvalisust vajavad kõige rohkem noored põhiharidusega inimesed (koolilapsed). Ettevõtluse arengu soodustamist ootavad tööeas kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed. Linna heakorra parandamist peavad kõige olulisemaks vanemad, kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed.

5. Mis on tervisliku eluviisi tunnuseks

Kindlasti on tervisliku eluviisi tunnuseks **narkootikumide mittetarvitamine (94%), mittesuitsetamine (89%), alkoholiga mitte liialdamine (88%), võimalikult palju värskes õhus viibimine (86%), eelistatuim liikumisviis jalgsi või jalgrattaga (79%), vähemalt pool tundi aktiivset liikumist päevas (74%), unerohu ja antidepressantide mittetarvitamine (73%), regulaarne ja tervislik toitumine (70%).** Regulaarne tegelemine mõne spordiharrastusega on kindlasti tervisliku eluviisi tunnuseks 41% arvates, pigem on, 43% arvates. Regulaarne tervisekontroll kindlasti (37%) või pigem (53%) on tervisliku eluviisi tunnuseks. Regulaarsed treeningud vähemalt ühel spordialal kindlasti (37%) või pigem (40%) on tervisliku eluviisi tunnuseks. Täielik karskus, osavõtt tervisespordiüritustest oma kodukohas ja kursisolek tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega on ¼ arvates kindlasti, 40-50% arvates pigem tervisliku eluviisi tunnuseks. Osavõtt üle-eestilistest spordiüritustest on kindlasti (13%) või pigem (48%) tervisliku eluviisi tunnuseks. **34% ei pidanud osavõttu üle-eestilistest tervisespordiüritustest, 30% täielikku karskust, 21% kursisolekut tervislikku**

eluviisi tutvustava kirjandusega, 19% regulaarset tervisekontrolli, regulaarseid treeninguid vähemalt ühel spordialal, osavõttu tervisespordiüritustest oma kodukohas tervisliku eluviisi tunnuseks. Faktoranalüüsi tulemusel eristus 4 erinevat hoiakut tervisliku eluviisi põhitunnuste osas. **1) Ei tarvita alkoholi, ei suitseta, ei kasuta narkootikume, ei võta antidepressante.** Selline hoiak on omane eelkõige vanematele (55+) kõrgharidusega, üle keskmise sissetulekuga naistele. **2) Tervislik eluviis on regulaarsed treeningud, regulaarne tegelemine spordiharrastustega.** Sellise mõtteviisi kandjateks on eelkõige noored kõrgharidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga naised. **3) Tervislik eluviis on rohke värskes õhus liikumine jalgsi või rattaga.** Nii arvavad kõige sagedamini vanemad keskeriharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. **4) Osavõtt tervisespordiüritustest, kursisolek terviseliikumist kajastava kirjandusega, tervislik toitumine, regulaarne tervisekontroll.** Nii saavad tervislikust eluviisist kõige sagedamini aru keskealised kesk- ja keskeriharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed.

6. Kuivõrd harrastavad linnaelanikud ise tervislikku eluviisi

Kuus tervisliku eluviisi olulist tunnust kehtib üle poolte Paide linna elanike kohta täielikult: **ei tarvita narkootikume (95%), ei võta unerohtu ega antidepressante (79%), ei liialda alkoholiga (75%), ei suitseta (71%), liigub sageli jalgsi või jalgrattaga (55%), liigub aktiivselt vähemalt pool tundi päevas (52%).** Värskes õhus viibib sageli 42% vastajatest. Regulaarne teadlik toitumise ja kursisolek tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega on väga omane ¼ vastajatest. Täielikult või pigem kehtib 40% Paide vastajate kohta: ei joo üldse alkohoolseid jooke; käib regulaarselt tervisekontrollis. 1/3 võtab osa tervisespordiüritustest oma kodukohas, 17% võtab osa üle-eestilistest tervisespordiüritustest. **83% vastajatest ei võta osa üle-eestilistest tervisespordiüritustest, 75% ei treeni regulaarselt ühelgi spordialal; 73% ei tegele regulaarselt ühegi spordiharrastusega; 64% ei võta osa tervisespordiüritustest oma kodukohas, 59% tarbib alkohoolseid jooke, 58% ei käi regulaarselt tervisekontrollis; 42% ei toitu teadlikult, 32% pole kursis tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega, 26% vastajatest suitsetab.** Faktoranalüüsi tulemusel eristus vastajate hulgas 5 erinevat gruppi. **1) Treenin regulaarselt, võtan spordiüritustest osa.** Siia gruppi kuuluvad eelkõige noored kõrgharidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga mehed. **2) Liigun sageli värskes õhus jalgsi või rattaga.** Vanemad põhiharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. **3) Ei tarbi alkohoolseid jooke, ei suitseta, toitun tervislikult.** Vanemaid kõrgharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. **4) Olen kursis tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega, käin regulaarselt tervisekontrollis.** Vanemaid keskharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. **5) Ei tarvita narkootikume, unerohtu ega antidepressante.** Tööealised kesk-eriharidusega, üle keskmise sissetulekuga inimesed.

7. Terviseliikumise teema aktuaalsus võrreldes teiste eluvaldkondadega. Kes peaks terviseliikumist propageerima

Üle 90% vastajatest nõustus, et terviseliikumise temaatika on tänapäeval väga aktuaalne (97%). 90% vastajatest arvas, et terviseliikumise propageerimisega tuleks senisest rohkem tegeleda. Samas, 91% vastajatest oli seisukohal, et terviseliikumise tähtsuse mõistmine ja liikuva eluviisi harrastamine sõltub eelkõige inimesest endast ning terviseliikumise harrastamine on siiski igaühe eraasi. 92% arvas, et terviseliikumise propageerimine on lastevanemate, 74%, et õpetajate ülesanne; 55% pidas terviseliikumise propageerimist kohaliku omavalitsuse ülesandeks, 25% poliitikute ülesandeks. 59% nõustus, et Paide linn on terviseliikumise jaoks väga sobiv keskkond. 35% oli seisukohal, et ühiskonnas on palju olulisemaid probleeme kui terviseliikumise temaatika, seda ei peaks nii palju tähtsustama; 58% oli vastupidisel arvamusel, ei nõustunud selle väitega. Faktoranalüüsi tulemusel saime 4 selgesti eristuvat hoiakut terviseliikumise temaatika kohta: **1) Terviseliikumise propageerimine on kohaliku omavalitsuse ja poliitikute ülesanne.** Sellise mõtteviisi esindajaks olid eelkõige keskealised ja vanemad, kõrgharidusega, üle keskmise sissetulekuga inimesed. **2) Paide linn on terviseliikumise jaoks väga sobiv keskkond, aga terviseliikumise tähtsuse mõistmine ja liikuva eluviisi harrastamine sõltub eelkõige inimesest endast.** Vanemad (55+) ja nooremad (14-24) põhiharidusega allapoole keskmist sissetulekuga mehed. **3) Terviseliikumist peaksid lapsevanemad ja õpetajad muidugi propageerima, aga terviseliikumise harrastamine on ikkagi igaühe eraasi.** Vanemad keskeriharidusega allapoole keskmist sissetulekuga mehed. **4) Terviseliikumise temaatika on tänapäeval väga aktuaalne, terviseliikumist peaks kindlasti rohkem tutvustama ja propageerima; meil on ühiskonnas küll palju probleeme, aga terviseliikumise temaatikat on siiski vaja tähtsustada.** Sellise mõtteviisi esindajateks olid teistest enam tööealised kõrgharidusega, keskmisest kõrgema sissetulekuga naised.

8. Milliseid aktiivse eluviisi propageerimisvõtteid ja üritusi eelistatakse.

51% vastajatest pani esikohale kogupere meelelahutusliku ürituse; 16% pani esikohale kõiki linnakodanikke haarava temaatilise meelelahutusliku ürituse; 9% eakatele mõeldud meelelahutusliku ürituse; 8% väikese, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeürituse. Ülejäänud üritusvorme pani esikohale alla 10% vastajatest. Seminarivormi ei pannud esikohale mitte keegi. Teisele kohale oli ülekaalukalt pandud kõiki linnakodanikke haarav temaatiline meelelahutuslik üritus (32%); järgnesid eakatele mõeldud meelelahutuslik üritus (15%), väike, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeüritus (12%), kogupere meelelahutuslik üritus (11%); sariüritus (11%). Kolmandale kohale pani 17% vastajatest kõiki linnakodanikke haarava temaatilise meelelahutusliku ürituse, 15% kursus-koolituse, 17% sariürituse, teine 17% suuremat

piirkonda haarava meelelahutusliku ürituse, 13% väikese, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeürituse, 12% sariürituse või suuremat piirkonda haarava avaliku ürituse. Seega **populaarseimad aktiivse eluviisi propageerimisvõtted ja üritused on kogupere meelelahutuslik üritus, kõiki linnakodanikke haarav temaatiline meelelahutuslik üritus ning väike, eri vanuses huvigruppidele suunatud üritus. Keskmise populaarsusega on suuremat piirkonda haarav avalik üritus, sariüritus, eakatele mõeldud meelelahutuslik üritus ning kursus-koolitus. Teistest märgatavalt vähem populaarseks vormiks osutus seminar.**

9. Mida vaja teha, et tervise edendamiseks seotud keskkonda linnas parandada

Siseujula on olemas, sellega on korras. ¼ vastajate arvates on piisavalt ka terviseliikumist tutvustavat kirjandust; 55% siiski leiab, et vastav kirjandus võiks paremini kättesaadav olla. 1/5 vastajate arvates on jalgrattaparandusi piisavalt; 60%-l vastajatest jääb nendest vajaka. Kõige rohkem **tunti puudust jalgratta- (94%) ja kõnniteedest (90%). Üle 80% vastajatest väitis, et oleks vaja rohkem uusi terviseradasid (89%), valgustatud metsaradu (87%), turvalisust (87%), ühisüritusi (82%) ning spordivarustuse laenutust (81%). 76% vastajatest arvas, et terviseliikumise eestvedajad võiksid aktiivsemalt tööle hakata; üle 70% tundis vajadust uute spordisaalide, spordiväljakute, jalgrattalaenutuse, jalgrattahoidlate ning avalike tasuta harjutustundide järele.**

10. Kuivõrd linnaelanikud tegelevad mõne aktiivse eluviisi vormiga

52% vastajatest väitis, et nad tegelevad praegu mõne liikumisharrastusega; 7% väitis, et praegu ajutiselt ei tegele; 7% ei tegele, aga on tõsiselt kaalunud tegelema hakata. 34% ei tegele ühegi liikumisharrastusega. Kõige enam nimetatud liikumisharrastus oli jalgrattasõit (34% nendest, kes tegelevad mõne liikumisharrastusega, sõidab jalgrattaga); 16% tegeleb ujumisega; 20% kõndimisega; 16% käib jooksmas; 12% teeb kepikõndi. 5-7% tegeleb võimlemise, pallimängu, suusatamise või kergejõustikuga; 2% teeb kiirkõndi, aiatööd, tantsib või treenib trenaažooril. Nimetati veel hokit, jahilkäimist, joogat, jõusaali, kalapüüki, matkamist, motosporti, poksi, ravivõimlemist ja vesivõimlemist. 37% kõikidest liikumisharrastustega tegelejatest tegeleb oma harrastusega praktiliselt iga päev; 39% 2-3 korda nädalas; 17% kord nädalas; 7% harvem. Jalgrattaga sõitjatest 42% sõidab praktiliselt iga päev; 31% 2-3 korda nädalas, 9% kord nädalas, 12% harvem. Uujatest 36% tegeleb oma harrastusega 2-3 korda nädalas, 46% kord nädalas, 18% mõned korrad kuus. **11. Põhilised takistused tervisliku eluviisi harrastamisel**

58% vastajatest pidas takistuseks tervisliku eluviisi harrastamisel oma laiskust ja mugavust; 49% on igapäevatööga väga hõivatud; 45%-le jagus vähe teid,

valgustatud radasid, kus terviselikumist harrastada. Kolmandik kurtis väheste huvitavate ühistegevuste, rahapuuduse või motivatsioonipuuduse üle; neljandikule tegi tervis muret või lihtsalt puudus huvi terviselikumise vastu; viiendikule tundus, et terviselikumine pole meie linnas popp, pole ka nõustajat, kellega konsulteerida. Vajaliku teabe ja mõttekaaslaste puudumise üle kurtis 14% vastajatest. Väga suurele enamusele ei olnud tegelikult ükski võimalik põhjus tõeliseks takistuseks terviselikumise harrastamisel. Faktoranalüüsi tulemusel saime 3 erinevat hoiakut põhjuste kohta, mis takistavad terviselikumise harrastamist. **1) Välised tegurid (pigem teised on süüdi) – pole harrastuskohti, pole teavet, pole populaarne, pole huvitavat ühistegevust, pole mõttekaaslast, puudub nõustaja, olen tööga hõivatud.** Sellise hoiaku esindajad on eelkõige noored, keskeriharidusega, keskmisest kõrgema sissetulekuga naised. **2) Põhjus on minus endas, olen mugav, mul puudub motivatsioon, huvi terviselikumisega tegeleda.** Sellise mõtteviisi kandjaks eelkõige keskealised keskharidusega üle keskmise sissetulekuga mehed. **2) Halb tervis, vähe raha.** Vanemad põhiharidusega, keskmisest madalama sissetulekuga naised.

12. Kuidas hinnatakse oma tervislikku seisundit

17% vastajatest pidas end täiesti terveks, 54% üldiselt terveks; 8% põeb tihti kergemaid viirushaigusi; 19% on kroonilisi haigeid, 2% väga haigeid inimesi. Mehed peavad end üldiselt tervemaks kui naised; noored tervemaks kui vanemad inimesed; liikumisharrastusega tegelejad tervemaks kui mittetegelejad. 21% vastajatest on viimase aasta jooksul regulaarselt, 17% vahetevahel ravimeid tarvitanud. 31% on ravimeid tarvitanud ainult haigusperioodil; 30% vastajatest ei ole viimase aasta jooksul praktiliselt üldse ravimeid tarvitanud. Regulaarseid ravimitarvitajaid on naiste hulgas (26%) tunduvalt enam kui meeste (14%) hulgas; üle 55-aastaste (46%) hulgas tunduvalt rohkem kui 15-24-aastaste (3%) või ka keskealiste (16%) hulgas. Keskeriharidusega inimesed (24%) on Paides suuremad regulaarsed ravimitarvitajad kui teiste haridusgruppide esindajad (põhiharidus 15%, kõrgharidus 17%). Mittetervete hulgas on regulaarseid ravimitarvitajaid 53%; tervete hulgas 8%. Liikumisharrastusega mittetegelejate hulgas on regulaarseid ravimitarvitajaid 24%, liikumisharrastusega tegelejate hulgas 18%. Kord kuus või tihedamini on Paide elanikest viimase aasta jooksul arsti juures käinud 13%. 27% on arsti juures käinud 4-5 korda aastas; 40% 1-2 korda aastas. 19% pole viimase aasta jooksul arsti juures käinud. Naised on sagedasemad arsti juures käijad kui mehed; vanemad inimesed tunduvalt sagedasemad käijad kui noored või parimas tööeas olevad inimesed; keskeriharidusega inimesed sagedasemad kui kõrgema või põhiharidusega inimesed; haiged inimesed loomulikult sagedasemad kui üldiselt terved inimesed

13. Millele on raha kulutatud, et oma tervislikku seisundit parandada

Et oma tervislikku seisundit parandada on 54% ostnud vitamiine; 42% vastajatest on kulutanud raha ujula/spordisaali peale; 11% on käinud Spa protseduuridel; 10% on

käinud massaažis; 4% sanatooriumis. Meetmeid on üldiselt teistest enam tarvitusele võtnud kõrgharidusega inimesed; üle keskmise sissetulekuga inimesed; liikumisharrastusega tegelejad; naised rohkem kui mehed. Vitamiinid, toonikud on kõige enam kasutuses nooremate, ennast mitte terveks pidavate naiste juures. Ujula, spordisaal on populaarseim noorte kõrgharidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga tervete, liikumisharrastusega tegelevate meeste hulgas. Massaaži kasutavad kõige enam keskealised kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga, ennast mitte terveks pidavad naised. Spa teenuseid kasutavad teistest enam kõrgharidusega naised. Seega, **mehed kulutavad raha pigem ujula, spordisaali peale, naised vitamiinidele, massaažile, Spa teenustele.**

I METOODIKA KIRJELDUS

Valim, valimi moodustamine

Valimi suuruseks planeeriti Elvas 200, Põlvas 200, Kuressaares 250, Keilas 250, Paides 250, Rakveres 250, Viljandis 250 linnaelanikku, kes valitakse juhuvaliku põhimõttel. Valimi moodustamise lähtealuseks oli AS Andmevarast tellitud stardiaadresside andmebaas.

Leibkonna valikuks igas valimipunktis rakendati lähteaddressi meetodit, mis on reeglite kogum stardiaadressist edasiliikumise marsruudi, majade ja korterite valikuks.

Vastaja valikuks leibkonnast kasutati nn noore mehe reeglit- küsitleti hetkel kodus olevatest 15-74-aastaste vanusegruppi kuuluvatest pereliikmetest noorimat meesterahvast. Kui sobivas vanuses mehi antud aadressil ei ela või ei ole kodus, küsitleti hetkel kodus olevatest nõutavasse vanusegruppi kuuluvatest naistest noorimat.

Kodude külastamine vastajate valikuks ja intervjuude läbiviimiseks toimus tööpäevadel õhtusel ajal (alates 18.00-st) ja nädalavahetusel sobival ajal päeva jooksul. Vastaja soovil võis intervjuu läbiviimiseks leppida kokku vastajale sobivama aja. Leibkonnas intervjuueeriti ainult ühte inimest. Kui reeglijärgselt valitud vastaja keeldus, siis samas leibkonnas uut valikut ei tehtud vaid jätkati marsruuti.

Kirjeldatud meetodil saadud valimit võib üldjoontes nimetada üldkogumit (linna) proportsionaalselt esindavaks valimiks, kus iga vastaja esindab võrdset arvu üldkogumi elemente.

Vastajate jagunemine sotsiaal-demograafilistes lõigetes on toodud Tabelis 1.

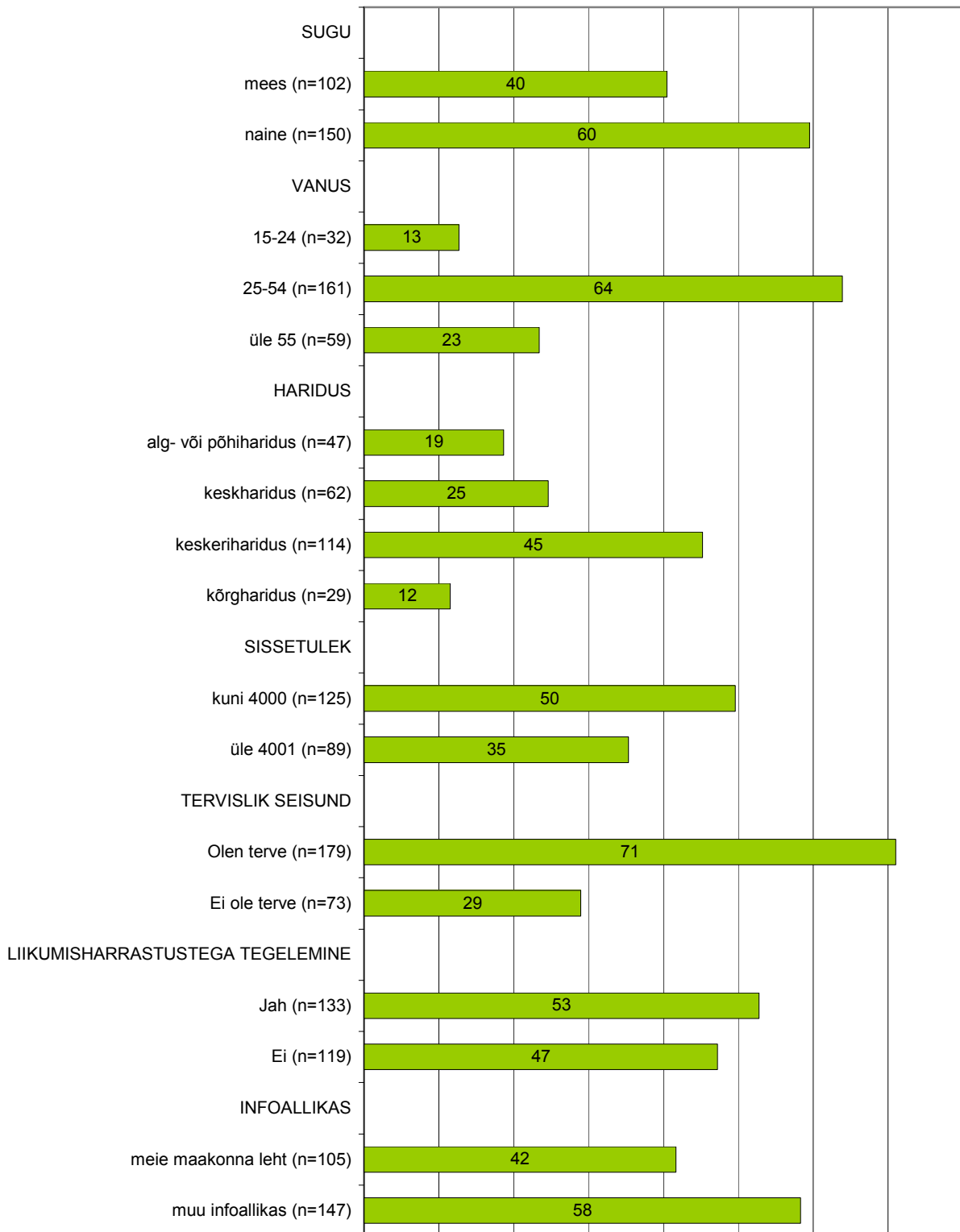
Tabel 1. Valimi struktuur - vastanute jaotumine Paide linnas taustatunnuste alusel

SUGU	Arv	%	TEGEVUSALA	Arv	%
mees	102	40.5	Vabakutseline	7	2.8
naine	150	59.5	Eraettevõtja	21	8.3
VANUS			Talunik	5	1,9
15-19	24	9.5	Juhtivtöötaja (tippjuht)	12	4.8
20-24	8	3.2	Keskastme juht	17	6.7
25-34	36	14.3	Spetsialist (kõrgharidusega)	55	21.8
35-44	50	19.8	Ametnik, teenindaja, spetsialist (kõrgharidusega)	48	19.0
45-54	75	29.8	Töölaine	7	2.8
55-64	39	15.5	Õpilane, üliõpilane	25	9.9
65+	20	7.9	Pensionär, invaliid	38	15.1
HARIDUS			Kodune	10	3,9
Alg-või põhiharidus	47	18.7	Töötu	8	3.2
Keskharidus	62	24.6	NETOSISSETULEK PERELIIKME KOHTA KUUS		
Kesk-eri	114	45.2	kuni 2000 kr	34	13.5
Kõrgem	29	11.5	2001 - 4000 kr	91	36.1
PEREKONNASEIS			4001 - 6000 kr	53	21,0
Vallaline	49	19.4	6001 - 8000 kr	27	10,7
Abielus/vabaabielus	162	64.3	8001 - 10 000 kr	7	2,8
Lahutatud	21	8.3	üle 10 000 kr	2	0,8
Lesk	16	6.3	Vastamata	38	15,1
ÜLALPEETAVATE LASTE ARV PEREKONNAS			KUI KAUA ELANUD LINNAS		
Mitte ühtegi	154	61.6	alla 3 aasta	13	5.2
1	58	23.0	3-10 aastat	51	20.2
2	44	17.5	üle 10 aasta	125	49.6
3	10	4.0	kogu elu	63	25.0
4 ja rohkem	3	1.2			

Uuringutulemusi võrreldi läbi alljärgneval graafikul olevate sotsiaaldemograafiliste tunnuste.

Paide vastajate sotsiaaldemograafiline profiil

N=252 (%)



Küsitlus

Uuringu läbiviimiseks kasutati silmast silma intervjuud vastajate kodudes. Küsitluse viisid läbi uuringukeskuse Faktum&Ariko intervjuueerijad, kes olid eelnevalt läbinud koolituse ja saanud juhised antud uuringu läbiviimiseks.

Pärast küsitluse lõppu, kontrollimaks küsitlustöö kvaliteeti, saadeti 10%-le vastajatest välja tagasisidekirjad.

Andmetöötlus ja valimivea hinnang

Uuringutulemuste töötlemisel kasutati andmetöötluspakette QPS ja SPSS.

Tabel 2. Valimivea piirid proportsioonihinnangul 95% usaldusnivool.

Tabel 2. Valimivea piirid

Valimi suurus	50%	52%	60%	65%	70%	75%	80%	85%	90%	95%	97%	98%
	50%	48%	40%	35%	30%	25%	20%	15%	10%	5%	3%	2%
10	30,99	30,97	30,36	29,56	28,40	26,84	24,79	22,13	18,59	13,51	10,57	8,68
20	21,91	21,90	21,47	20,90	20,08	18,98	17,53	15,65	13,15	9,55	7,48	6,14
30	17,89	17,88	17,53	17,07	16,40	15,49	14,31	12,78	10,74	7,80	6,10	5,01
40	15,49	15,49	15,18	14,78	14,20	13,42	12,40	11,07	9,30	6,75	5,29	4,34
50	13,86	13,85	13,58	13,22	12,70	12,00	11,09	9,90	8,32	6,04	4,73	3,88
60	12,65	12,65	12,40	12,07	11,60	10,96	10,12	9,03	7,59	5,51	4,32	3,54
70	11,71	11,71	11,48	11,17	10,74	10,14	9,37	8,36	7,03	5,11	4,00	3,28
80	10,96	10,95	10,73	10,45	10,04	9,49	8,77	7,82	6,57	4,78	3,74	3,07
90	10,33	10,32	10,12	9,85	9,47	8,95	8,26	7,38	6,20	4,50	3,52	2,89
100	9,80	9,79	9,60	9,35	8,98	8,49	7,84	7,00	5,88	4,27	3,34	2,74
110	9,34	9,34	9,15	8,91	8,56	8,09	7,47	6,67	5,61	4,07	3,19	2,62
120	8,95	8,94	8,78	8,53	8,20	7,75	7,16	6,39	5,37	3,90	3,05	2,50
130	8,59	8,59	8,42	8,20	7,88	7,44	6,88	6,14	5,16	3,75	2,93	2,41
150	8,00	8,00	7,84	7,63	7,33	6,93	6,40	5,71	4,80	3,49	2,73	2,24
200	6,93	6,93	6,79	6,61	6,35	6,00	5,54	4,95	4,16	3,02	2,36	1,94
300	5,66	5,65	5,54	5,40	5,18	4,90	4,53	4,04	3,39	2,47	1,93	1,58
500	4,38	4,38	4,29	4,18	4,02	3,79	3,51	3,13	2,63	1,91	1,49	1,23
800	3,46	3,46	3,39	3,30	3,17	3,00	2,77	2,47	2,08	1,51	1,18	0,97
1 000	3,10	3,10	3,03	2,95	2,84	2,68	2,48	2,21	1,86	1,35	1,06	0,87

Näiteks:

Paides vastas 252 inimest küsimusele, kas tegelete mõne liikumisharrastusega. 53% neist vastas jaatavalt. Maksimumviga 95% usaldusnivool on $\pm 5,5\%$.

Teostajad

Uuringu eri etappides osalesid:

Tellijapoolne kontaktisik -

Uuringu meetoodika -

Valimi koostamine ja küsitlustöö juhtimine -

Programmeerimine -

Andmetöötlus -

Aruanne -

Kontaktandmed -

Eeva Kumberg

Juhan Kivirähk

Marje Sepp

Piret Kello

Marii Paškov, Suive Pahrt

Kaja Södor

OÜ Uuringukeskus Faktum&Ariko

Pärnu mnt 19, Tallinn 10141

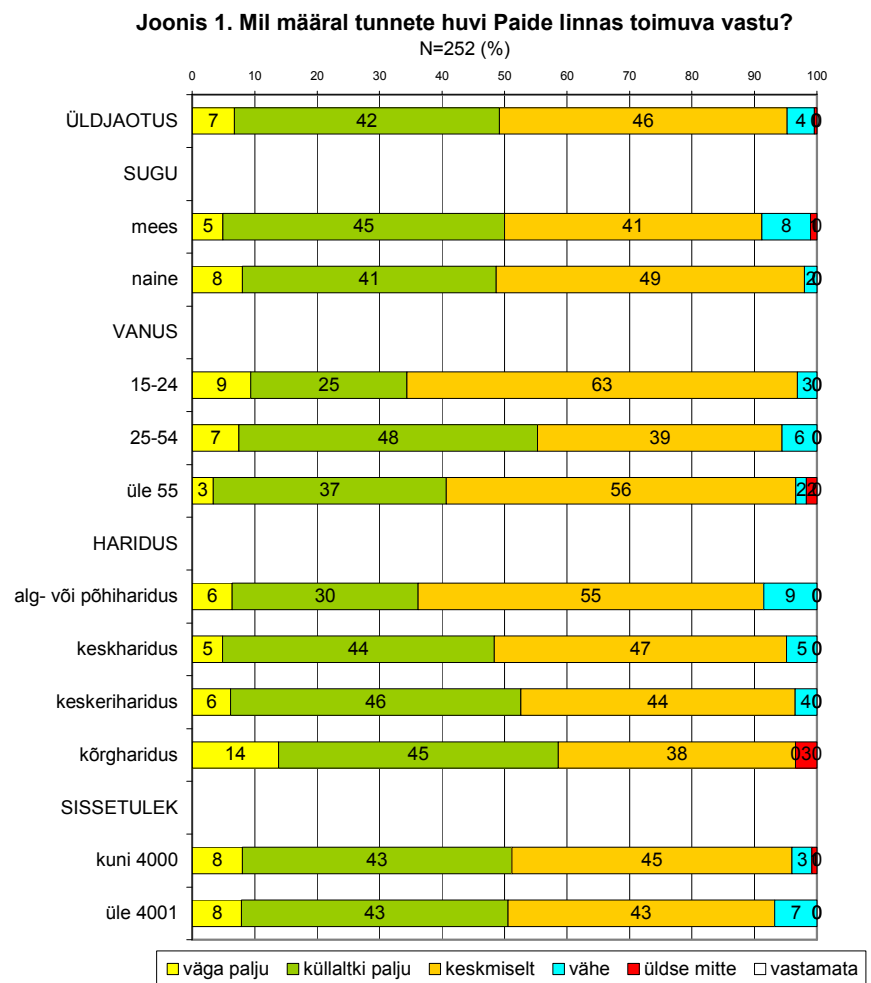
info@faktum-ariko.ee

tel. 6684530

II UURINGU TULEMUSED

1. Kuivõrd on linnaelanik huvitatud linnas toimuvast

43% vastajatest väitis, et tunneb linnas toimuva vastu huvi, kas väga suurt (5%) või küllaltki suurt (38%) huvi; 50% hindas oma huvi keskmiseks; 7% väheseks. Naised tunnevad suuremat huvi kui mehed; vanemad inimesed (55+) suuremat huvi kui nooremad; kõrgharidusega ja ka põhiharidusega inimesed suuremat kui keskharidusega inimesed; üle keskmise sissetulekuga inimesed suuremat huvi kui alla keskmise sissetulekuga inimesed.



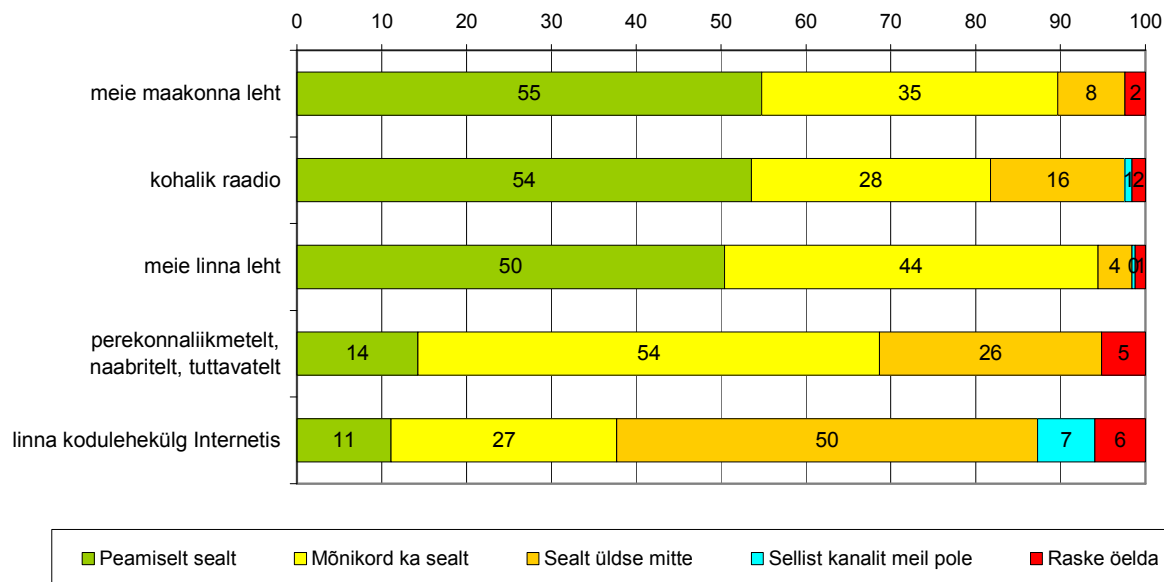
2. Millistest allikatest saadakse informatsiooni linnas toimuva kohta.

55% vastajatest väitis maakonnalehe kohta, et sealt saadakse infot linnas toimuva kohta peamiselt; 35% saab maakonnalehest infot mõnikord. Kohalikust raadiost saab infot peamiselt 54%, mõnikord 28% vastajatest. Linna lehest saab peamiselt infot 50%, mõnikord 44% vastajatest. Perekonnaliikmetelt, naabritelt, tuttavatelt saab peamiselt infot 14%, mõnikord 54% vastajatest. Linna koduleheküljelt Internetis saab peamiselt infot 11%, mõnikord sealt 27%, sealt üldse mitte 50% vastajatest. 6% ei oska öelda, kas saadakse kodulehelt infot või mitte; 7% väidab, et sellist kanalit pole olemas. Võrreldes alamgrupe, maakonnalehest saavad peamiselt infot kõige sagedamini vanemad kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed; kohalikust raadiost saavad kõige sagedamini peamise info vanemad, keskeriharidusega mehed; linna lehest saavad peamise info kõige sagedamini keskmisest madalama sissetulekuga keskharidusega naised vanuses 55+; pereliikmetelt, naabritelt saavad peamise info linnas toimuva kohta kõige sagedamini noored kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed; linna koduleheküljelt internetis saavad peamiselt infot kõige sagedamini noored kõrgharidusega naised. Seega, Paide naised loevad linnauudiseid linna lehest, mehed kuulavad kohalikku raadiot. Muude kanalite osas meeste naiste eelistustes olulisi erinevusi pole (Joonised 2.1.; 2.1.1.-2.1.5.).

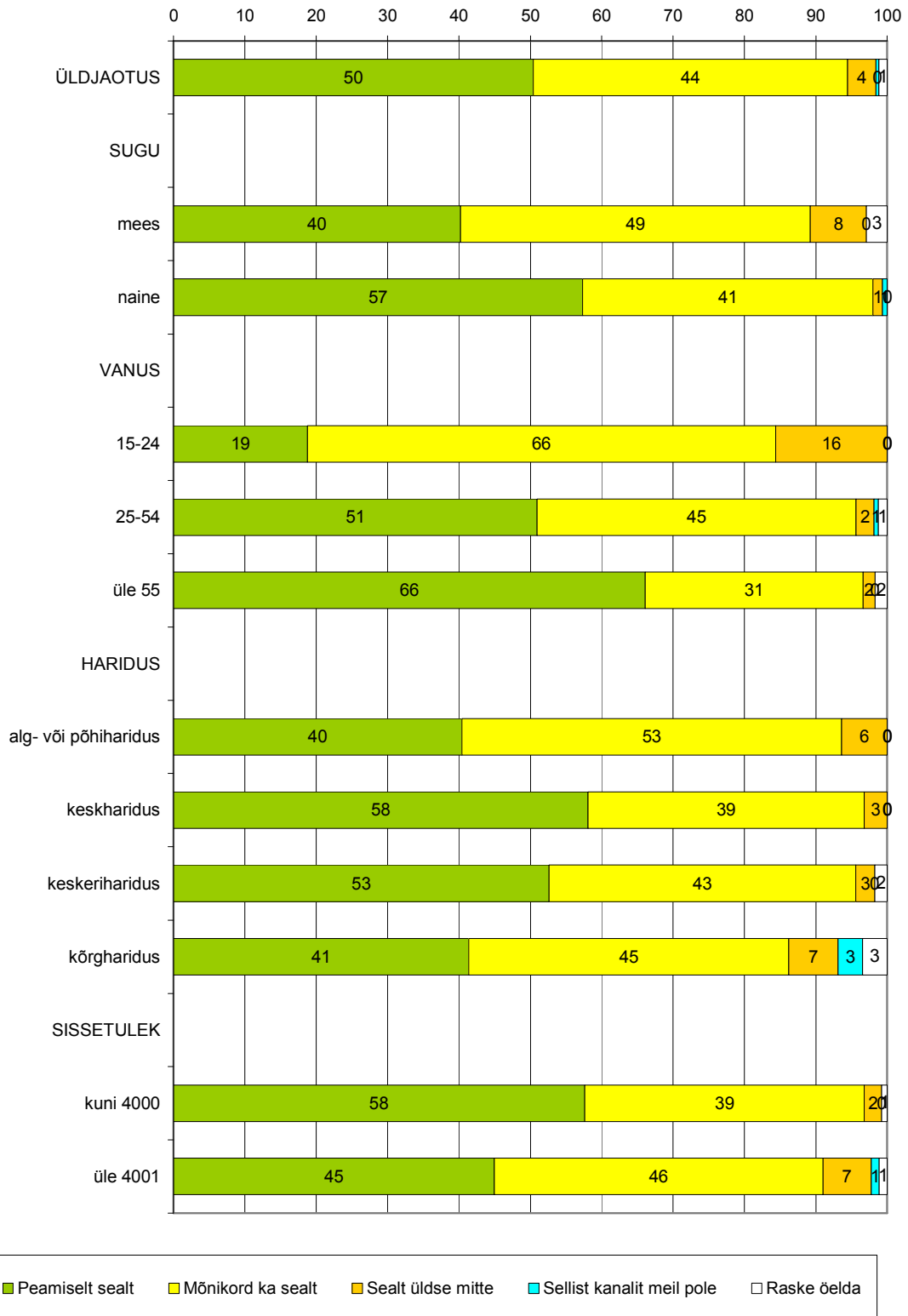
Kui paluti teha üks valik, milline on kõige olulisem kanal, kust saadakse põhiline info linnas toimuva kohta, nimetas 42% vastajatest maakonnalehte, 24% kohalikku raadiot, 19% linna lehte, 10% pereliikmeid, tuttavaid, 5% linna kodulehekülge Internetis. Võrreldes alamgrupe, maakonnaleht oli kõige sagedamini põhiliseks infoallikaks tööealistele, kõrgharidusega, üle keskmise sissetulekuga inimestele. Maakonnaleht oli kõige harvem põhiliseks infoallikaks noortele põhiharidusega inimestele. Kohalik raadio olid kõige sagedamini põhiliseks infoallikaks vanematele alla keskmise sissetulekuga meestele. Linna leht põhiliseks infoallikaks tööealistele keskharidusega alla keskmise sissetulekuga naistele. Linna kodulehekülge noortele põhiharidusega inimestele (kooliõpilastele). Perekonnaliikmeid, naabreid pidasid põhilisteks infoallikateks kõige sagedamini noored (15-24), põhiharidusega üle keskmise sissetulekuga mehed (Joonis 2.2.).

Joonis 2.1. Mil määral saate informatsiooni Paides toimuva kohta järgmistest kanalitest?

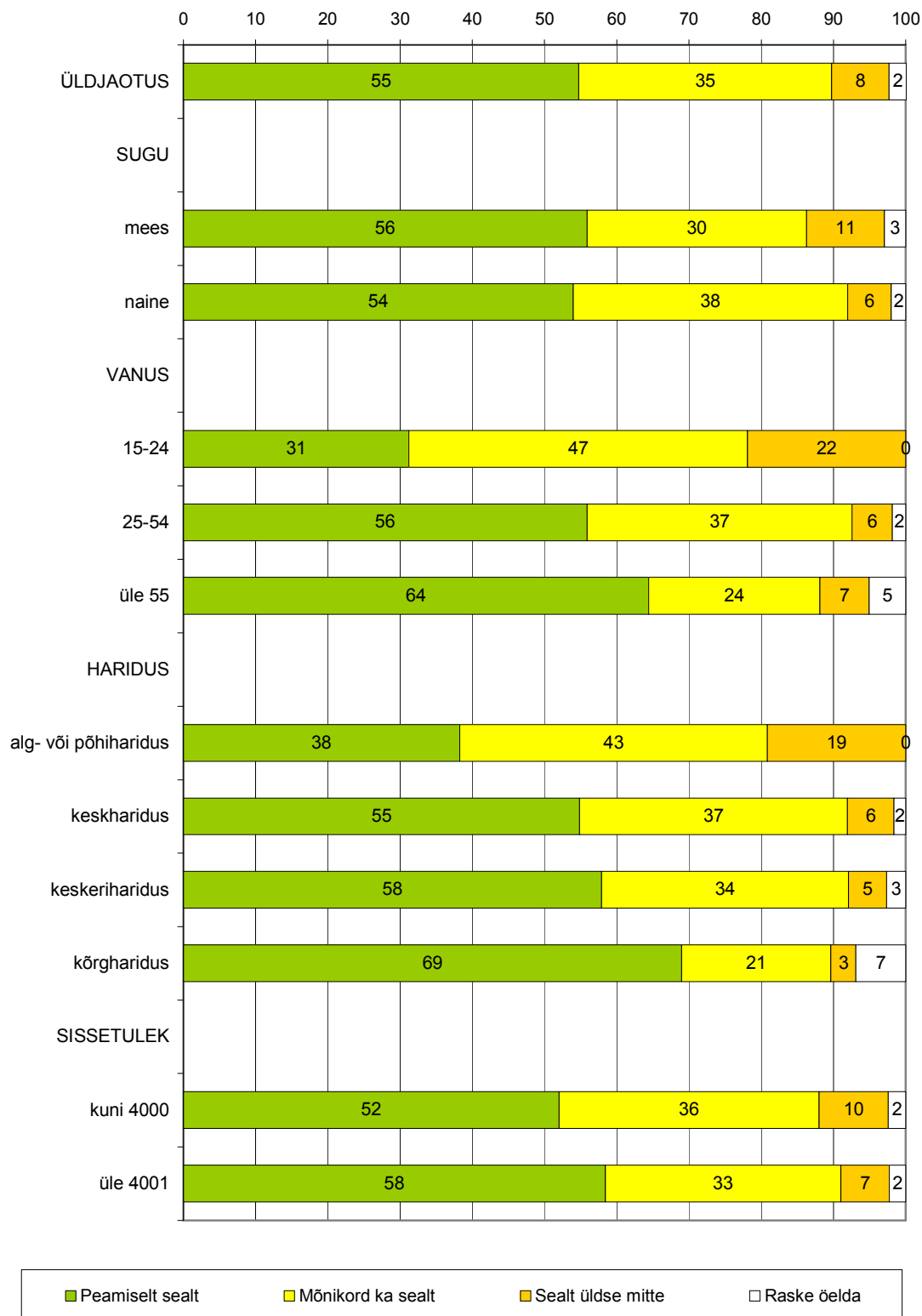
N=252 (%)



Joonis 2.1.1. Mil määral saate informatsiooni linnas, vallas toimuva kohta Paide linna lehest?
N=252 (%)

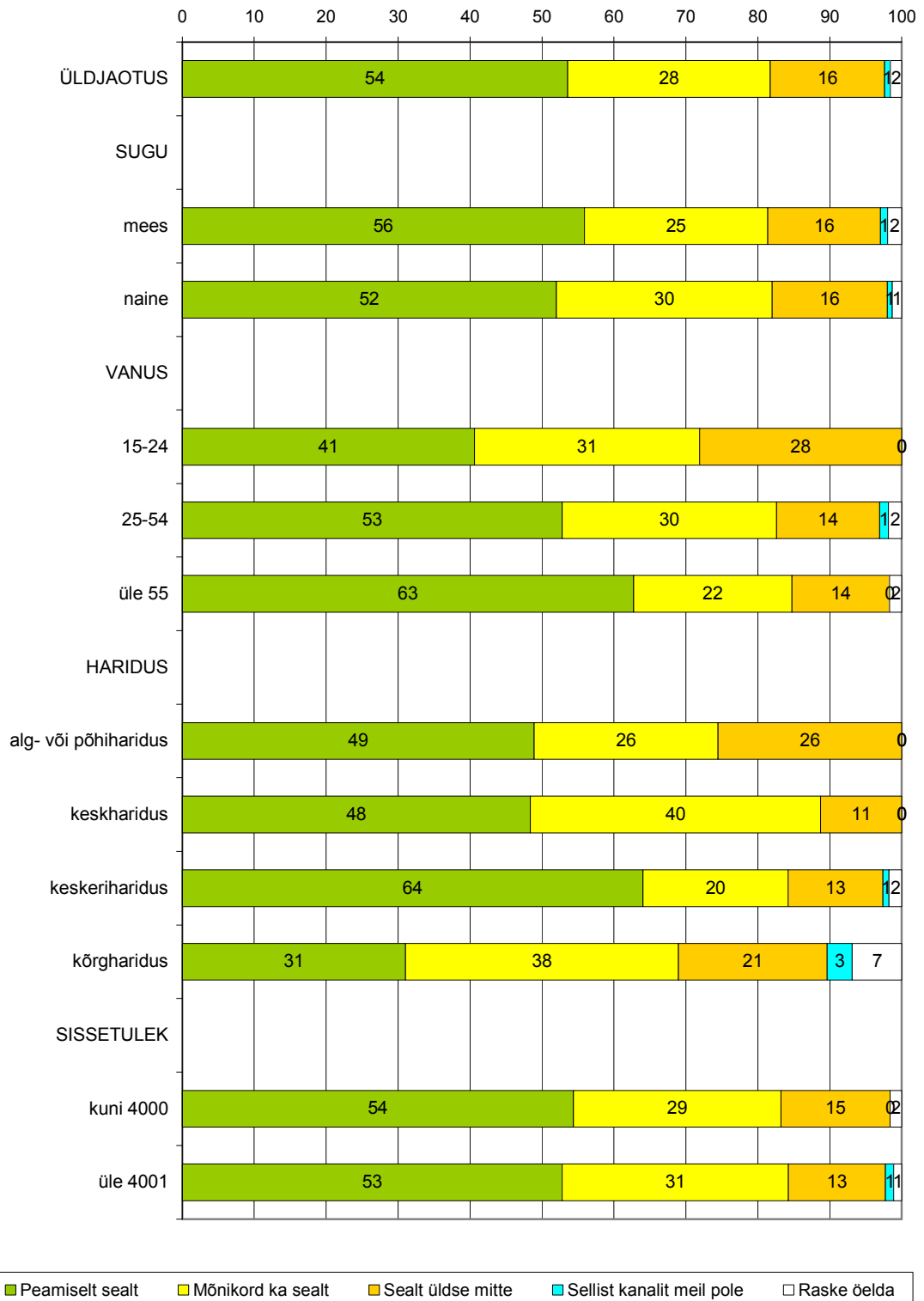


Joonis 2.1.2. Mil määral saate informatsiooni Paide linnas toimuva kohta maakonna lehest?
N=252 (%)



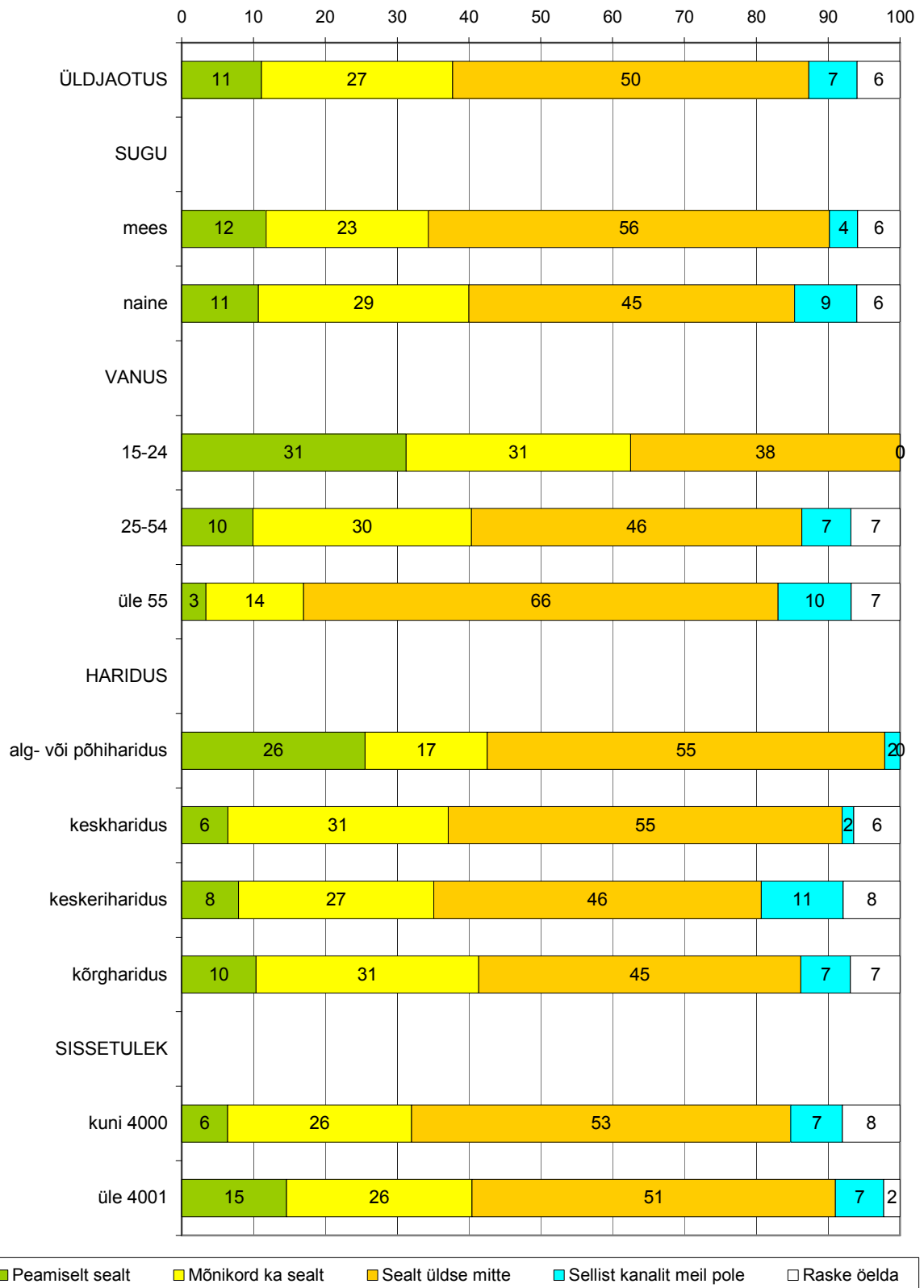
Joonis 2.1.3. Mil määral saate informatsiooni Paide linnas toimuva kohta kohalikust raadiost?

N=252 (%)



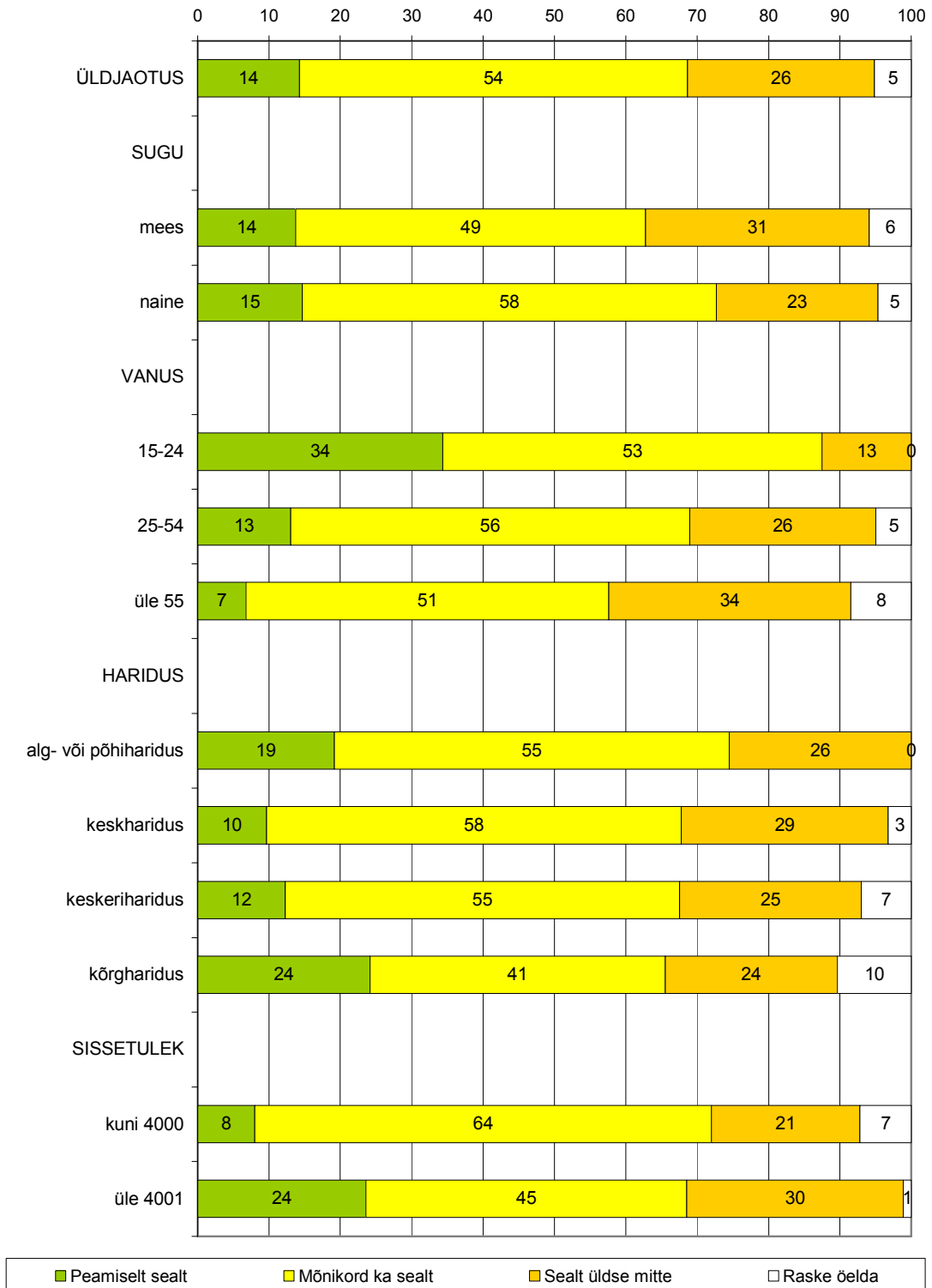
Joonis 2.1.4. Mil määral saate informatsiooni Paide linnas toimuva kohta linna koduleheküljelt Internetis?

N=252 (%)



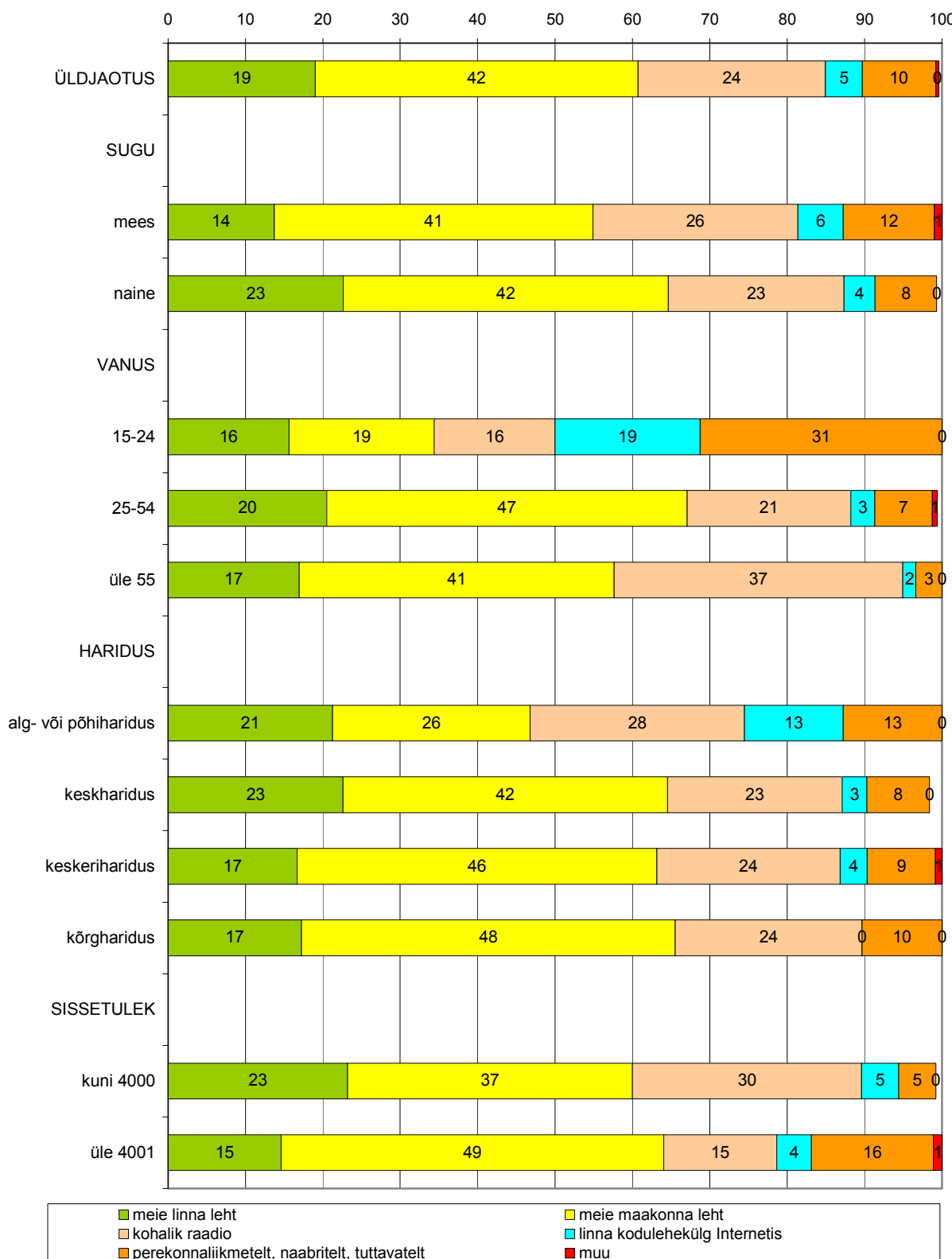
Joonis 2.1.5. Mil määral saate informatsiooni Paide linnas toimuva kohta perekonnaliikmetelt, naabritelt, tuttavatelt?

N=252 (%)



Joonis 2.2. Millisest kanalist saate põhilise info Paide linnas toimuva kohta?

N=252 (%)



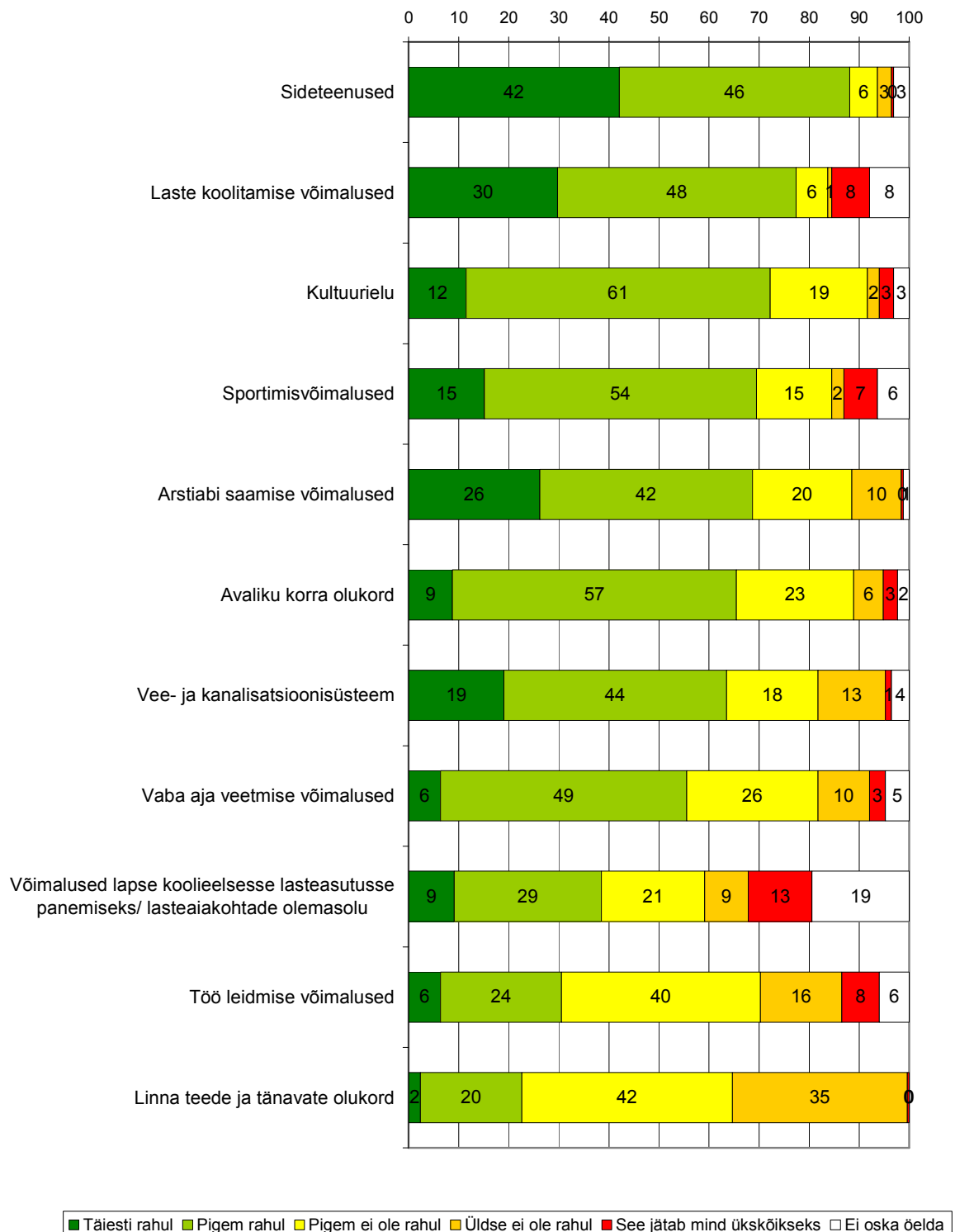
3. Rahulolu erinevate eluvaldkondadega linnas

Üheteistkümnest kõne all olnud linnaelu erinevast küljest on üle poole vastajatest täiesti rahul või pigem rahul kaheksaga. Kõige enam ollakse rahul linna sideteenustega, 88% vastajatest oli selle valdkonnaga täiesti rahul või pigem rahul. Laste koolitamise võimalusega oli rahul (täiesti või pigem) 78%; kultuurieluga 72% vastajatest. Üle 60% oli rahul sportimisvõimalustega, arstiabi saamise võimalustega, avaliku korra olukorraga, vee- ja kanalisatsioonisüsteemidaga. Arstiabi kättesaadavuse, avaliku korra ja vee- ja kanalisatsioonisüsteemiga ei olnud rahul 1/3 vastajatest; kultuurieluga 1/5. Vaba aja veetmise võimalustega oli rahul (täiesti rahul või pigem rahul) 55% vastajatest, 36% ei olnud. Laste lasteaedapaneku võimalustega oli rahul 38%, 30% ei olnud rahul; 32% ei huvitu sellest probleemist. Töö leidmise võimalustega oli rahul 30%, 56% ei olnud; 14% ei huvitunud probleemist. Kõige tõsisem probleem on Paides linna teede ja tänavate olukord. Tänavatega on rahul 22% vastajatest; 78% ei ole linna teede ja tänavate olukorraga rahul (Joonis 3).

Analüüsisid rahulolu erinevate eluvaldkondadega alamgrupiti: sideteenustega jäävad teistest rohkem rahule põhiharidusega, üle keskmise sissetulekuga mehed. Laste koolitamise võimalustega jäävad kõige rohkem rahule põhiharidusega noored (õpilased ise?). Kultuurieluga jäävad rohkem rahule üle keskmise sissetulekuga, liikumisharrastusega tegelevad inimesed; vanemad rohkem kui nooremad. Kõige vähem on kultuurieluga rahul noored keskhariidusega inimesed. Sportimisvõimalustega jäävad kõige rohkem rahule töörealised kõrghariidusega (aga ka põhiharidusega) üle keskmise sissetulekuga terved liikumisharrastusega tegelevad mehed. Kõige vähem sportimisvõimalustega rahul vanemad keskealised madalama sissetulekuga haigust kurtvad, liikumisharrastusega mittetegelevad naised, aga nende hulgas ka kõige rohkem neid, kes sporditegemisest ei huvitu. Arstiabi kättesaadavusega on teistest rohkem rahul noored (kes ilmselt eriti palju arstiabi ei vajagi). Avaliku korra olukorraga jäävad naised rohkem rahule kui mehed; kõige kriitilisemad on põhiharidusega inimesed. Vee- ja kanalisatsioonisüsteemidega jäävad teistest sagedamini rahule kõrghariidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed. Vaba aja veetmise võimalustega linnas on vanemad inimesed rohkem rahul kui noored; kõrgema sissetulekuga terved, liikumisharrastusega tegelevad inimesed rohkem rahul kui madalama sissetulekuga haiged liikumisharrastusega mittetegelevad inimesed. Lasteaiavõimalustega on üle keskmise sissetulekuga inimesed rohkem rahul kui alla keskmise sissetulekuga inimesed. Töö leidmise võimalustega on noored (15-24) rohkem rahul kui põhilises tööeas inimesed (25-54); kõrghariidusega inimesed rohkem rahul kui keskerihariidusega inimesed; kõrgema sissetulekuga terved liikumisharrastusega tegelevad inimesed rohkem rahul kui madalama sissetulekuga, end mitte terveks pidavad liikumisharrastusega mittetegelevad inimesed. Linna teede ja tänavate olukorraga on noored ja vanemad inimesed rohkem rahul kui põhilises tööeas inimesed; põhi- ja kõrghariidusega inimesed rohkem rahul kui keskhariidusega inimesed, kõrgema sissetulekuga, terved, liikumisharrastusega tegelevad inimesed rohkem rahul kui madalama sissetulekuga haiged liikumisharrastusega mittetegelevad inimesed (Joonised 3.1 – 3.11).

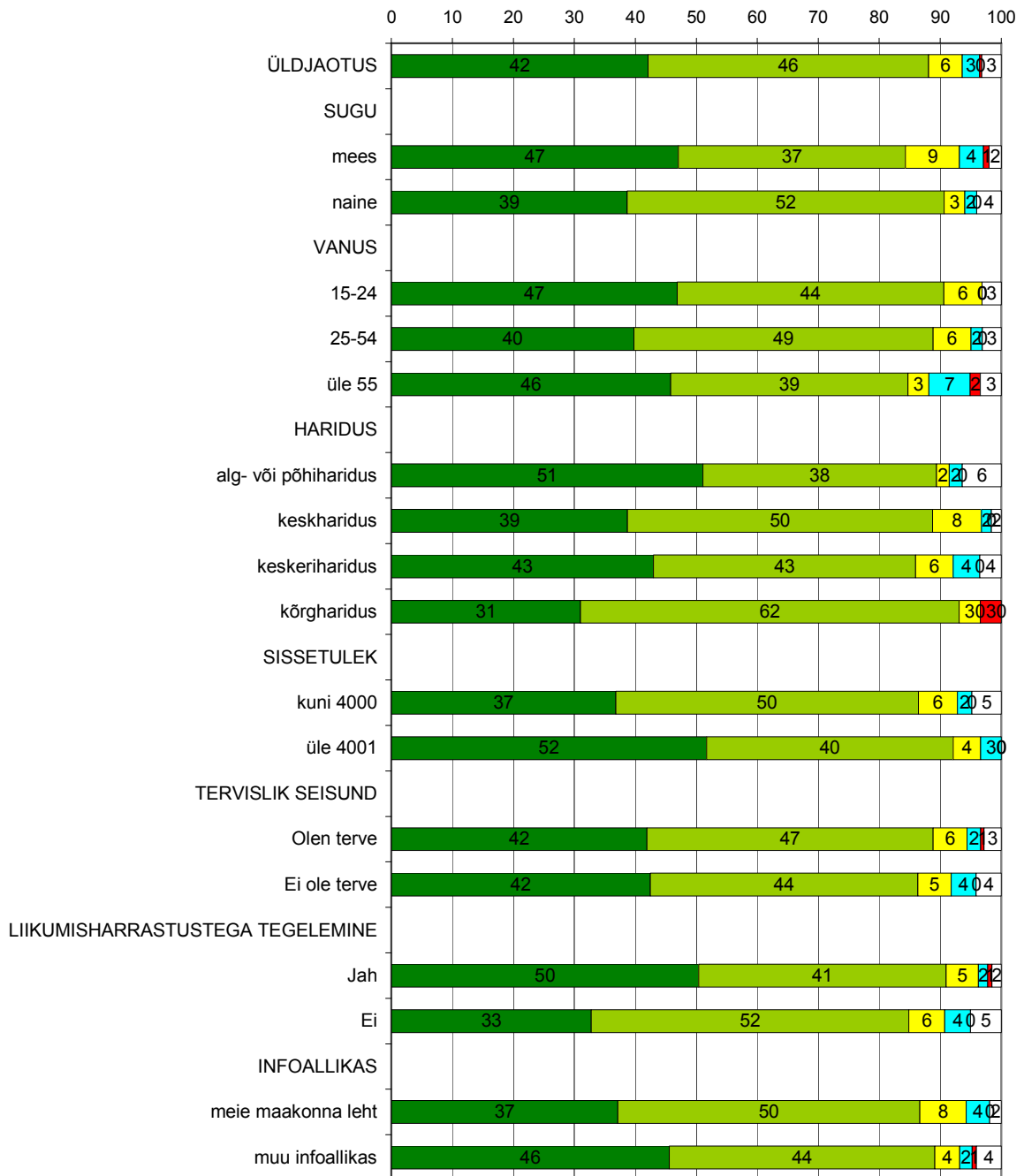
Joonis 3. Kui rahul te olete Paide linna elu erinevate külgedega?

N=252 (%)



Joonis 3.1. Kui rahul te olete sideteenustega Paide linnas?

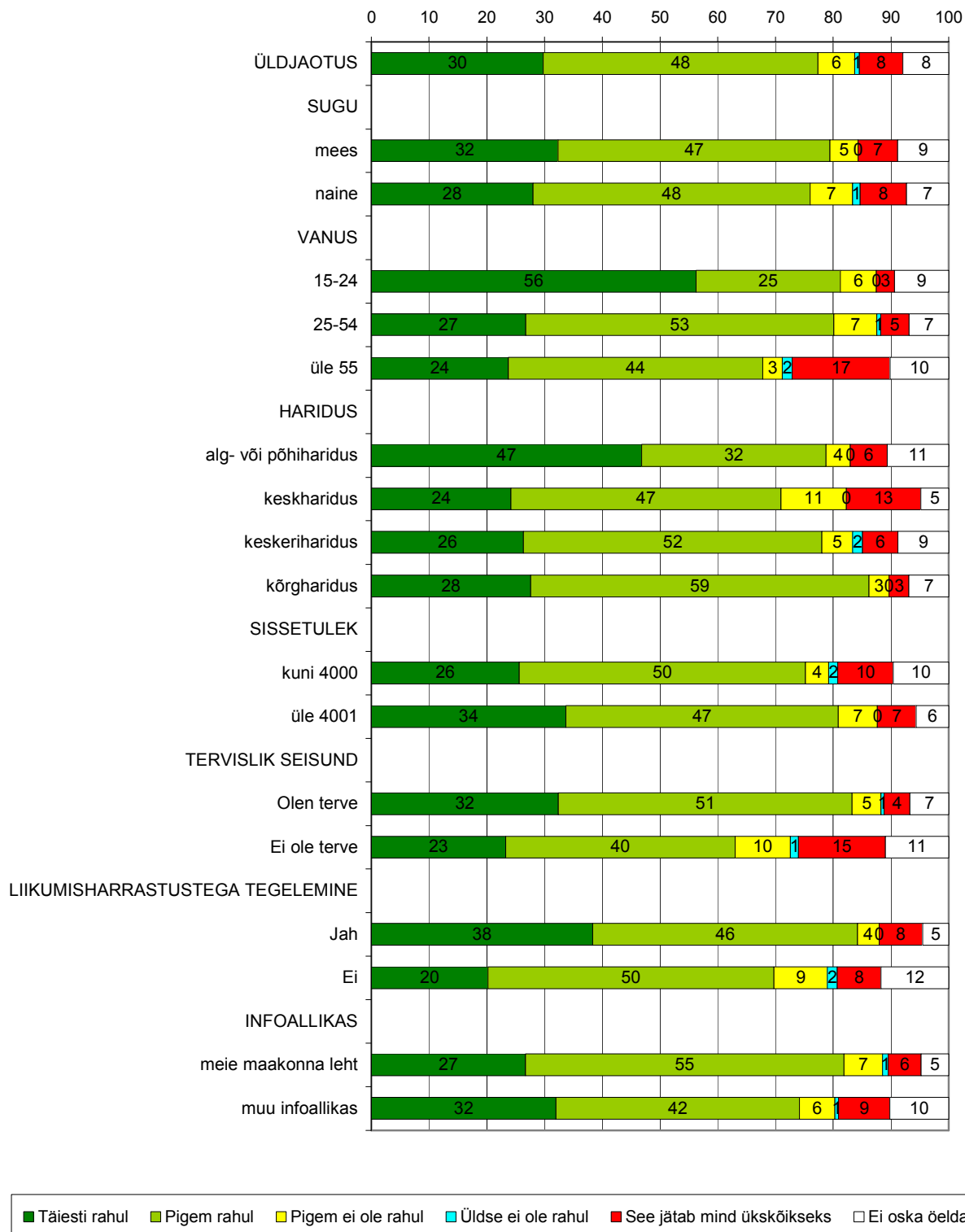
N=252 (%)



■ Täiesti rahul ■ Pigem rahul ■ Pigem ei ole rahul ■ Üldse ei ole rahul ■ See jätab mind ükskõikseks □ Ei oska öelda

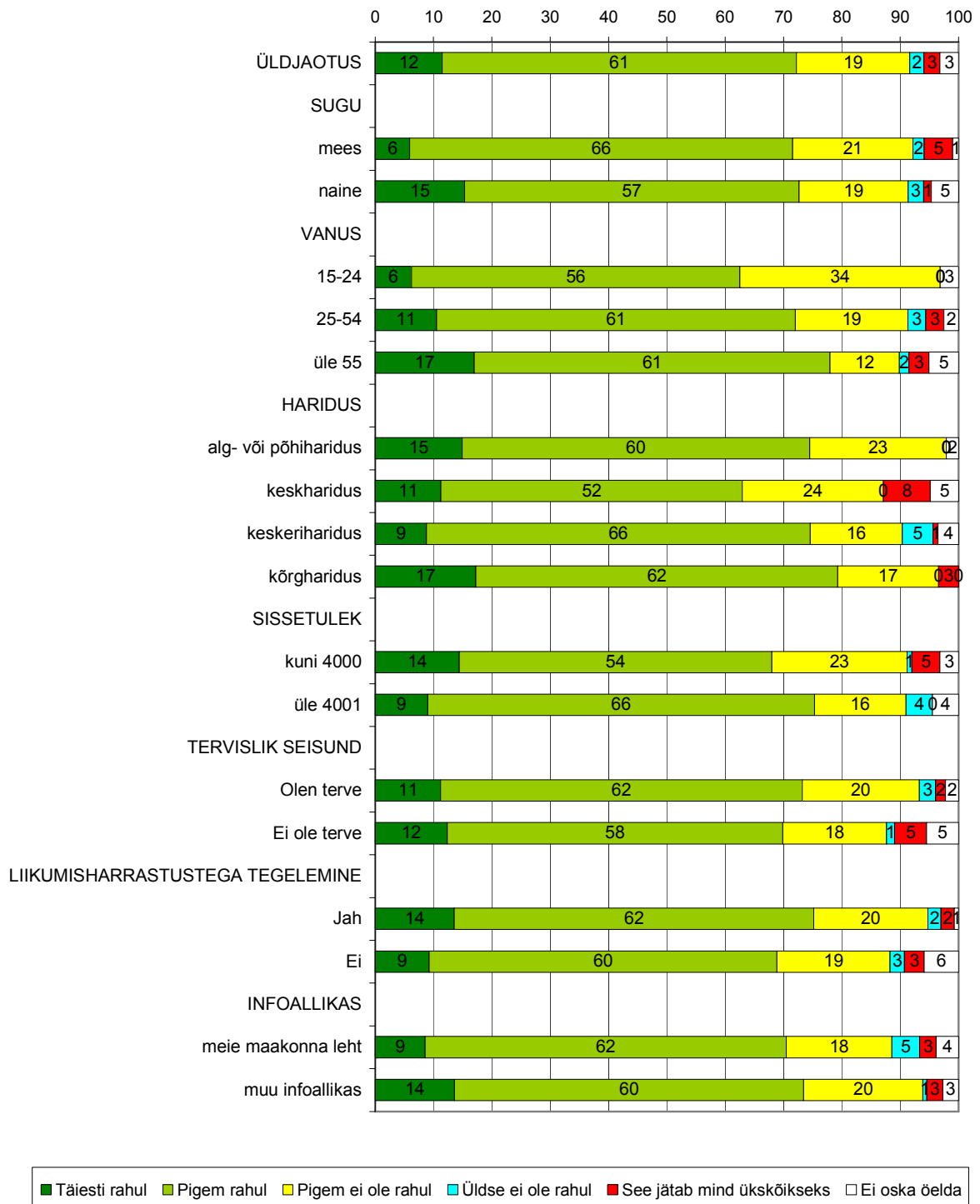
Joonis 3.2. Kui rahul te olete laste koolitamise võimalustega Paide linnas?

N=252 (%)



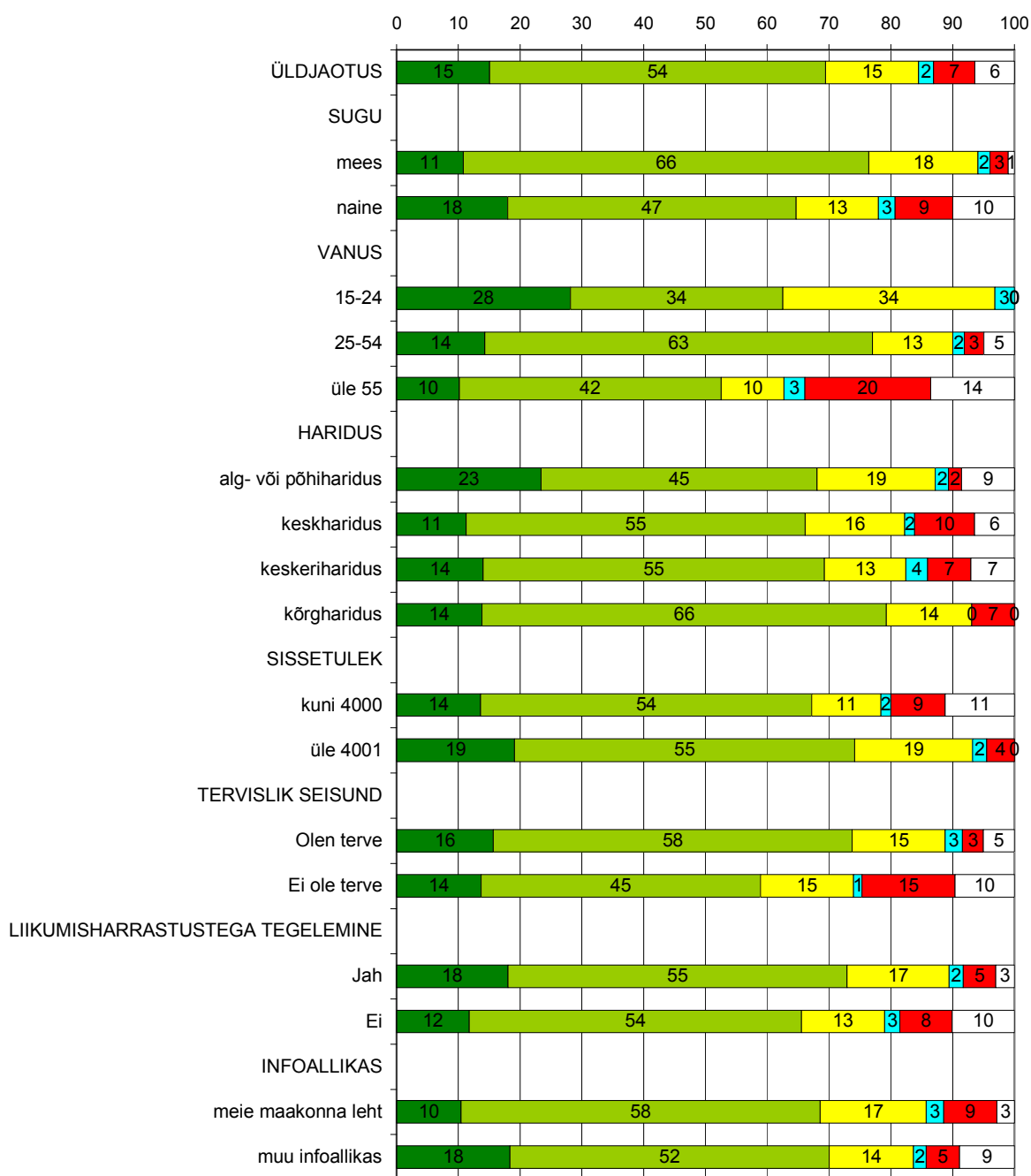
Joonis 3.3. Kui rahul te olete kultuurieluga Paide linnas?

N=252 (%)



Joonis 3.4. Kui rahul te olete sportimisvõimalustega Paide linnas?

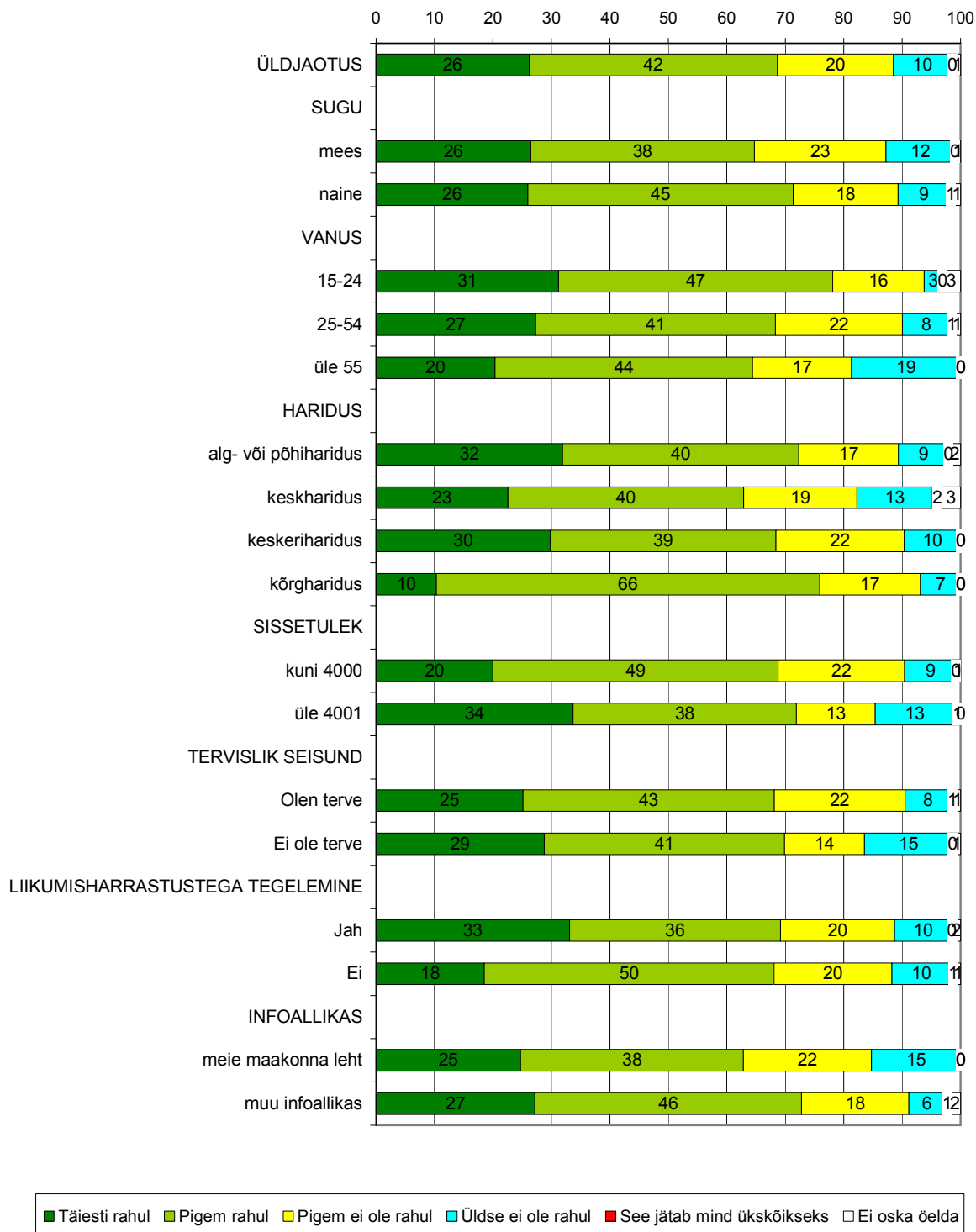
N=252 (%)



■ Täiesti rahul ■ Pigem rahul ■ Pigem ei ole rahul ■ Üldse ei ole rahul ■ See jätab mind ükskõikseks □ Ei oska öelda

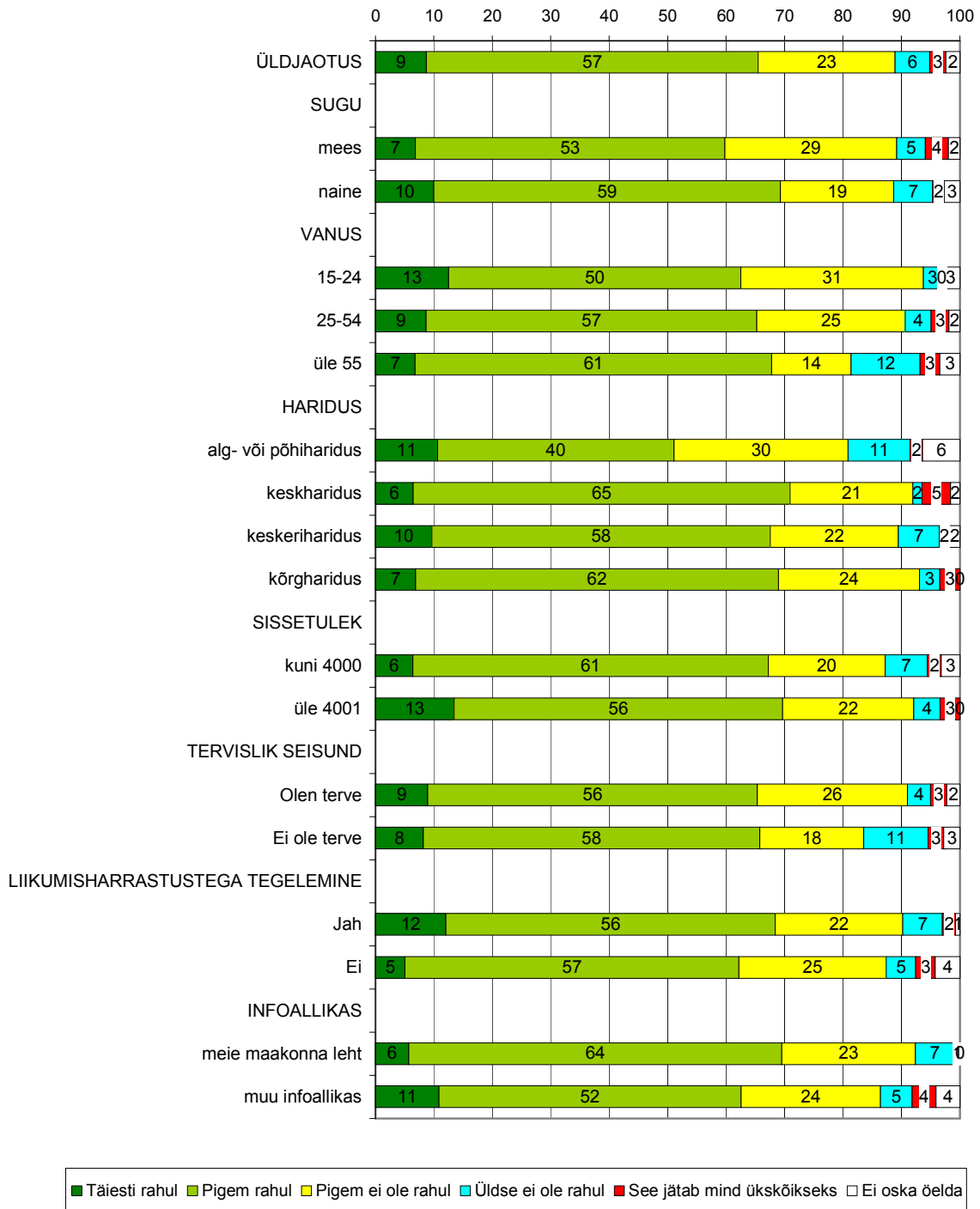
Joonis 3.5. Kui rahul te olete arstiabi saamise võimalustega Paide linnas?

N=252 (%)



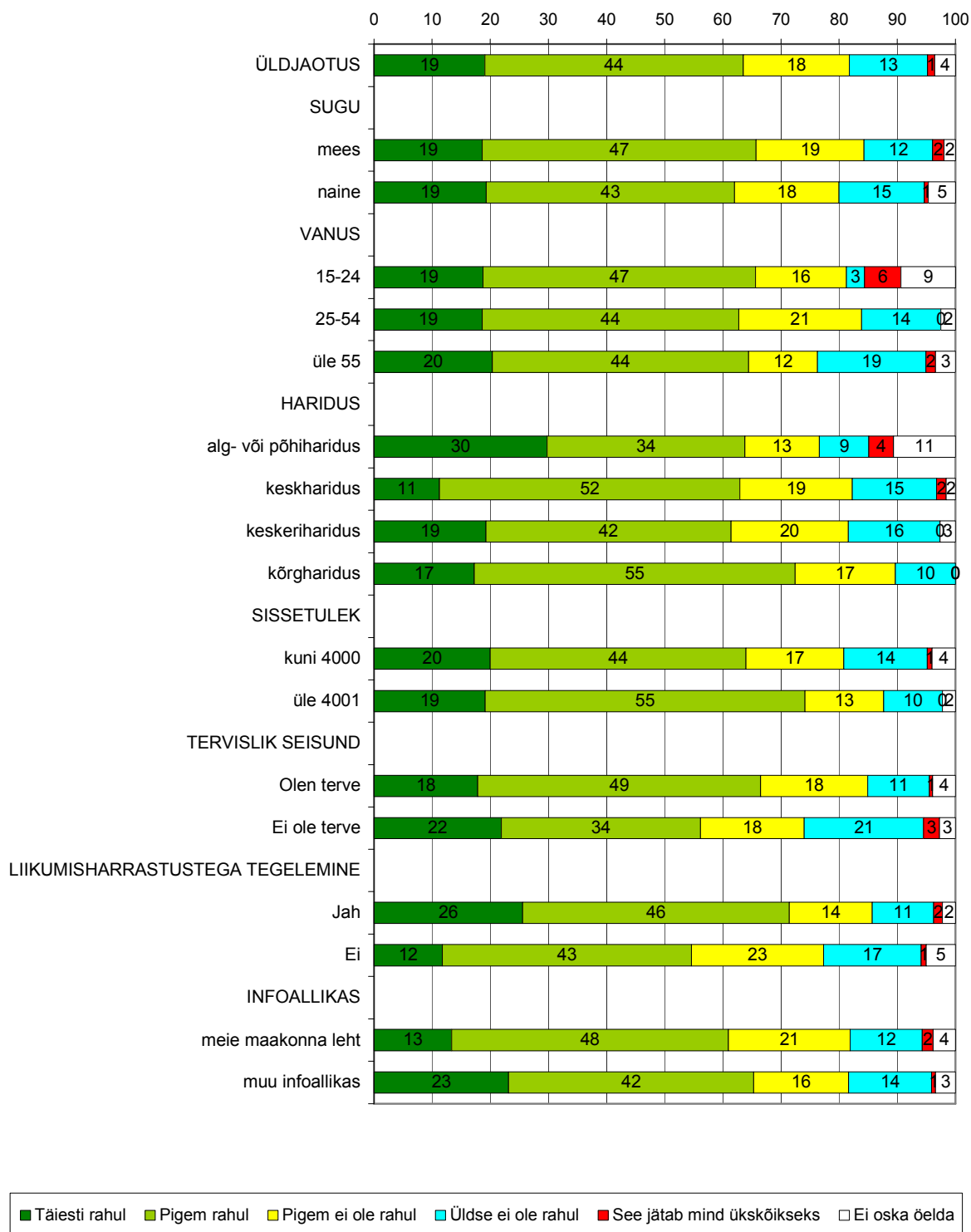
Joonis 3.6. Kui rahul te olete avaliku korra olukorraga Paide linnas?

N=252 (%)



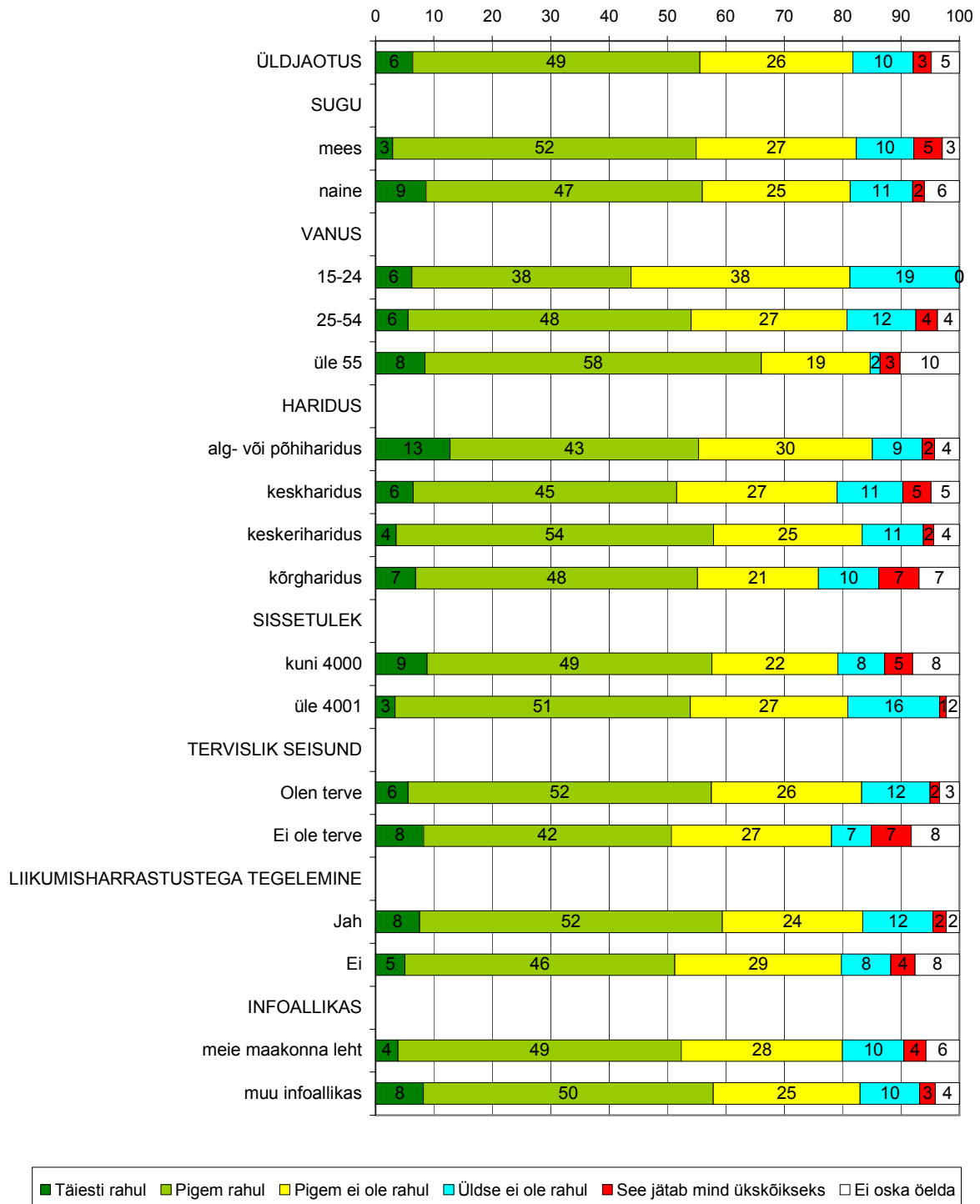
Joonis 3.7. Kui rahul te olete vee- ja kanalisatsioonisüsteem olukorraga Paide linnas?

N=252 (%)



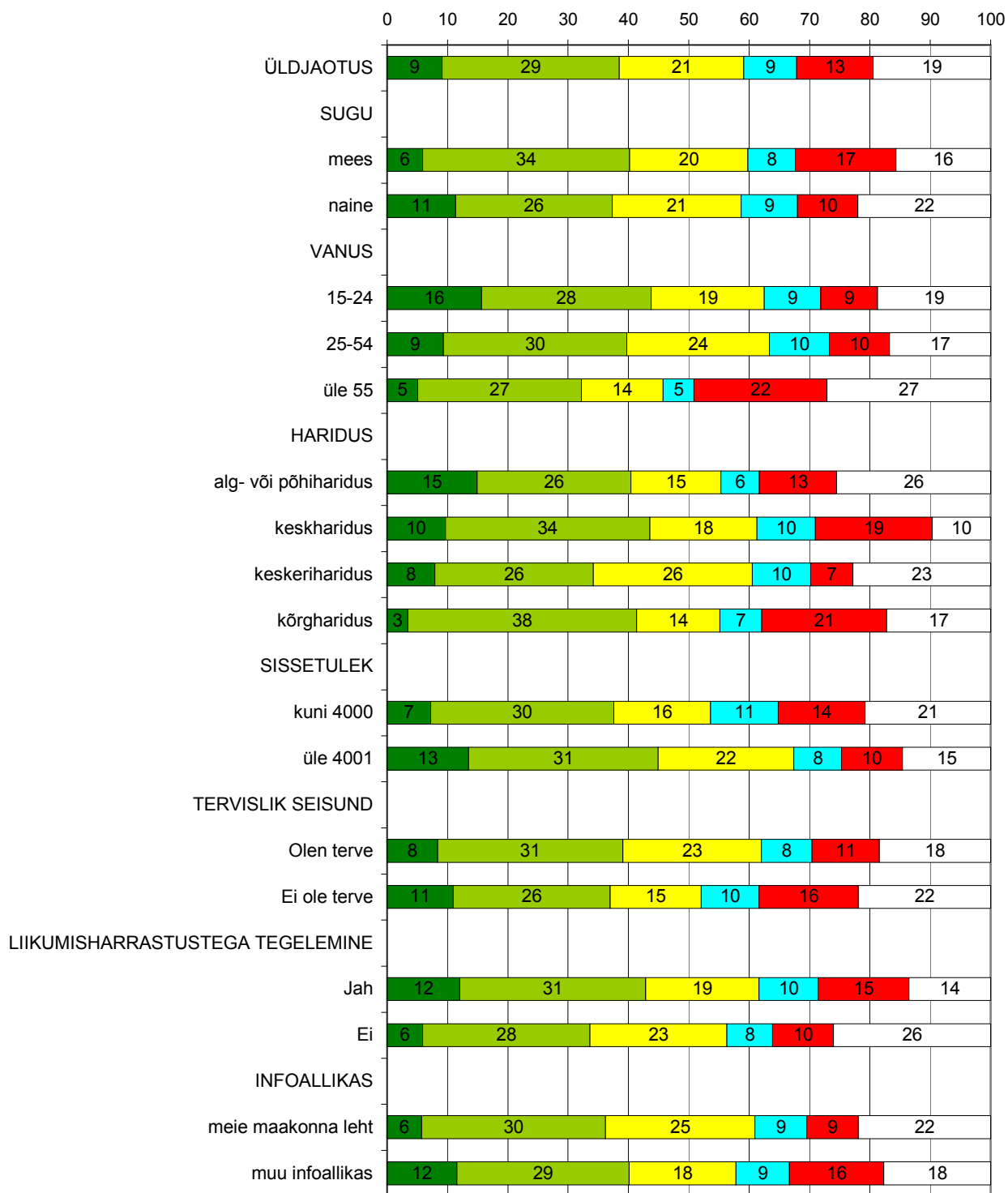
Joonis 3.8. Kui rahul te olete vaba aja veetmise võimalustega Paide linnas?

N=252 (%)



Joonis 3.9. Kui rahul te olete võimalustega lapse koolieelsesse lasteasutusse panemiseks/ lasteaiakohtade olemasoluga Paide linnas?

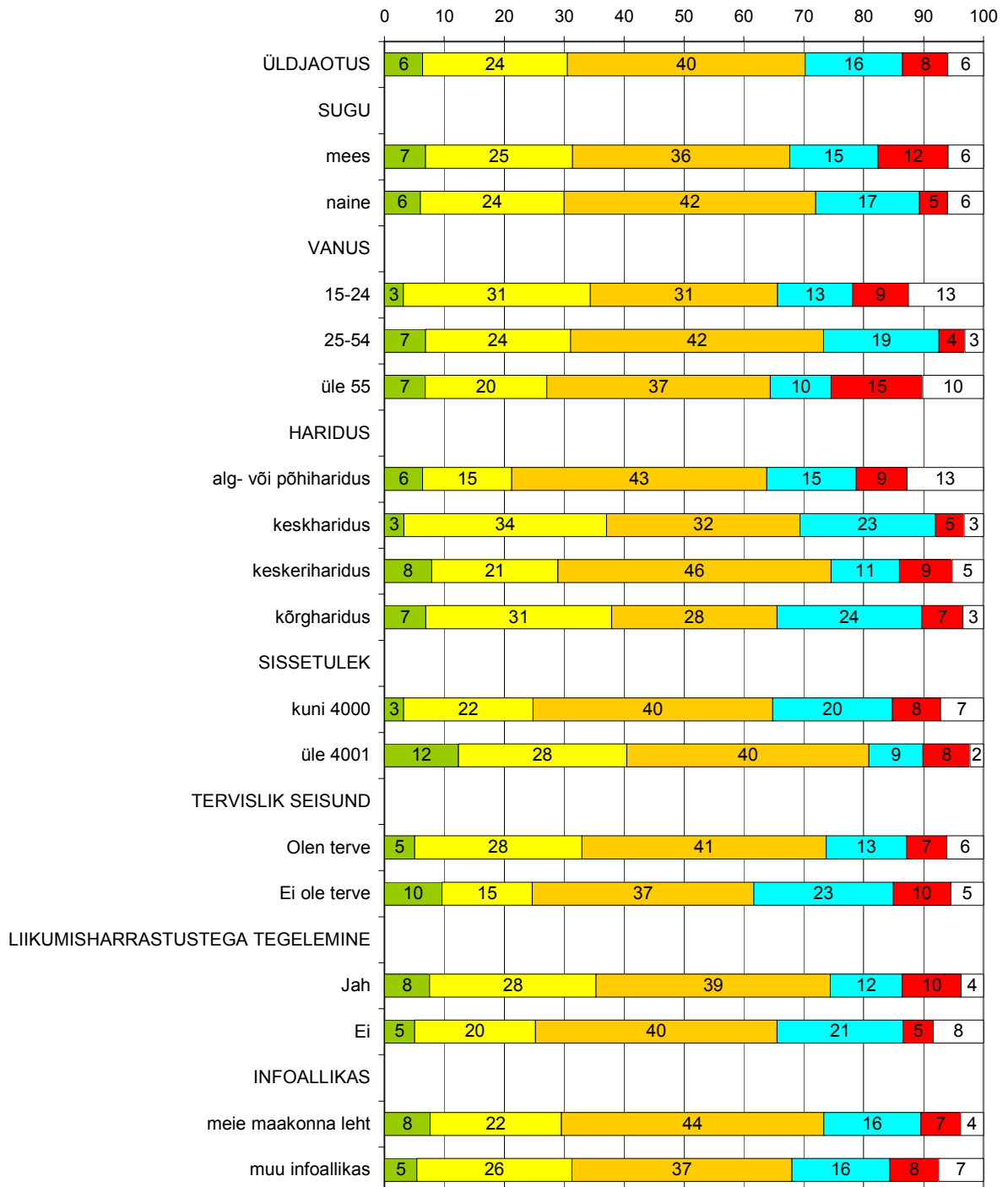
N=252 (%)



■ Täiesti rahul ■ Pigem rahul ■ Pigem ei ole rahul ■ Üldse ei ole rahul ■ See jätab mind ükskõikseks ■ Ei oska öelda

Joonis 3.10. Kui rahul te olete töö leidmise võimalustega Paide linnas?

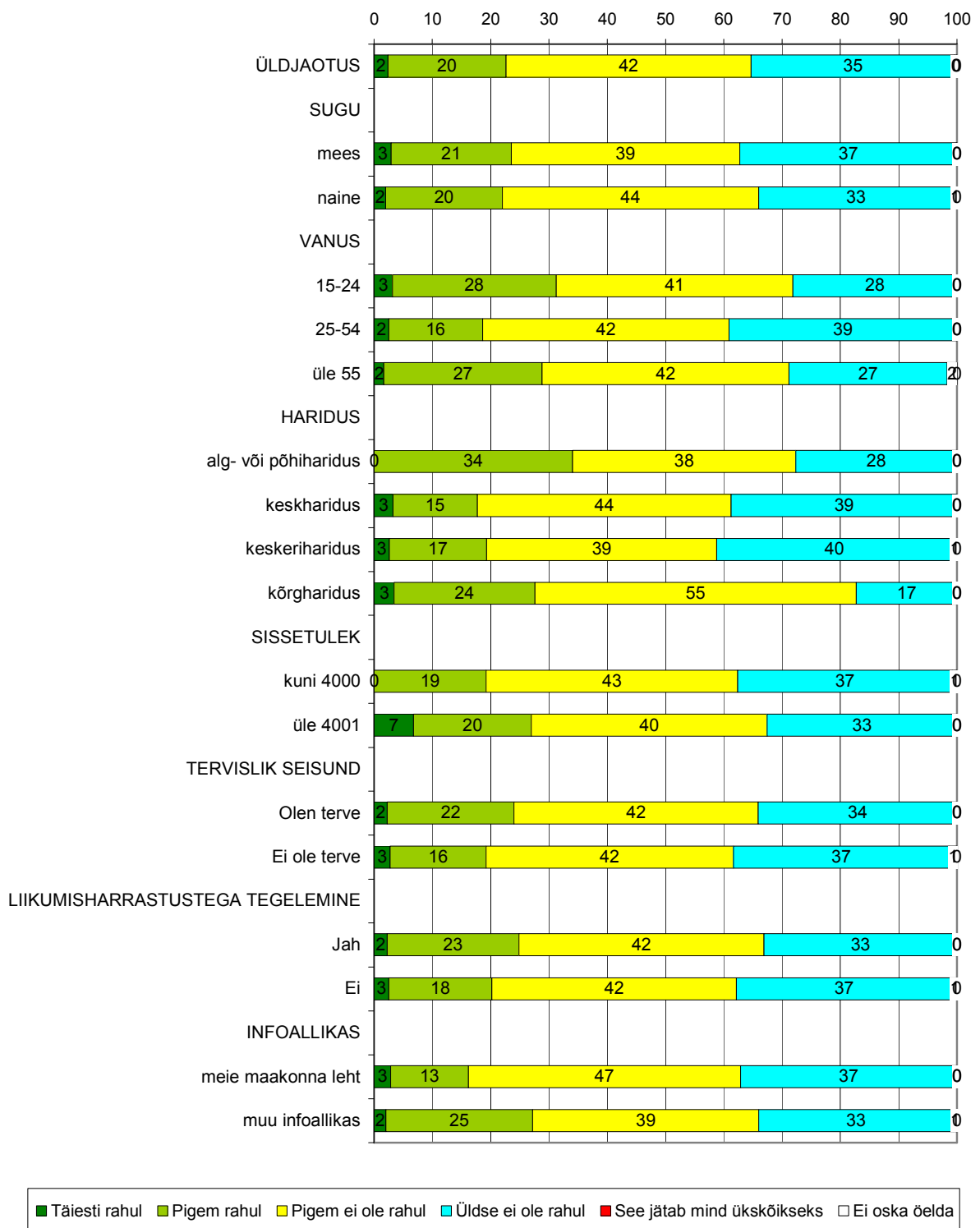
N=252 (%)



■ Täiesti rahul
 ■ Pigem rahul
 ■ Pigem ei ole rahul
 ■ Üldse ei ole rahul
 ■ See jätab mind ükskõikseks
 ■ Ei oska öelda

Joonis 3.11. Kui rahul te olete teede ja tänavate olukorraga Paide linnas?

N=252 (%)



4. Milliste küsimustega peaksid linnavõimud eelkõige tegelema

Vastajatele anti võimalus nimetada kuni viis valdkonda. Pingerea kaks esimest valdkonda olid teedehitus ja -remont (68% vastajatest), kõnni- ja jalgrattateede ehitamine (64%). Turvalisuse tagamine ja ettevõtluse arengu soodustamine olid võrdselt olulised 33%-le vastajatest. Linna heakorra parandamine, spordi- ja mänguväljakute rajamine oli oluline 27%-le vastajatest. 20-24% toetas laste huvitegevuse võimaluste mitmekesistamist, tervishoiuteenuste paremat kättesaadavust, kultuuri- ja spordielu võimaluste edendamist, kontrolli tõhustamist linna ametnike tegevuse üle. 15-18% vastajatest toetas lasteaedade tingimuste kaasajastamist, parkide ja rohealade kaasajastamist, ühisveevärgi ja kanalisatsiooni võimaldamist, sotsiaal- ja hoolekandeteenuste arendamist, saastamata keskkonna hoidmist. 12% ja vähem said toetust haridusvõimaluste mitmekesistamine, elukondlike teenuste parem kättesaadavus, ühistranspordi arendamine, munitsipaalhituse algatamine (8%), parem informeerimine linna elust (6%), kodanikeühenduste tegevuse toetamine (4%) (Joonis 4).

Teedehituse ja -remondiga peaksid linnavõimud tegelema eelkõige tööaliste keskeriharidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga meeste arvates. Kõnni- ja jalgrattateede ehitamisega peaks linnavalitsus tegelema tööaliste kesk- ja keskeriharidusega inimeste, nii meeste kui naiste arvates. Turvalisust vajavad kõige rohkem noored põhiharidusega inimesed (koolilapsed). Ettevõtluse arengu soodustamist ootavad tööeas kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed. Linna heakorra parandamist peavad kõige olulisemaks vanemad, kõrgharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed (Joonis 4.1).

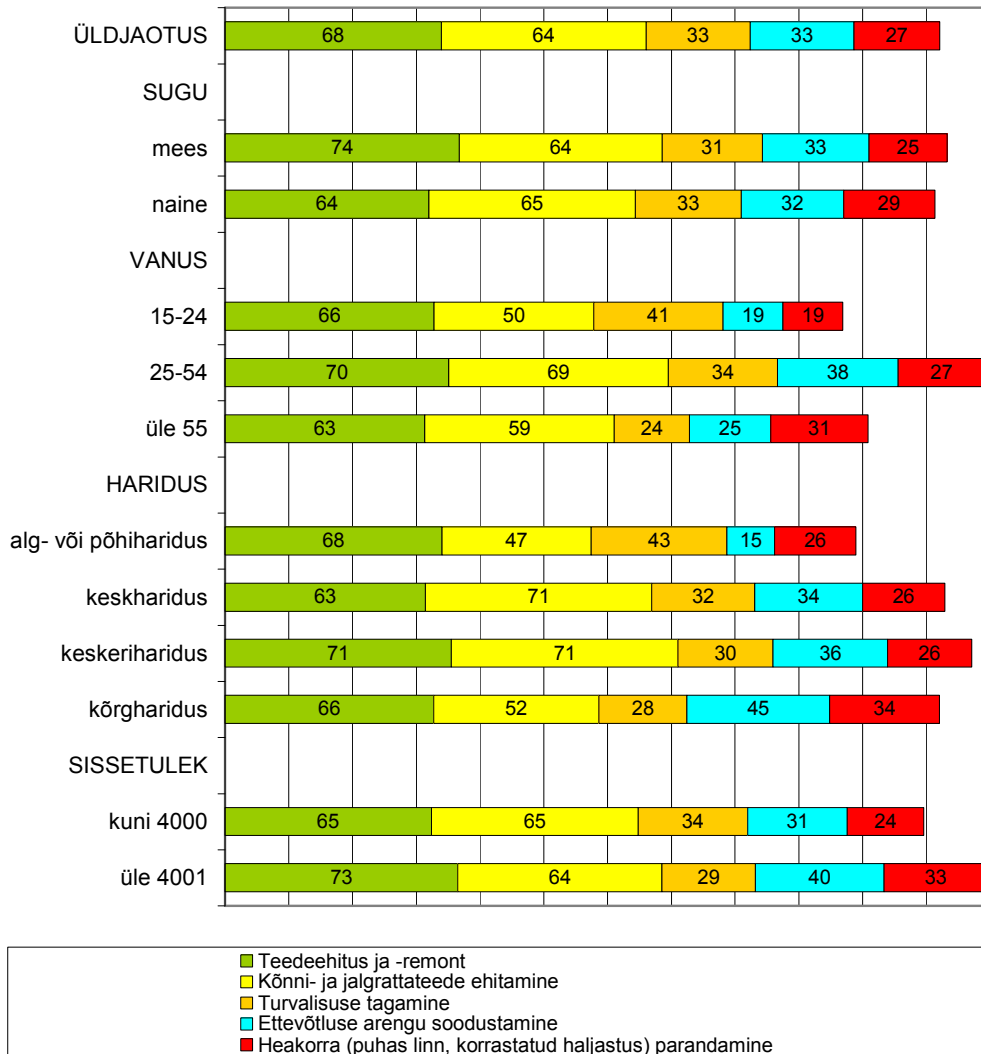
**Joonis 4. Milliste küsimuste lahendamiseks peaksid linnavõimud Paides
elkõige tegelema?**

N=252 (%)



Joonis 4.1. Viis peamist küsimust, mille lahendamiseks peaksid linnavõimud Paides eelkõige tegelema

N=252 (%)



5. Mis on tervisliku eluviisi tunnuseks. Kuivõrd harrastavad linnaelanikud ise tervislikku eluviisi

Kindlasti on tervisliku eluviisi tunnuseks narkootikumide mittetarvitamine (94%), mitesuitsetamine (89%), alkoholiga mitte liialdamine (88%), võimalikult palju värskes õhus viibimine (86%), eelistatav liikumisviis jalgsi või jalgrattaga (79%), vähemalt pool tundi aktiivset liikumist päevas (74%), unerohu ja antidepressantide mittetarvitamine (73%), regulaarne ja tervislik toitumine (70%). Regulaarne tegelemine mõne spordiharrastusega on kindlasti tervisliku eluviisi tunnuseks 41% arvates, pigem on, 43% arvates. Regulaarne tervisekontroll kindlasti (37%) või pigem (53%) on tervisliku eluviisi tunnuseks. Regulaarsed treeningud vähemalt ühel spordialal kindlasti (37%) või pigem (40%) on tervisliku eluviisi tunnuseks. Täielik karskus, osavõtt tervisespordiüritustest oma kodukohas ja kursisolek tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega on ¼ arvates kindlasti, 40-50% arvates pigem tervisliku eluviisi tunnuseks. Osavõtt üle-eestilistest spordiüritustest on kindlasti (13%) või pigem (48%) tervisliku eluviisi tunnuseks. 34% ei pidanud osavõttu üle-eestilistest tervisespordiüritustest, 30% täielikku karskust, 21% kursisolekut tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega, 19% regulaarset tervisekontrolli, regulaarseid treeninguid vähemalt ühel spordialal, osavõttu tervisespordiüritustest oma kodukohas tervisliku eluviisi tunnuseks (Joonis 5.1).

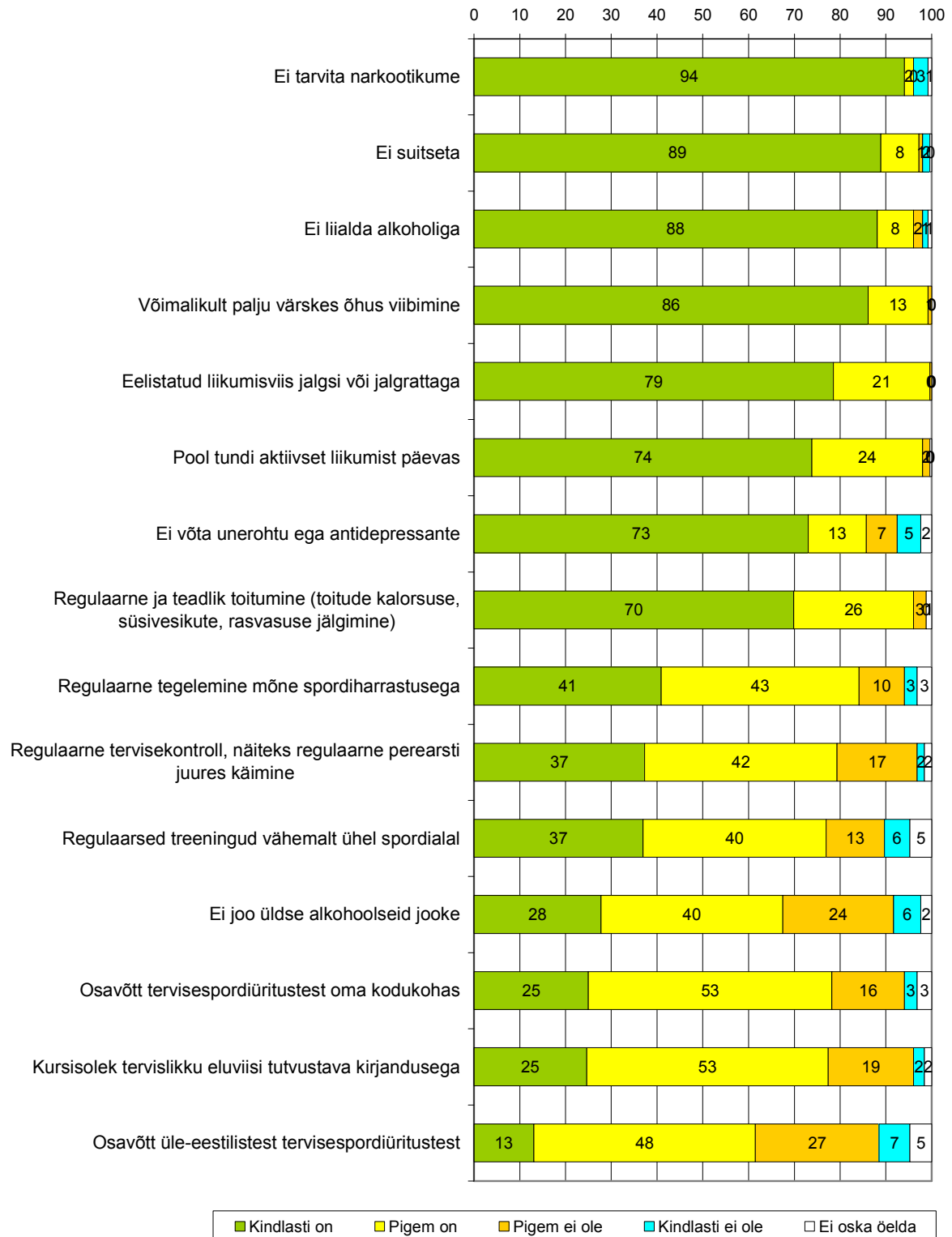
Et saada kompaktsemat ülevaadet, mida peetakse tervisliku eluviisi tunnusteks, teostasime eelpoolnimetatud 15 tervislikku eluviisi kirjeldava tunnuse osas faktoranalüüsi. Analüüsi tulemusel eristus 4 erinevat hoiakut tervisliku eluviisi põhitunnuste osas. 1) Ei tarvita alkoholi, ei suitseta, ei kasuta narkootikume, ei võta antidepressante. Selline hoiak on omane eelkõige vanematele (55+) kõrgharidusega, üle keskmise sissetulekuga naistele. 2) Tervislik eluviis on regulaarsed treeningud, regulaarne tegelemine spordiharrastustega. Sellise mõtteviisi kandjateks on eelkõige noored kõrgharidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga naised. 3) Tervislik eluviis on rohke värskes õhus liikumine jalgsi või rattaga. Nii arvavad kõige sagedamini vanemad keskeriharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. 4) Osavõtt tervisespordiüritustest, kursisolek terviseliikumist kajastava kirjandusega, tervislik toitumine, regulaarne tervisekontroll. Nii saavad tervislikust eluviisist kõige sagedamini aru keskealised kesk- ja keskeriharidusega üle keskmise sissetulekuga inimesed.

Kuivõrd kehtivad tervisliku eluviisi tunnused Paide elanike endi kohta? Kuus tervisliku eluviisi olulist tunnust kehtib üle poolte Paide linna elanike kohta täielikult: ei tarvita narkootikume (95%), ei võta unerohu ega antidepressante (79%), ei liialda alkoholiga (75%), ei suitseta (71%), liigub sageli jalgsi või jalgrattaga (55%), liigub aktiivselt vähemalt pool tundi päevas (52%). Värskes õhus viibib sageli 42% vastajatest. Regulaarne teadlik toitumise ja kursisolek tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega on väga omane ¼ vastajatest. Täielikult või pigem kehtib 40% Paide vastajate kohta: ei joo üldse alkohoolseid jooke; käib regulaarselt tervisekontrollis. 1/3 võtab osa tervisespordiüritustest oma kodukohas, 17% võtab osa üle-eestilistest tervisespordiüritustest. 83% vastajatest ei võta osa üle-eestilistest tervisespordiüritustest, 75% ei treeni regulaarselt ühelgi spordialal; 73% ei tegele regulaarselt ühegi spordiharrastusega; 64% ei võta osa

tervisespordiüritustest oma kodukohas, 59% tarbib alkohoolseid jooke, 58% ei käi regulaarselt tervisekontrollis; 42% ei toitu teadlikult, 32% pole kursis tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega, 26% vastajatest suitsetab (Joonis 5.2). Faktoranalüüsi tulemusel eristus vastajate hulgas 5 erinevat gruppi. 1) Treenin regulaarselt, võtan spordiüritustest osa. Siia gruppi kuuluvad eelkõige noored kõrgharidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga mehed. 2) Liigun sageli värskes õhus jalgsi või rattaga. Vanemad põhiharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. 3) Ei tarbi alkohoolseid jooke, ei suitseta, toitun tervislikult. Vanemaid kõrgharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. 4) Olen kursis tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega, käin regulaarselt tervisekontrollis. Vanemaid keskharidusega keskmisest madalama sissetulekuga naised. 5) Ei tarvita narkootikume, unerohu ega antidepressante. Tööealised kesk-eriharidusega, üle keskmise sissetulekuga inimesed.

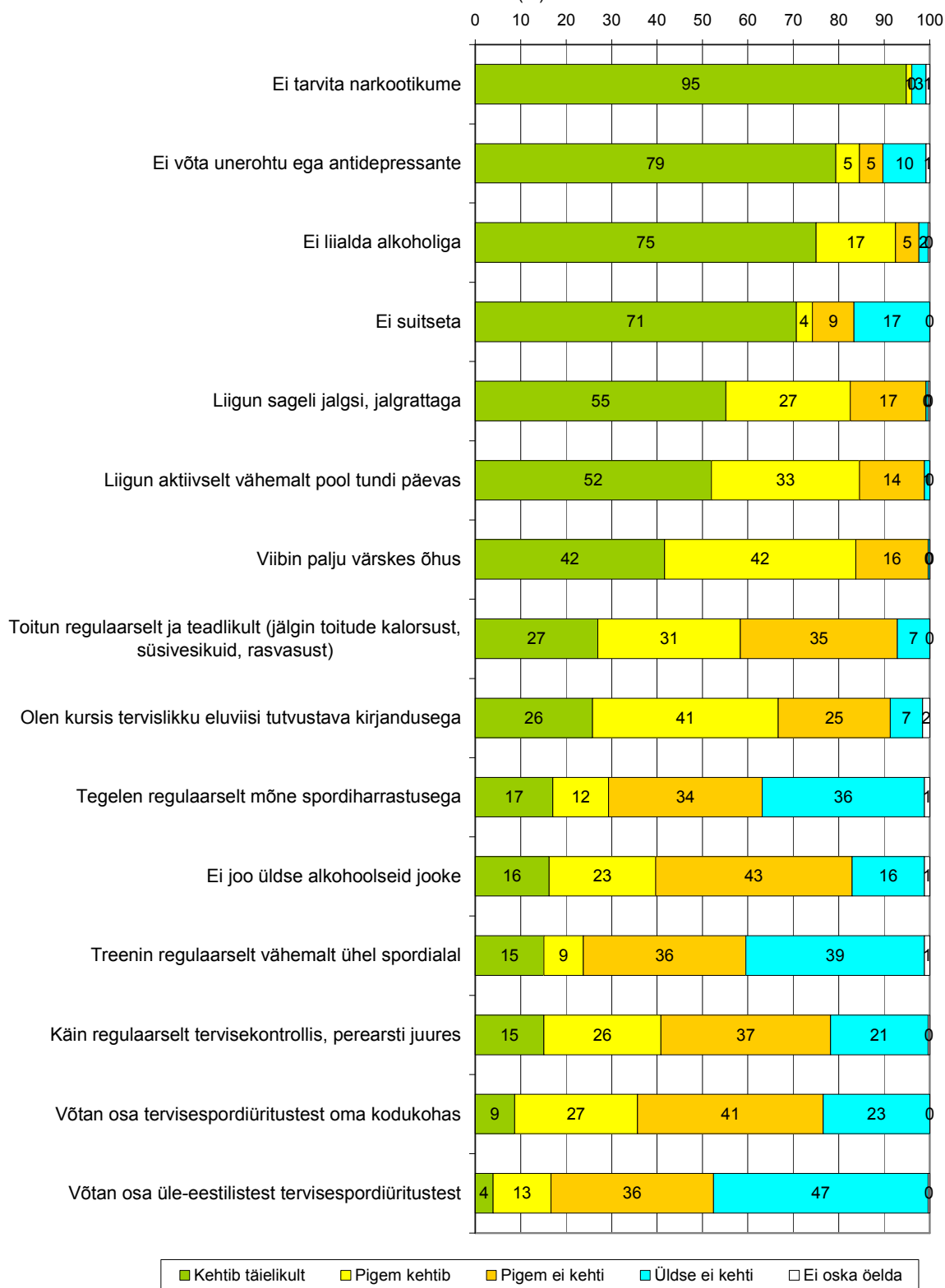
Joonis 5.1. Kuivõrd on järgmised tegevused Paide elanike arvates tervisliku eluviisi tunnuseks

N=252 (%)



Joonis 5.2. Kuivõrd järgmised väited kehtivad Paide linnaelanike kohta

N=252 (%)

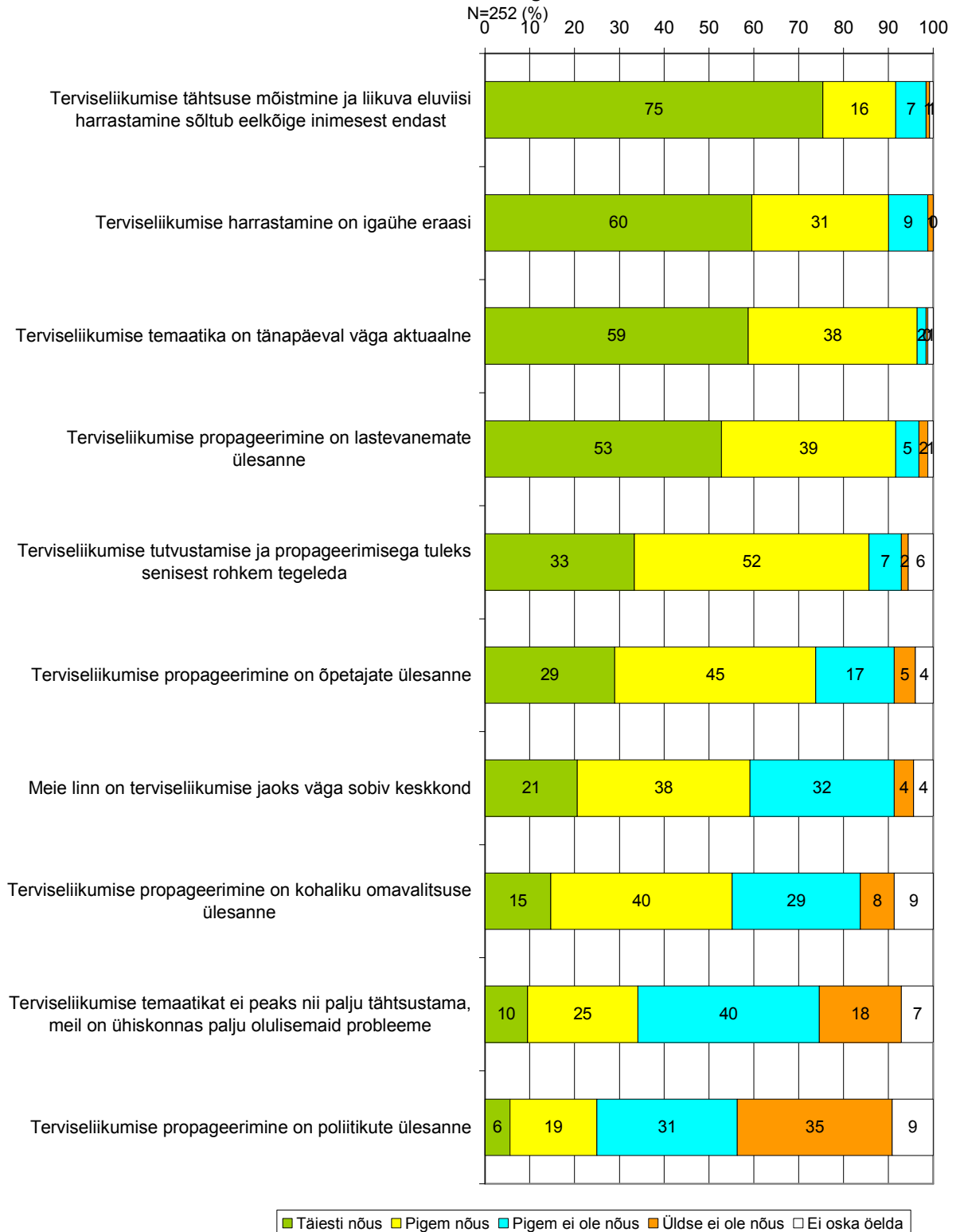


6. Terviseliikumise teema aktuaalsus võrreldes teiste eluvaldkondadega. Kes peaks terviseliikumist propageerima

Üle 90% vastajatest nõustus, et terviseliikumise temaatika on tänapäeval väga aktuaalne (97%). 90% vastajatest arvas, et terviseliikumise propageerimisega tuleks senisest rohkem tegeleda. Samas, 91% vastajatest oli seisukohal, et terviseliikumise tähtsuse mõistmine ja liikuva eluviisi harrastamine sõltub eelkõige inimesest endast ning terviseliikumise harrastamine on siiski igaühe eraasi. 92% arvas, et terviseliikumise propageerimine on lastevanemate, 74%, et õpetajate ülesanne; 55% pidas terviseliikumise propageerimist kohaliku omavalitsuse ülesandeks, 25% poliitikute ülesandeks. 59% nõustus, et Paide linn on terviseliikumise jaoks väga sobiv keskkond. 35% oli seisukohal, et ühiskonnas on palju olulisemaid probleeme kui terviseliikumise temaatika, seda ei peaks nii palju tähtsustama; 58% oli vastupidisel arvamusel, ei nõustunud selle väitega. (Joonis 6).

Faktoranalüüsi tulemusel saime 4 selgesti eristuvat hoiakut terviseliikumise teema probleemistikus: 1) Terviseliikumise propageerimine on kohaliku omavalitsuse ja poliitikute ülesanne. Sellise mõtteviisi esindajaks olid eelkõige keskealised ja vanemad, kõrgharidusega, üle keskmise sissetulekuga inimesed. 2) Paide linn on terviseliikumise jaoks väga sobiv keskkond, aga terviseliikumise tähtsuse mõistmine ja liikuva eluviisi harrastamine sõltub eelkõige inimesest endast. Vanemad (55+) ja nooremad (14-24) põhiharidusega allapoole keskmist sissetulekuga mehed. 3) Terviseliikumist peaksid lapsevanemad ja õpetajad muidugi propageerima, aga terviseliikumise harrastamine on ikkagi igaühe eraasi. Vanemad keskeriharidusega allapoole keskmist sissetulekuga mehed. 4) Terviseliikumise temaatika on tänapäeval väga aktuaalne, terviseliikumist peaks kindlasti rohkem tutvustama ja propageerima; meil on ühiskonnas küll palju probleeme, aga terviseliikumise temaatikat on siiski vaja tähtsustada. Sellise mõtteviisi esindajateks olid teistest enam töörealised kõrgharidusega, keskmisest kõrgema sissetulekuga naised.

Joonis 6. Mil määral nõustuvad Paide elanikud terviseliikumise kohta esitatud väidetega



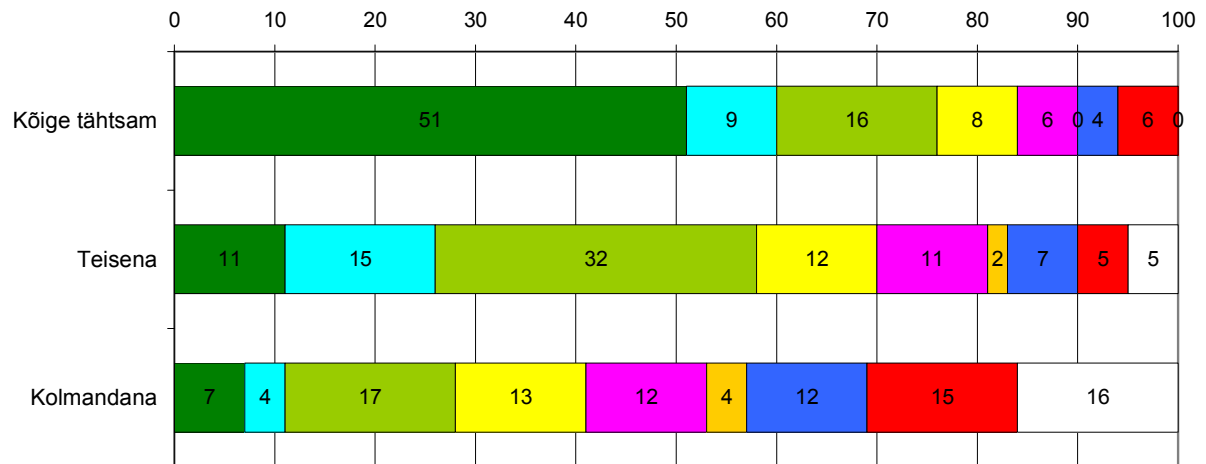
7. Milliseid aktiivse eluviisi propageerimisvõtteid ja üritusi eelistatakse. Mida vaja teha, et tervise edendamiseks seotud keskkonda linnas parandada

Vastajatele pakuti välja kaheksa erinevat aktiivse eluviisi propageerimise ürituse tüüpi, millest pidi välja valima kolm neile sobivaimat, meeldivuse järjekorras. 51% vastajatest pani esikohale kogupere meelelahutusliku ürituse; 16% pani esikohale kõiki linnakodanikke haarava temaatilise meelelahutusliku ürituse; 9% eakatele mõeldud meelelahutusliku ürituse; 8% väikese, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeürituse. Ülejäänud üritusvorme pani esikohale alla 10% vastajatest. Seminarivormi ei pannud esikohale mitte keegi. Teisele kohale oli ülekaalukalt pandud kõiki linnakodanikke haarav temaatiline meelelahutuslik üritus (32%); järgnesid eakatele mõeldud meelelahutuslik üritus (15%), väike, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeüritus (12%), kogupere meelelahutuslik üritus (11%); sariüritus (11%). Kolmandale kohale pani 17% vastajatest kõiki linnakodanikke haaravatemaatilise meelelahutusliku ürituse, 15% kursus-koolituse, 17% sariürituse, teine 17% suuremat piirkonda haarava meelelahutusliku ürituse, 13% väikese, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeürituse, 12% sariürituse või suuremat piirkonda haarava avaliku ürituse. Seega populaarseimad aktiivse eluviisi propageerimisvõtted ja üritused on kogupere meelelahutuslik üritus, kõiki linnakodanikke haarav temaatiline meelelahutuslik üritus ning väike, eri vanuses huvigruppidele suunatud üritus. Keskmise populaarsusega on suuremat piirkonda haarav avalik üritus, sariüritus, eakatele mõeldud meelelahutuslik üritus ning kursus-koolitus. Teistest märgatavalt vähem populaarseks vormiks osutus seminar (Joonis 7.1).

Mida teha, et tervise edendamiseks seotud keskkonda meie linnas parandada? Siseujula on olemas, sellega on korras. ¼ vastajate arvates on piisavalt ka terviseliikumist tutvustavat kirjandust; 55% siiski leiab, et vastav kirjandus võiks paremini kättesaadav olla. 1/5 vastajate arvates on jalgrattaparandusi piisavalt; 60%-l vastajatest jääb nendest vajaka. Kõige rohkem tundi puudust jalgratta- (94%) ja kõnniteedest (90%). Üle 80% vastajatest väitis, et oleks vaja rohkem uusi terviseradasid (89%), valgustatud metsaradu (87%), turvalisust (87%), ühisüritusi (82%) ning spordivarustuse laenutust (81%). 76% vastajatest arvas, et terviseliikumise eestvedajad võiksid aktiivsemalt tööle hakata; üle 70% tundis vajadust uute spordisaalide, spordiväljakute, jalgrattalaenutuse, jalgrattahoidlate ning avalike tasuta harjutustundide järele (Joonis 7.2).

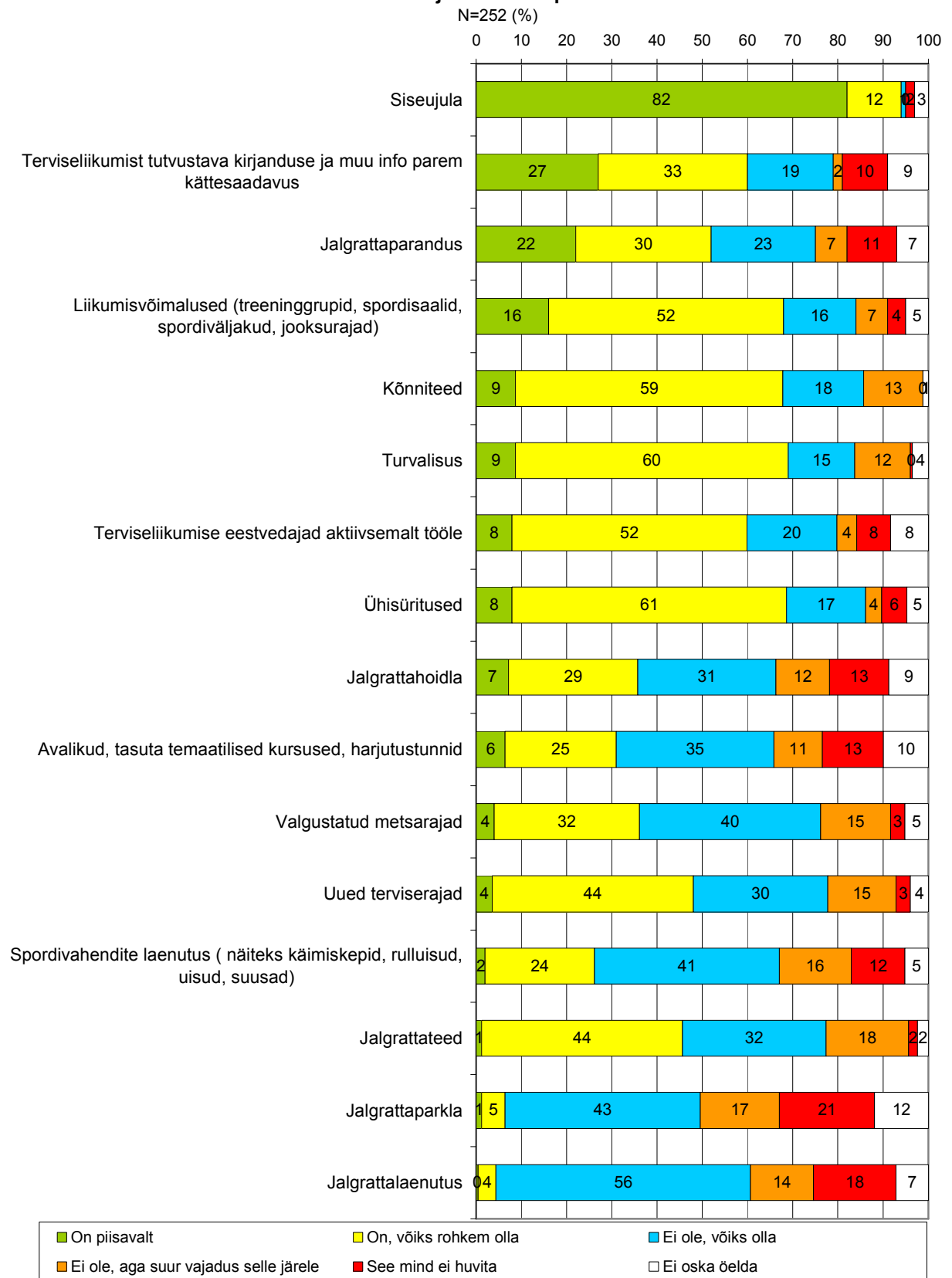
Joonis 7.1. Milliseid liikuvat elustiili ja terviselikumist propageerivaid üritusi
Paide elanikud eelistaksid?

N=252 (%)



- Kogupere meelelahutuslik üritus
- Eakatele mõeldud meelelahutuslik üritus
- Kõiki linnakodanikke haarav temaatiline meelelahutuslik üritus.
- Väiksed, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeüritused..
- Sariüritused
- Seminar
- Suuremat piirkonda (linna lähiümbrust) haarav avalik üritus
- Kursus-koolitus
- Vastamata

Joonis 7.2. Mida on Paide linnas vaja teha, et tervise edendamisega seotud keskkonda ja võimalusi parandada?



8. Kuivõrd linnaelanikud tegelevad mõne aktiivse eluviisi vormiga. Põhilised takistused tervisliku eluviisi harrastamisel

52% vastajatest väitis, et nad tegelevad praegu mõne liikumisharrastusega; 7% väitis, et praegu ajutiselt ei tegele; 7% väitis, et ei tegele, aga on tõsiselt kaalunud tegelema hakata. 34% ei tegele ühegi liikumisharrastusega. Liikumisharrastusega tegelejad pidid täpsustama, millega nad tegelevad ja kui sageli. Spontaanselt võis nimetada kuni kaks harrastust.

Kõige enam nimetatud liikumisharrastus oli jalgrattasõit (34% nendest, kes tegelevad mõne liikumisharrastusega, sõidab jalgrattaga). 16% tegeleb ujumisega, 20% kõndimisega; 16% käib jooksmas; 12% teeb kepikõndi. 5-7% tegeleb võimlemise, pallimängu, suusatamise või kergejõustikuga; 2% teeb kiirkõndi, aiatööd, tantsib või treenib trenaažooril. Nimetati veel hokit, jahilkäimist, joogat, jõusaali, kalapüüki, matkamist, motosporti, poksi, ravivõimlemist ja vesivõimlemist. (Joonis 8.1).

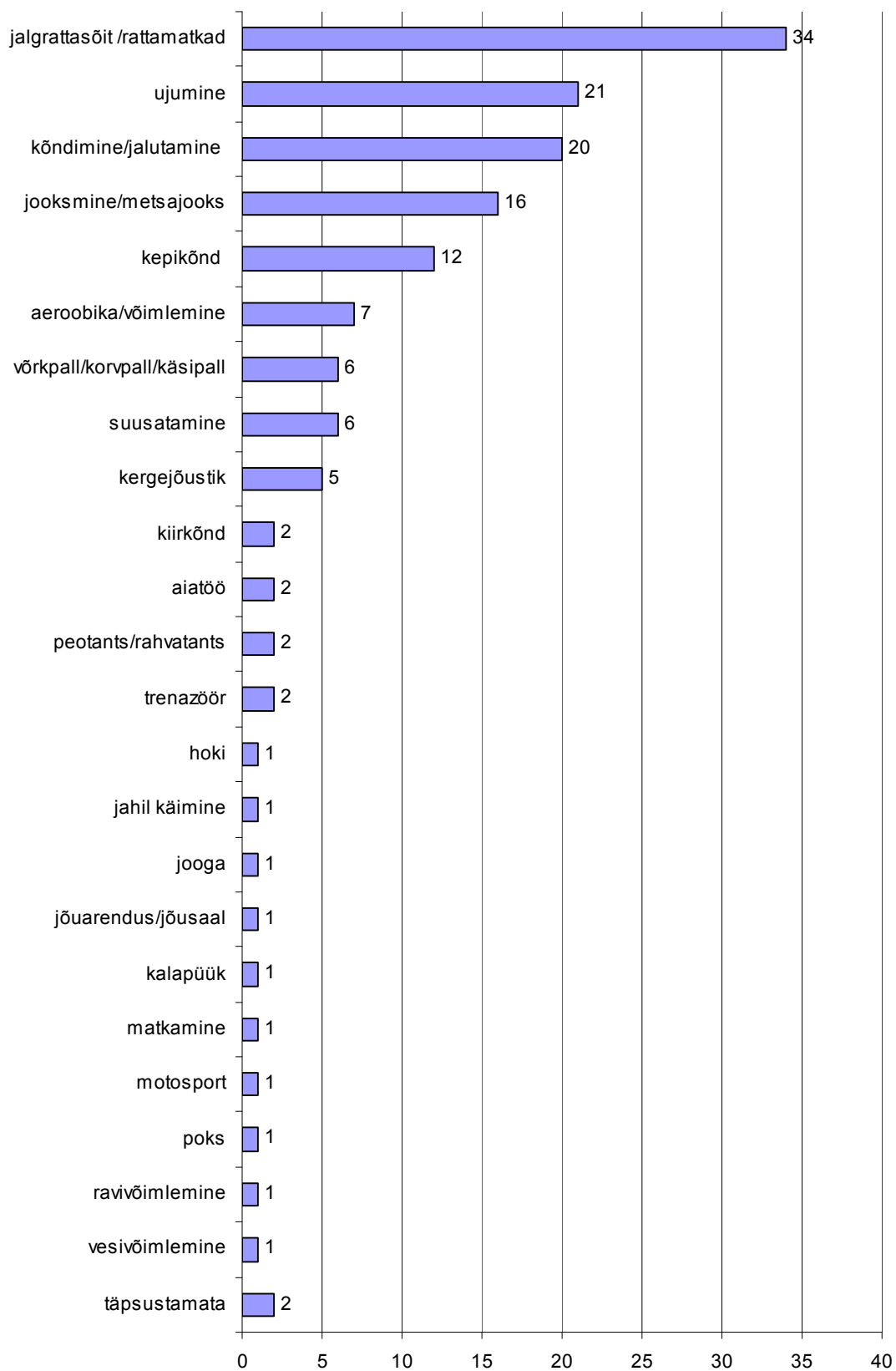
37% kõikidest liikumisharrastustega tegelejatest tegeleb oma harrastusega praktiliselt iga päev; 39% 2-3 korda nädalas; 17% kord nädalas; 7% harvem. Jalgrattaga sõitjatest 42% sõidab praktiliselt iga päev; 31% 2-3 korda nädalas, 9% kord nädalas, 12% harvem. Uujatest 36% tegeleb oma harrastusega 2-3 korda nädalas, 46% kord nädalas, 18% mõned korrad kuus (Joonis 8.2).

58% vastajatest pidas takistuseks tervisliku eluviisi harrastamisel oma laiskust ja mugavust; 49% on igapäevatööga väga hõivatud; 45%-le jagus vähe teid, valgustatud radasid, kus terviseliikumist harrastada. Kolmandik kurtis väheste huvitavate ühistegevuste, rahapuuduse või motivatsioonipuuduse üle; neljandikule tegi tervis muret või lihtsalt puudus huvi terviseliikumise vastu; viiendikule tundus, et terviseliikumine pole meie linnas popp, pole ka nõustajat, kellega konsulteerida. Vajaliku teabe ja mõttekaaslaste puudumise üle kurtis 14% vastajatest. Väga suurele enamusele ei olnud tegelikult ükski võimalik põhjus tõeliseks takistuseks terviseliikumise harrastamisel (Joonis 8.3).

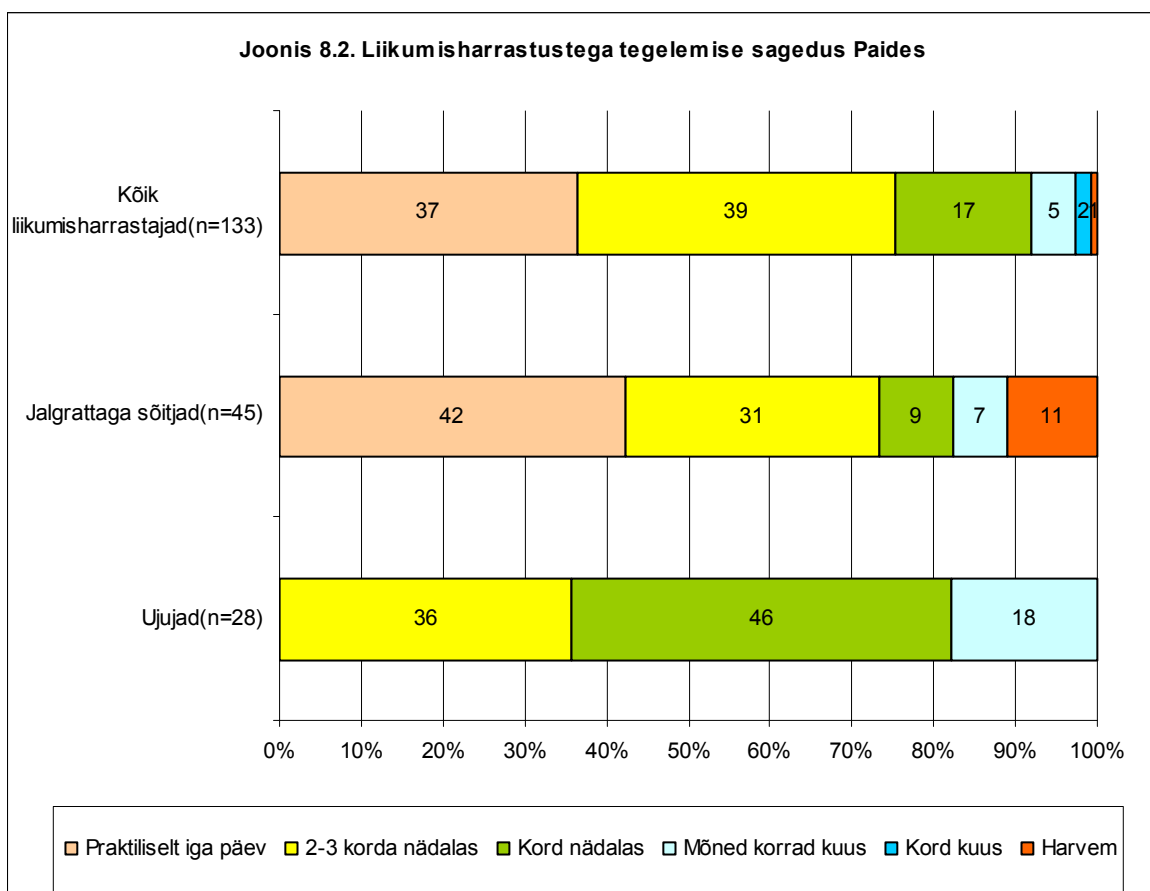
Faktoranalüüsi tulemusel saime 3 erinevat hoiakut põhjuste kohta, mis takistavad terviseliikumise harrastamist. 1) Välised tegurid (pigem teised on süüdi) – pole harrastuskohti, pole teavet, pole populaarne, pole huvitavat ühistegevust, pole mõttekaaslast, puudub nõustaja, olen tööga hõivatud. Sellise hoiaku esindajad on eelkõige noored, keskeriharidusega, keskmisest kõrgema sissetulekuga naised. 2) Põhjus on minus endas, olen mugav, mul puudub motivatsioon, huvi terviseliikumise tegeleda. Sellise mõtteviisi kandjaks eelkõige keskealised keskharidusega üle keskmise sissetulekuga mehed. 2) Halb tervis, vähe raha. Vanemad põhiharidusega, keskmisest madalama sissetulekuga naised.

Joonis 8.1. Liikumisharrastused Paides

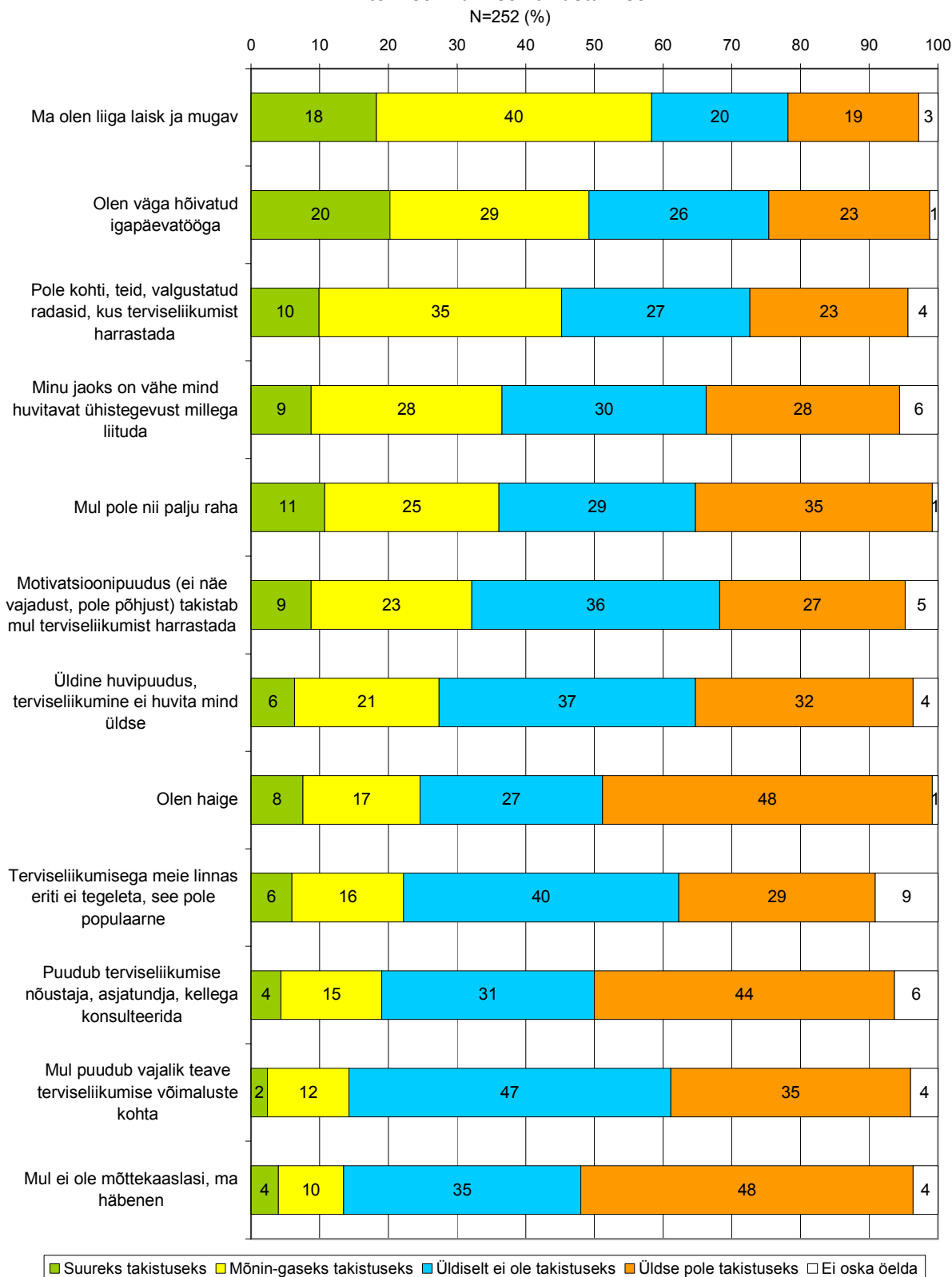
(n=133) % (kaks valikut)



Joonis 8.2. Liikumisharrastustega tegelemise sagedus Paides



Joonis 8.3. Kuivõrd on järgmised põhjused takistuseks Paide elanikel tervise liikumise harrastamisel



9. Kuidas hinnatakse oma tervislikku seisundit. Millele on raha kulutatud, et oma tervislikku seisundit parandada

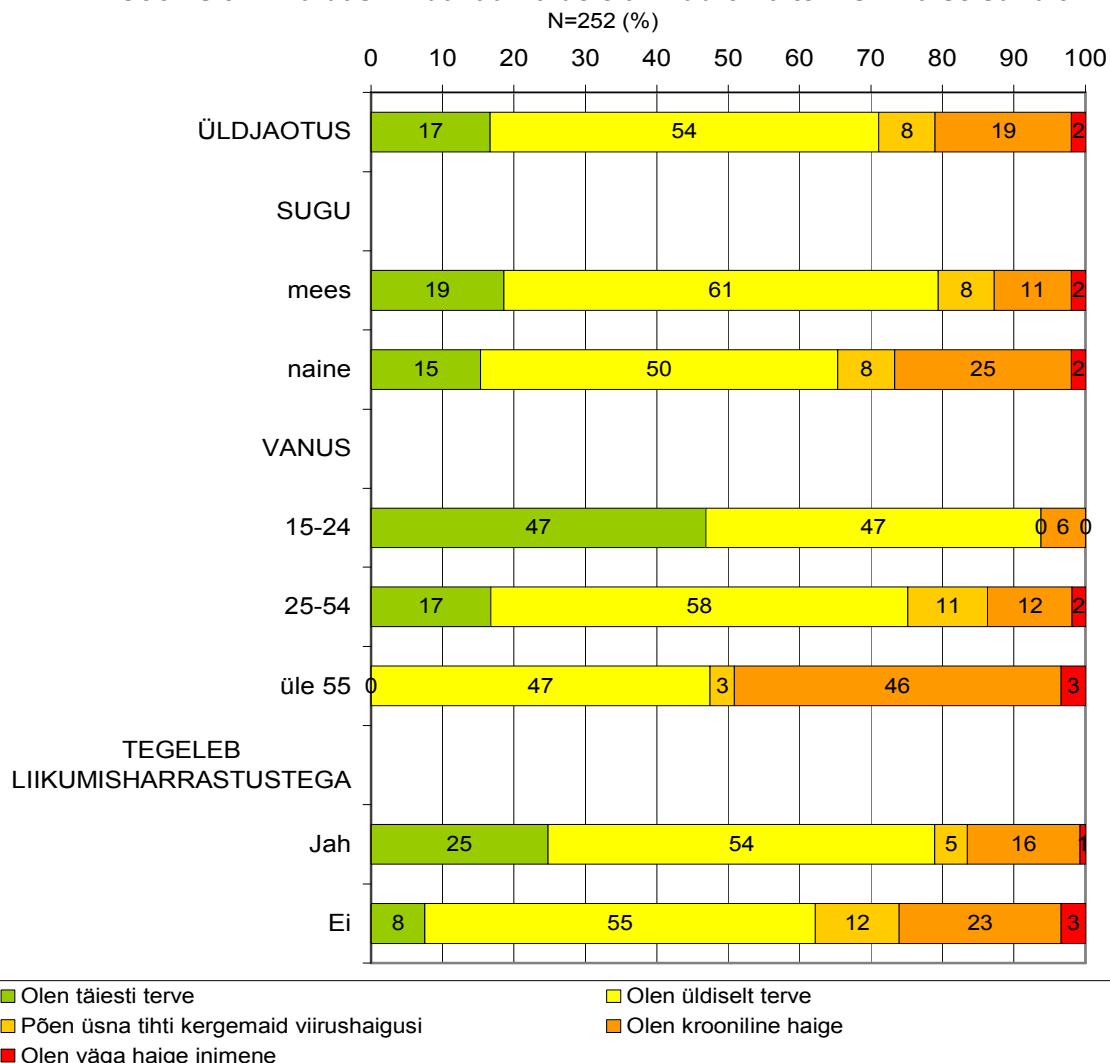
17% vastajatest pidas end täiesti terveks, 54% üldiselt terveks; 8% põeb tihti kergemaid viirushaigusi; 19% on kroonilisi haigeid, 2% väga haigeid inimesi. Mehed peavad end üldiselt tervemaks kui naised; noored tervemaks kui vanemad inimesed; liikumisharrastusega tegelejad tervemaks kui mittetegelejad (Joonis 9.1).

21% vastajatest on viimase aasta jooksul regulaarselt, 17% vahetevahel ravimeid tarvitanud. 31% on ravimeid tarvitanud ainult haigusperioodil; 30% vastajatest ei ole viimase aasta jooksul praktiliselt üldse ravimeid tarvitanud. Regulaarseid ravimitarvitajaid on naiste hulgas (26%) tunduvalt enam kui meeste (14%) hulgas; üle 55-aastaste (46%) hulgas tunduvalt rohkem kui 15-24-aastaste (3%) või ka keskealiste (16%) hulgas. Keskhariidusega inimesed (24%) on Paides suuremad regulaarsed ravimitarvitajad kui teiste haridusgruppide esindajad (põhiharidus 15%, kõrgharidus 17%). Mittetervete hulgas on regulaarseid ravimitarvitajaid 53%; tervete hulgas 8%. Liikumisharrastusega mittetegelejate hulgas on regulaarseid ravimitarvitajaid 24%, liikumisharrastusega tegelejate hulgas 18% (Joonis 9.2).

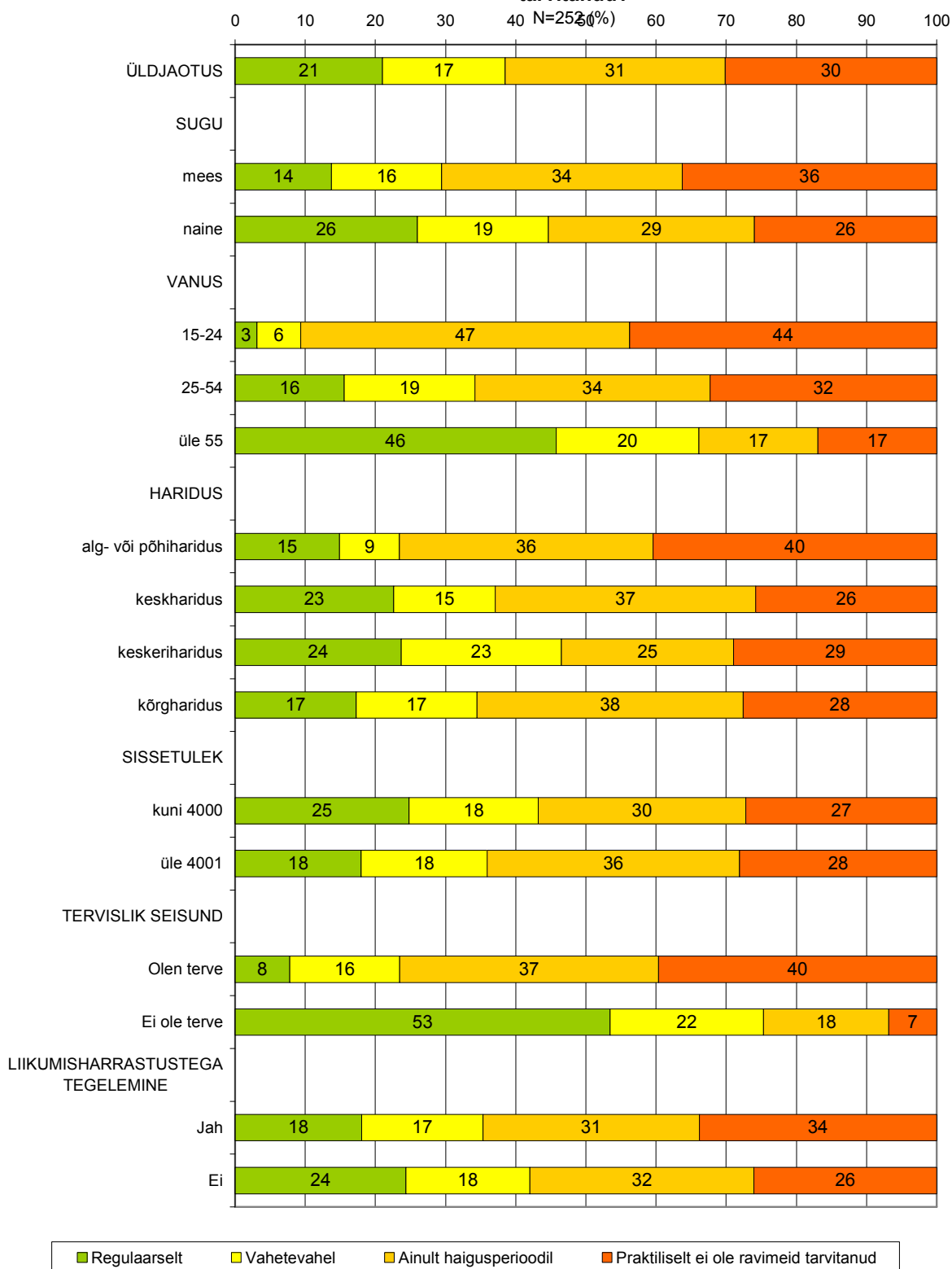
Kord kuus või tihedamini on Paide elanikest viimase aasta jooksul arsti juures käinud 13%. 27% on arsti juures käinud 4-5 korda aastas; 40% 1-2 korda aastas. 19% pole viimase aasta jooksul arsti juures käinud. Naised on sagedasemad arsti juures käijad kui mehed; vanemad inimesed tunduvalt sagedasemad käijad kui noored või parimas tööeas olevad inimesed; keskhariidusega inimesed sagedasemad kui kõrgema või põhiharidusega inimesed; haiged inimesed loomulikult sagedasemad kui üldiselt terved inimesed (Joonis 9.3).

Et oma tervislikku seisundit parandada on 54% ostnud vitamiine; 42% vastajatest on kulutanud raha ujula/spordisaali peale; 11% on käinud Spa protseduuridel; 10% on käinud massaažis; 4% sanatooriumis. Meetmeid on üldiselt teistest enam kasutanud kõrghariidusega inimesed; üle keskmise sissetulekuga inimesed; liikumisharrastusega tegelejad; naised rohkem kui mehed. Vitamiinid, toonikud on kõige enam kasutuses nooremate, ennast mitte terveks pidavate naiste juures. Ujula, spordisaal on populaarseim noorte kõrghariidusega keskmisest kõrgema sissetulekuga tervete, liikumisharrastusega tegelevate meeste hulgas. Massaaži kasutavad kõige enam keskealised kõrghariidusega üle keskmise sissetulekuga, ennast mitte terveks pidavad naised. Spa teenuseid kasutavad teistest enam kõrghariidusega naised. Seega, mehed kulutavad raha pigem ujula, spordisaali peale, naised vitamiinidele, massaažile, Spa teenustele (Joonis 9.4).

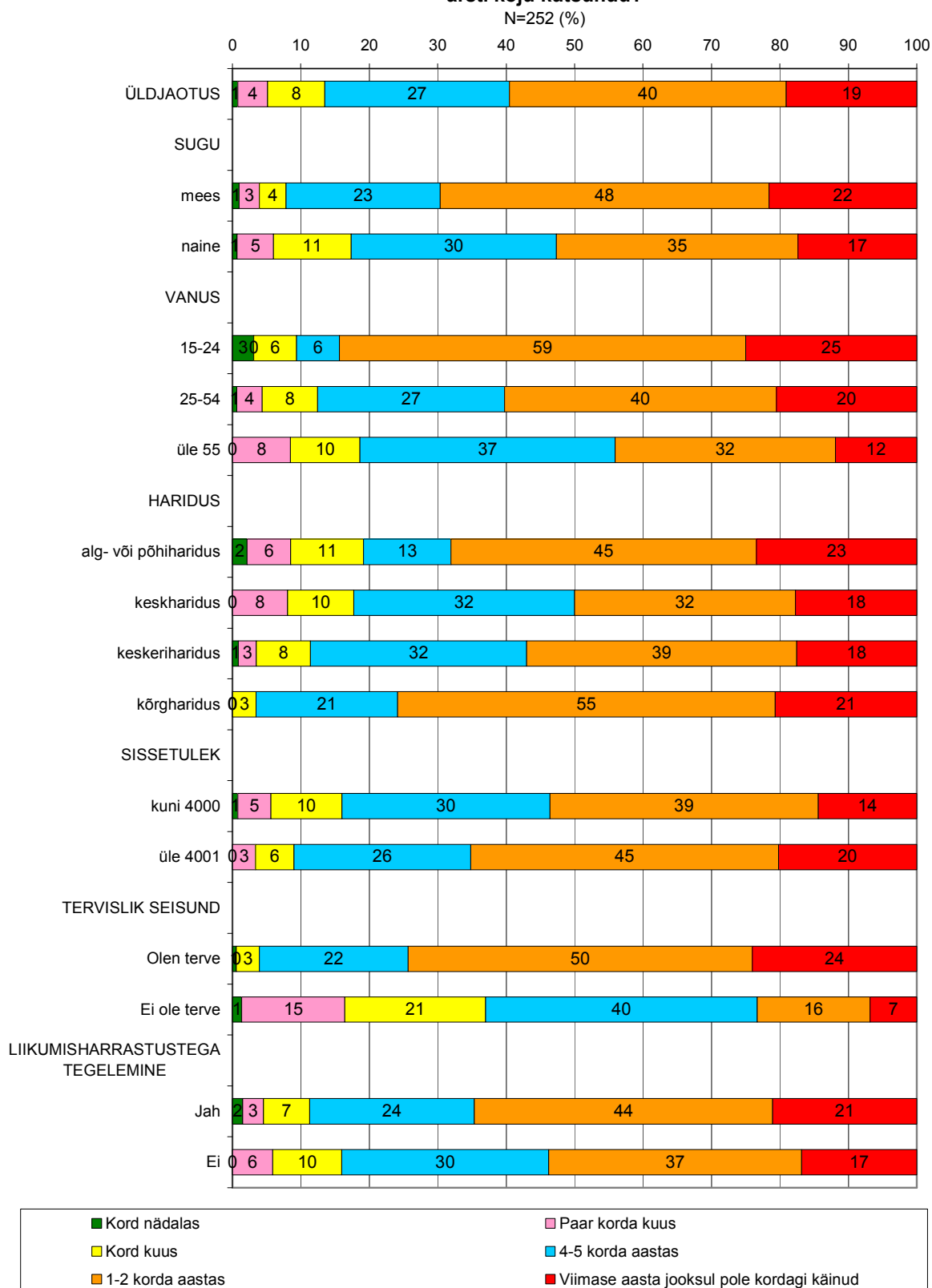
Joonis 9.1. Kuidas hindavad Paide elanikud oma tervislikku seisundit?



Joonis 9.2. Kui tihti on Paide elanikud viimase aasta jooksul ravimeid tarvitanud?

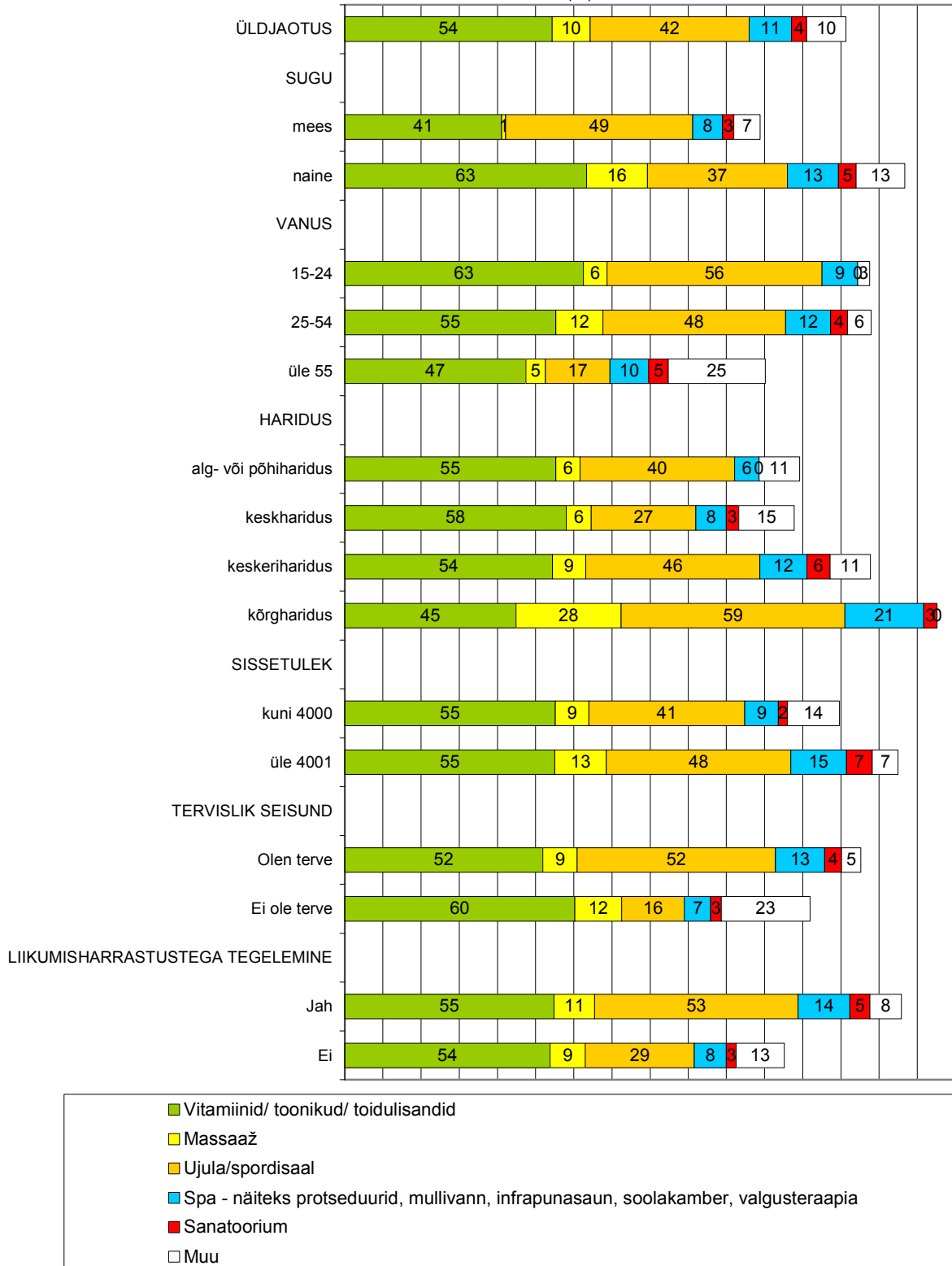


Joonis 9.3. Kui tihti on Paide elanikud viimase aasta jooksul arsti juures käinud/ arsti koju kutsunud?



Joonis 9.4. Millele on Paide elanikud raha kulutanud, et oma tervislikku seisundit parandada?

N=252 (%)



LISA

Küsimustik

1. Ankeedi number

ELUST MEIE LINNAS

VEEBRUAR 2006

2. Küsitluse läbiviimise koht

1. Elva

3. Keila

5. Põlva

7. Viljandi

2. Kuressaare

4. Paide

6. Rakvere

Küsitaja nimi _____	4. VALIMIPUNKTI NR <input type="text"/>
3. Tunnistuse nr: _____	5. VASTAJA NR <input type="text"/>

6. INTERVJUU LÄBIVIIMISE KUUPÄEV: _____

7. INTERVJUU ALGUSE KELLAEG: _____

8. Intervjuu läbiviimise keel:
eesti keel.....1
vene keel2

I. ÜLDINE LINNAELUGA RAHULOLU

Kui rahul te olete meie linna elu järgmiste külgedega? **KAART 1.**

LOE ASPEKTID ÜKSHAVAL ETTE

	Täiesti rahul	Pigem rahul	Pigem ei ole rahul	Üldse ei ole rahul	See jätab mind ükskõikseks	EI OSKA ÖELDA
9. Töö leidmise võimalused	1	2	3	4	5	6
10. Võimalused lapse koolieelsesesse lasteasutusse panemiseks/lasteaiakohtade olemasolu	1	2	3	4	5	6
11. Laste koolitamise võimalused	1	2	3	4	5	6
12. Linna teede ja tänavate olukord	1	2	3	4	5	6
13. Vee- ja kanalisatsioonisüsteem	1	2	3	4	5	6
14. Sideteenused	1	2	3	4	5	6
15. Arstiabi saamise võimalused	1	2	3	4	5	6
16. Avaliku korra olukord	1	2	3	4	5	6
17. Vaba aja veetmise võimalused	1	2	3	4	5	6
18. Kultuurielu	1	2	3	4	5	6
19. Sportimisvõimalused	1	2	3	4	5	6

20. Milliste küsimuste lahendamiseks peaksid linnavõimud eelkõige tegelema? Nimetage kaardilt kuni VIIS olulisemat ülesannet! **KAART 2.**

Teedehitus ja -remont	1,
Kõnni- ja jalgrattateede ehitamine.....	2,
Munitsipaalteenuste algatamine	3,
Ühisveevärgi ja kanalisatsiooni võimaldamine	4,
Ühistranspordi arendamine.....	5,
Heakorra (puhas linn, korrastatud haljastus) parandamine	6,
Puhta (saastamata) keskkonna hoidmine	7,
Parkide ja rohealade kaasajastamine	8,
Turvalisuse tagamine.....	9,
Ettevõtluse arengu soodustamine.....	10,
,Lasteaedade ja -sõimede tingimuste kaasajastamine.....	11,
Haridusasutuste töö korraldamine, haridusvõimaluste mitmekesistamine	12,
aste huvitegevuse võimaluste mitmekesistamine.....	13,
Kultuuri- ja spordielu ning muude vaba aja veetmise võimaluste edendamise.....	14,
Spordi- ja mänguväljakute rajamine	15,
Tervishoiuteenuste kättesaadavus	16,
Sotsiaal- ja hoolekandeteenuste arendamine	17,
Erinevate elukondlike teenuste (näit. pesumaja, torulukksepp, prügiveedu) kättesaadavus.....	18,
Parem informeerimine linna elust	19,
Kontroll linna ametnike tegevuse üle.....	20,
Kodanikuühenduste tegevuse toetamine	21,
Muu vastus, KIRJUTAGE	22,

21. Mil määral tunnete huvi meie linnas toimuva vastu, kas...
- väga palju 1
 küllaltki palju 2
 keskmiselt 3
 vähe 4
 üldse mitte 5

Mil määral saate informatsiooni linnas, vallas toimuva kohta järgmistest allikatest? Kas peamiselt sealt, mõnikord sealt, või sealt üldse mitte?

	Peamiselt sealt	Mõnikord ka sealt	Sealt üldse mitte	Sellist kanalit meil pole
22. meie linna leht	1	2	3	4
23. meie maakonna leht	1	2	3	X
24. kohalik raadio	1	2	3	4
25. linna kodulehekülg Internetis	1	2	3	4
26. perekonnaliikmetelt, naabritelt, tuttavatelt	1	2	3	X
27. muu meediakanal (KUI ON, KIRJUTA)	1	2	X	X

28. Mõeldes veelkord infokanalite peale, millisest kanalist saate põhilise info meie linnas toimuva kohta? ÜKS VASTUS!

- meie linna leht..... 1
 meie maakonna leht..... 2
 kohalik raadio..... 3
 linna kodulehekülg Internetis..... 4
 perekonnaliikmetelt, naabritelt, tuttavatelt..... 5
 muu meediakanal (KIRJUTA)..... 6

II. TERVISELIIKUMISE KÜSIMUSED

INTERVJUEERIJAJA, LOE JÄRGNEV TEKST VASTAJALE ETTE

Järgnevalt räägime tervise liikumisest. Tervise liikumise all peame silmas liikuvat eluviisi. Tervise liikumine - see on vältimatu liikumiskogus, mis hoiab meie organismi rahuldavas korras: elundid on töökorras, hästi õhutatud veri ringleb soonestikus, kõik keharakud pealaest jalatallani saavad hapnikurikast tuulutust. Ja nüüd edasi konkreetsete küsimuste juurde: Mil määral nõustute järgmiste väidetega? KAART 3. LOE VÄITED ÜKSHAVAL ETTE

	Täiesti nõus	Pigem nõus	Pigem ei ole nõus	Üldse ei ole nõus	EI OSKA ÖELDA
29. Tervise liikumise temaatika on tänapäeval väga aktuaalne	1	2	3	4	5

	Täiesti nõus	Pigem nõus	Pigem ei ole nõus	Üldse ei ole nõus	EI OSKA ÖELDA
30. Terviseliikumise tutvustamise ja propageerimisega tuleks senisest rohkem tegeleda	1	2	3	4	5
31. Terviseliikumise harrastamine on igaühe eraasi	1	2	3	4	5
32. Terviseliikumise propageerimine on kohaliku omavalitsuse ülesanne	1	2	3	4	5
33. Terviseliikumise propageerimine on õpetajate ülesanne	1	2	3	4	5
34. Terviseliikumise propageerimine on lastevanemate ülesanne	1	2	3	4	5
35. Terviseliikumise propageerimine on poliitikute ülesanne	1	2	3	4	5
36. Terviseliikumise tähtsuse mõistmine ja liikuva eluviisi harrastamine sõltub eelkõige inimesest endast	1	2	3	4	5
37. Meie linn on terviseliikumise jaoks väga sobiv keskkond	1	2	3	4	5
38. Terviseliikumise teematikat ei peaks nii palju tähtsustama, meil on ühiskonnas palju olulisemaid probleeme	1	2	3	4	5

Loen teile ette rea tegevusi. Õelge palun, kuivõrd on need tegevused teie arvates tervisliku eluviisi tunnuseks? KAART 4. LOE VÄITED ÜKSHAVAL ETTE

	Kindlasti on	Pigem on	Pigem ei ole	Kindlasti ei ole	EI OSKA ÖELDA
39. Regulaarne ja teadlik toitumine (toitude kalorsuse, süsivesikute, rasvasuse jälgimine)	1	2	3	4	5
40. Eelistatud liikumisviis jalgsi või jalgrattaga	1	2	3	4	5
41. Võimalikult palju värskes õhus viibimine	1	2	3	4	5
42. Pool tundi aktiivset liikumist päevas	1	2	3	4	5
43. Regulaarsed treeningud vähemalt ühel spordialal	1	2	3	4	5
44. Regulaarne tervisekontroll, näiteks regulaarne perearsti juures käimine	1	2	3	4	5
45. Regulaarne tegelemine mõne spordiharrastusega	1	2	3	4	5
46. Ei suitseta	1	2	3	4	5
47. Ei liialda alkoholiga	1	2	3	4	5
48. Ei joo üldse alkohoolseid jooke	1	2	3	4	5

	Kindlasti on	Pigem on	Pigem ei ole	Kindlasti ei ole	EI OSKA ÖELDA
49. Ei tarvita narkootikume	1	2	3	4	5
50. Kursisolek tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega	1	2	3	4	5
51. Osavõtt tervisespordiüritustest oma kodukohas	1	2	3	4	5
52. Osavõtt üle-eestilistest tervisespordiüritustest	1	2	3	4	5
53. Ei võta unerohu ega antidepressante	1	2	3	4	5

Loen need tegevused veelkord ette; kuivõrd need teie enda kohta kehtivad? KAART 5

	Kehtib täielikult	Pigem kehtib	Pigem ei kehti	Üldse ei kehti	EI OSKA ÖELDA
54. Toitun regulaarselt ja teadlikult (jälgin toitumiskalorsust, süsivesikuid, rasvasust)	1	2	3	4	5
55. Liigun sageli jalgsi, jalgrattaga	1	2	3	4	5
56. Viibin palju värskes õhus	1	2	3	4	5
57. Liigun aktiivselt vähemalt pool tundi päevas	1	2	3	4	5
58. Treenin regulaarselt vähemalt ühel spordialal	1	2	3	4	5
59. Käin regulaarselt tervisekontrollis, perearsti juures	1	2	3	4	5
60. Tegelen regulaarselt mõne spordiharrastusega	1	2	3	4	5
61. Ei suitseta	1	2	3	4	5
62. Ei liialda alkoholiga	1	2	3	4	5
63. Ei joo üldse alkohoolseid jooke	1	2	3	4	5
64. Ei tarvita narkootikume	1	2	3	4	5
65. Olen kursis tervislikku eluviisi tutvustava kirjandusega	1	2	3	4	5
66. Võtan osa tervisespordiüritustest oma kodukohas	1	2	3	4	5
67. Võtan osa üle-eestilistest tervisespordiüritustest	1	2	3	4	5
68. Ei võta unerohu ega antidepressante	1	2	3	4	5

Järgnevalt loen ette põhjused, mida inimesed on nimetanud takistusena terviseliikumise harrastamisel. Kuivõrd on need põhjused teile takistuseks terviseliikumise harrastamisel? **KAART 6. LOE VÄITED ÜKSHAVAL ETTE**

	Suureks takistuseks	Mõningaseks takistuseks	Üldiselt ei ole takistuseks	Üldse pole takistuseks	EI OSKA ÖELDA
69. Mul puudub vajalik teave terviseliikumise võimaluste kohta	1	2	3	4	5

	Suureks takistuseks	Mõningaseks takistuseks	Üldiselt ei ole takistuseks	Üldse pole takistuseks	EI OSKA ÖELDA
70. Olen väga hõivatud igapäevatööga	1	2	3	4	5
71. Olen haige	1	2	3	4	5
72. Mul pole nii palju raha	1	2	3	4	5
73. Mul ei ole mõttekaaslast, ma häbenen	1	2	3	4	5
74. Puudub tervise liikumise nõustaja, asjatundja, kellega konsulteerida	1	2	3	4	5
75. Pole kohti, teid, valgustatud radasid, kus tervise liikumist harrastada	1	2	3	4	5
76. Minu jaoks on vähe mind huvitavat ühistegevust millega liituda	1	2	3	4	5
77. Üldine huvipuudus, tervise liikumine ei huvita mind üldse	1	2	3	4	5
78. Motivatsioonipuudus (ei näe vajadust, pole põhjust) takistab mul tervise liikumist harrastada	1	2	3	4	5
79. Ma olen liiga laisk ja mugav	1	2	3	4	5
80. Tervise liikumisega meie linnas eriti ei tegeleta, see pole populaarne	1	2	3	4	5

81. Milliseid liikuvat elustiili ja tervise liikumist propageerivaid üritusi teie eelistaksite? Nimetage tähtsuse järjekorras kuni kolm teile sobivaimat varianti **KAART 7. KIRJUTA VASTUSEVARIANTIDE NUMBRID TÄHTSUSE JÄRJEKORRAS PAREMPOOLSESSE TULPA**

Kogupere meelelahutuslik üritus.....	1	Kõige tähtsam NR _____
Eakatele mõeldud meelelahutuslik üritus.....	2	Teisena NR _____
Kõiki linnakodanikke haarav temaatiline meelelahutuslik üritus.	3	Kolmandana NR _____
Väikesed, eri vanuses huvigruppidele suunatud õppeüritused....	4	
Sariüritused.....	5	
Seminar.....	6	
Suuremat piirkonda (linna lähiümbrust) haarav avalik üritus.....	7	
Kursus-koolitus.....	8	

Mida on teie arvates meie linnas vaja teha, et tervise edendamiseks seotud keskkonda ja võimalusi parandada? KAART 8. LOE KATEGOORIAD ÜKSHAVAL ETTE

	On piisavalt	On, võiks rohkem olla	Ei ole, võiks olla	Ei ole, aga suur vajadus järele	See mind ei huvita	EI OSKA ÖELDA
82. Tervise liikumist tutvustava kirjanduse ja muu info parem kättesaadavus	1	2	3	4	5	6

	On piisavalt	On, võiks rohkem olla	Ei ole, võiks olla	Ei ole, aga suur vajadus järele	See mind ei huvita	EI OS-KA ÕELDA
83. Terviseliikumise eestvedajad aktiivsemalt tööle	1	2	3	4	5	6
84. Avalikud, tasuta temaatilised kursused, harjutustunnid	1	2	3	4	5	6
85. Uued terviserajad	1	2	3	4	5	6
86. Jalgrattateed	1	2	3	4	5	6
87. Könniteed	1	2	3	4	5	6
88. Liikumisvõimalused (treeninggrupid, spordisaalid, spordiväljakud, jooksurajad)	1	2	3	4	5	6
89. Siseujula	1	2	3	4	5	6
90. Jalgrattahoidla	1	2	3	4	5	6
91. Jalgrattaparkla	1	2	3	4	5	6
92. Jalgrattaparandus	1	2	3	4	5	6
93. Spordivahendite laenutus (näiteks käimiskepid, rulluisud, uisud, suusad)	1	2	3	4	5	6
94. Jalgrattalaenutus	1	2	3	4	5	6
95. Ühisürituded	1	2	3	4	5	6
96. Valgustatud metsarajad	1	2	3	4	5	6
97. Turvalisus	1	2	3	4	5	6

III. HINNANGUD OMA TERVISLIKULE SEISUNDILE
98. Kuidas te hindate oma tervislikku seisundit? VASTAJA VALIGU AINULT ÜKS, SOBIVAIM VASTUS

- Olen täiesti terve.....1
 Olen üldiselt terve.....2
 Põen üsna tihti kergemaid viirushaigusi ...3
 Olen krooniline haige.....4
 Olen väga haige inimene.....5

99. Mõeldes viimase aasta peale, kui tihti olete ravimeid tarvitanud?

- Regulaarselt.....1
 Vahetevahel2
 Ainult haigusperioodil.....3
 Praktiliselt ei ole ravimeid tarvitanud.....4

100. Kui tihti olete viimase aasta jooksul arsti juures käinud/ arsti koju kutsunud? ARVESTA ÜHE KORRANA ÜKS RAVIKUUR HAMBAARSTI JUURES/ ÜHE HAIGUSPERIOODIGA SEONDUVAD ARSTILKÄIGUD

- Kord nädalas.....1
 Paar korda kuus.....2

- Kord kuus.....3
- 4-5 korda aastas.....4
- 1-2 korda aastas.....5
- Viimase aasta jooksul pole kordagi käinud.....6

101. Kas tegelete mõne liikumisharrastusega?

- Jah.....1
- Ei.....2 ⇒ JÄTKA KÜSIMUSEGA 104
- Ajutiselt ei tegele.....3 ⇒ JÄTKA KÜSIMUSEGA 104
- Ei tegele, aga olen tõsiselt kaalunud tegelema hakata....4 ⇒ JÄTKA KÜSIMUSEGA 104

102. Millega te tegelete? KIRJUTA.

KUI VASTAJA TEGELEB MITMETE LIIKUMISHARRASTUSTEGA, LAS VALIB KUNI KAKS KÕIGE ENAM HARRASTATAVAT TEGEVUST

Harrastus 1

Harrastus 2

103. Kui tihti te tegelete...

... harrastusega 1

- Praktiliselt iga päev 1
- 2-3 korda nädalas 2
- Kord nädalas 3
- Mõned korrad kuus 4
- Kord kuus..... 5
- Harvem..... 6

...harrastusega 2

- Praktiliselt iga päev 1
- 2-3 korda nädalas 2
- Kord nädalas 3
- Mõned korrad kuus 4
- Kord kuus..... 5
- Harvem..... 6

104. Mõeldes viimase aasta peale, millele järgnevast olete raha kulutanud, et oma tervislikku seisundit parandada? INTERVJUEERIJAL, LOE VARIANDID ETTE, MÄRGI KÕIK VASTAJA POOLT NIMETATUD VASTUSED ÄRA

- Vitamiinid/ toonikud/ toidulisandid 1,
- Massaaž..... 2,
- Ujula/spordisaal 3,
- Spa – näiteks protseduurid, mullivann, infrapunasaun, soolakamber, valgusteraapia .. 4,
- Sanatoorium..... 5,
- Muu (KIRJUTA) 6,

SOTSIAAL-DEMOGRAAFILISED TAUSTANDMED

105. Vastaja sugu:	tööline	8
mees.....	muu.....	9
naine	õpilane, üliõpilane.....	10
	pensionär, invaliid	11
	kodune.....	12
	töötu.....	13
106. Kui vana Te olete ?		
(TÄISAASTATES) _____ JA KODEERI:	109. Teie perekonnaseis?	
15-19.....	Vallaline	1
20-24.....	abielus, vabaabielus.....	2
25-34.....	lahutatud.....	3
35-44.....	lesk	4
45-54.....		
55-64.....	110. Ülalpeetavate laste arv perekonnas:	
65+.....	1 laps.....	1
	2 last	2
	3 last	3
	4 ja rohkem last.....	4
107. Milline on Teie haridustase?	111. Keskmine sissetulek kuus Teie pere ühe liikme kohta (tulumaks maha arvatud e. neto) –	
alg- või põhiharidus	KAART10.	
keskharidus	kuni 2000 kr	1
kutse-kesk- või keskeriharidus	2001 - 4000 kr.....	2
kõrgharidus	4001 - 6000 kr.....	3
	6001 - 8000 kr.....	4
	8001 - 10 000 kr.....	5
	üle 10 000 kr	6
	KEELDUS.....	7
108. Mis on Teie peamine tegevusala? KAART		
9. ÜKS VASTUS		
Vabakutseline.....		
Eraettevõtja.....		
Talunik		
juhtivtöötaja (tippjuht).....		
keskastme juht.....		
spetsialist (kõrgharidusega)		
ametnik, teenindaja, spetsialist		
ilma kõrghariduseta		
112. Kui kaua Te olete elanud siin linnas?		
alla 3 aasta.....		1
3-10 aastat.....		2
üle 10 aasta.....		3
kogu elu.....		4