

Palupera Vald



**Palupera valla terviseprofiil
aastateks 2010 – 2015**

**Palupera Vallavalitsus
2010**

1. TERVISEPROFIILI LÄHTEANDMED	4
1.1. PINDALA, ASUKOHT	7
1.2. RAHVASTIKU SOO- JA VANUSEJAOTUS.....	8
1.3. ASUSTUSTIHEDUS	11
1.4. ELUSSÜNNID PALUPERA VALLAS.....	12
1.5. ELUSSÜNNID EMA VANUSE JÄRGI VALGAMAAL	13
1.6. SURMAD PALUPERA VALLAS.....	15
1.7. LOOMULIK IIVE PALUPERA VALLAS.....	16
1.8. KOHALIKU OMAVALITSUSE EELARVE	18
1.9. TULUMAKSU LAEKUMINE	19
1.10. SISSERÄNNE.....	20
1.11. VÄLJARÄNNE.....	21
1.12. RÄNDESALDO	21
1.13. ESMASHAIGESTUMUS PAHALOOMULISTESSE KASVAJATESSE	21
1.14. ESMASHAIGESTUMUS NAKKUSHAIGUSTESSE, SH TUBERKULOOSI.....	23
1.15. LASTE SURMAD.....	24
1.16. SUREMUSKORDAJA VERERINGEELUNDITE HAIGUSTESSE.....	25
1.17. SUREMUSKORDAJA PAHALOOMULISTESSE KASVAJATESSE.....	26
1.18. SUREMUSKORDAJA VÄLISPÕHJUSTESSE.....	27
1.19. PROBLEEMID ÜLDANDMETE PÕHJAL	29
2. SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED.....	29
2.1. TÖÖTURU SITUATSIOON.....	30
2.1.1 MAKSUMAKSJAD.....	30
2.1.2 KESKMINE BRUTOTULU.....	31
2.1.3 MIINUMUMPALGA SAAJAD	34
2.1.4 MAJANDUSLIKULT AKTIIVSED ETTEVÕTTED.....	35
2.1.5 TÖÖTUS.....	39
2.1.6 HÕIVATUS.....	43
2.1.7 TÖÖJÕUS OSALEMISE MÄÄR. DEMOGRAAFILINE TÖÖTURUSURVE INDEKS.	44
2.2. TOIMETULEK	45
2.2.1 RAVIKINDLUSTUSEGA KAETUD	45
2.2.2 PUUETEGA INIMESED.....	46
2.2.3 TOIMETULEKUTOETUS.....	47
2.2.4 SOTSIAALTOETUSED	48
2.2.5 SOTSIAALTEENUSED	52
2.2.6 SOTSIAALNÕUSTAMINE	53
2.2.7 HOOLDUS.....	53
2.2.8 ELUASEMETEENUSED JA VARJUPAIK.....	54
2.2.9 HOOLDEKODUDES HOOLDAMINE	54
2.2.10 REHABILITATSIOONITEENUS	55
2.2.11 LAPSEHOIUTEENUS JA TEENUSED PUUETEGA LASTELE.....	55
2.2.12 OLMELISED SOTSIAALTEENUSED	55
2.2.13 VAJADUS UUTE SOTSIAALTEENUSTE JÄRELE.....	56
2.3. KAASATUS KOGUKONNA TEGEVUSTESSE	56
2.3.1 KOGUKONNA MOTIIVAATORID.....	56
2.3.2 ELANIKE KAASAMINE.....	57
2.3.3 KULTUURIELUS OSALEMISE VÕIMALUSED.....	59
2.3.4 PROBLEEMID SOTSIAALSE TÕRJTUSE JA VÕRDSETE VÕIMALUSTE INDIKAATORITE PÕHJAL.....	59

3.	LASTE JA NOORTE TURVALINE NING TERVISLIK ARENG.....	60
3.1.	ÕPILASTE ARV HARIDUSASUTUSTES.....	60
3.2.	KOOLIKOHUSTUSE TÄITMINE.....	62
3.3.	NOORTE SÜÜTEOD.....	62
3.4.	LASTE JA NOORTEGA TEGELEVAD ASUTUSED.....	63
3.5.	LASTELE OHUTU ELU- JA ÕPIKESKKOND.....	64
3.6.	KOOLI/LASTEAIJA TERVISETEENUSE OLEMASOLU.....	68
3.7.	LASTE TERVISEHINNANG.....	69
3.8.	KEHALINE AKTIIVSUS JA KEHAKAAL.....	70
3.9.	SÕLTUVUSAINETE TARVITAMINE.....	72
3.10.	KOOLI/LASTEAIATOIT.....	72
3.11.	ÕPILASTRANSPOORT.....	73
3.12.	PROBLEEMID LASTE JA NOORTE TURVALISE NING TERVISLIKU ARENGU INDIKAATORITE PÕHJAL.....	73
4.	TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND.....	74
4.1.	HUVITEGEVUSE JA VABA AJA VEETMISE KOHAD.....	75
4.2.	ÜLDKASUTATAVAD SPORDIRAJATISED JA TERVISERAJAD.....	75
4.3.	TRANSPORT JA TEEDE VÕRK.....	76
4.4.	KESKKONNAMÕJURID.....	77
4.4.1	ELUASE.....	77
4.4.2	JOOGIVEE KVALITEET.....	79
4.4.3	HEITVEE PUHASTAMINE.....	81
4.4.4	AVALIKUD SUPLUSKOHAD.....	83
4.4.5	SISEÕHK.....	84
4.4.6	VÄLISÕHK.....	86
4.4.7	JÄÄTMED JA JÄÄTMEKÄITLUS.....	88
4.4.8	MUUD MÕJURID.....	89
4.5.	KURITEOD.....	92
4.6.	LIIKLUSKURITEOD JA -ÕNNETUSED PALUPERA VALLAS.....	95
4.7.	TULEKAHJUD PALUPERA VALLAS.....	96
4.8.	ALKOHOLI MÜÜVAD KAUPLUSED.....	98
4.9.	KOHALIKU OMAVALITSUSE ALKOHOLIPOLIITIKA.....	98
4.10.	TERVIST EDENDAVAD ASUTUSED.....	98
4.11.	TÖÖÕNNETUSED.....	99
4.12.	KÕRGENDATUD RISKIGA OBJEKTID JA JUHTUMIKORRALDUSSKEEMID.....	100
4.13.	HULKUVAD LOOMAD.....	101
4.14.	PUUKBORRELIOOSI JA -ENTSEFALIITI NAKATUMINE.....	101
4.15.	PAIKKONNA PROBLEEMID TERVISLIKU ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKONNA INDIKAATORITE PÕHJAL.....	102
5.	TERVISLIK ELUVIIS.....	102
5.1.	JOOBES JUHID.....	103
5.2.	TERVISEALASE TEABE KÄTTESAADAVUS.....	104
5.3.	TERVISLIKKU ELUVIISI TOETAVAD ÜRITUSED VALLAS.....	105
5.4.	SUBJEKTIIVNE TERVISE ENESEHINNANG.....	106
5.5.	FÜÜSILINE AKTIIVSUS.....	109
5.6.	TOITUMINE.....	110
5.7.	ÜLEKAALULISUS.....	111
5.8.	ALKOHOLI TARBIMINE.....	111
5.9.	SUITSETAMINE.....	112
5.10.	NARKOOTILISTE AINETE TARBIMINE.....	112
5.11.	KONDOOMI KASUTAMINE.....	113

5.12.	SEKSUAALSEL TEEL LEVIVAD HAIGUSJUHUD.....	115
5.13.	HELKURI KASUTAMINE	116
5.14.	TURVAVÕÕ KASUTAMINE	116
5.15.	PROBLEEMID TERVISLIKU ELUVIISI INDIKAATORITE PÕHJAL.....	117
6.	TERVISETEENUSED.....	118
6.1.	TERVISHOIUTEENUSED.....	118
6.2.	NÕUSTAMISTEENUSED	121
6.3.	TERVISETEENUSEPROJEKTID.....	121
6.4.	PROBLEEMID TERVISETEENUSTE INDIKAATORITE PÕHJAL	122
7.	KOKKUVÕTE	122
8.	PALUPERA VALLA TERVISEEDENDUSLIK TEGEVUSKAVA 2010-2015.....	126
9.	MÕISTED.....	131
10.	KASUTATUD KIRJANDUS	147

1. TERVISEPROFIILI LÄHTEANDMED

Miski ei kurna ja purusta inimest niivõrd kui kestev kehaline tegevusetus /Aristoteles/.

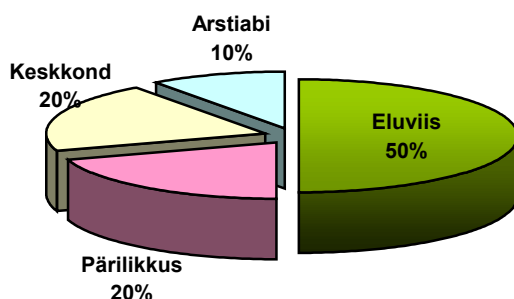
SISSEJUHATUS

Inimese tervislik seisund on tema eluga toimetuleku ja elukvaliteedi üheks olulisemaks osiseks kogu eluea vältel. Inimese tervis on ka perekonna ja ühiskonna eksisteerimise kvaliteedi alus. Õigus heale tervisele on üks inimese põhiõigustest, samas on igal inimesel kohustus hoolitseda oma tervise eest, tehes võimaluste piires tervishoidlikke valikuid. Tervise seisund sõltub suurel määral inimese teadlikkuse tasemest. Tervem ja aktiivsem elanikkond kahandab haigustest ja halvast tervisest tingitud sotsiaalset ja majanduslikku koormat.

Eesti elanikkonna tervisenäitajad on murettekitavad. Eestis meeste eeldatav eluiga on keskmiselt kuni 8 aastat lühem kui meestel Euroopa Liidu liikmesriikides enne viimast laienemist. Viimasel aastakümnel on ilmnenud järjest suurenevad erinevused tervisenäitajates erinevate sotsiaalsete rühmade vahel. Jälgides keskmist eeldatavat eluiga, ilmnevad üha süvenevad lõhed nii erineva haridustaseme, sissetuleku, elukoha kui ka rahvusrühmade lõikes. Taolisi suuri erinevusi ei leia üheski teises Euroopa Liidu riigis.

Erinevused tervisenäitajates tulenevad nendest majanduslikest ja sotsiaalsetest oludest, milles inimesed elavad ja töötavad. Terved inimesed on tööviljakamad, tarbivad vähem sotsiaal- ja tervishoiuteenuseid, neil on rohkem võimalusi osaleda sotsiaalses, poliitilises ja majanduselusel. Tervis ja majanduslik heaolu on vastastikku sõltuvad. Terviseinvesteeringud soodustavad sotsiaalse ja majandusliku heaolu kasvu ning inimeste tervise ja elukvaliteedi paranemist.

Kogukonna tervislikule elukeskkonnale ja eluviisile olulise tähenduse annab teaduslik käsitlus tervist mõjutavate komponentide osatähtsusest:



Palupera vallas on viimastel aastatel tehtud olulisi samme elukvaliteedi parandamiseks vallas nii Palupera vallavalitsuse kui ka erasektori poolt ning kodanikualgatuse korras strateegilise planeerimise, terviseteadlikkuse tõstmise, terviseedenduse, sotsiaalhoolekande, vallamajanduse, loodus- ja tehiskeskonna, hariduse, kultuuri ja spordi valdkondades. See aga ei tähenda, et elukeskkonna arendamiseks vallas enam midagi teha ei oleks.

Terviseprofili vajalikkus

Rahvastiku tervist on võimalik sihikindlalt arendada ning sotsiaalselt ebavõrdsust tervises ennetada ja vähendada planeeritud sotsiaalsete, majanduslike, ökoloogiliste, intellektuaalsete ja finantsressurssidega. Iga riigi, samuti Eesti kohustus ja ülesanne on rakendada meetmeid ja teha investeeringuid inimeste tervisepotentsiaali arendamiseks ja sotsiaalse ebavõrdsuse vähendamiseks rahvastiku tervises.

Palupera valla arengukava 2007-2015 ja Palupera valla üldplaneeringu 2010- koostamisel on arvestatud nii tervisliku liikumise kui ka säästva arengu põhimõtteid. Nimetatud arengukava käsitleb peamiselt lähitulevikus teostamist vajavaid tegevusi. Seoses valla arenguga on vajalik koostada ka valla terviseprofiil, mis sõnastab valla arengu kaugesmärgid ja näitab suunad eesmärkideni jõudmiseks. Valla terviseprofiil vajab ka edaspidiselt edasiarendamist ning kuna nii tervisliku liikumise kui ka säästva arengu eesmärgiks on tervise ja jätkusuutliku inimarengu tagamine, otsustatigi koostada terviseprofiil, mis katab sisuliselt kõiki eluvaldkondi vallas ning millest lähtuvalt korrigeeritakse tulevikus ka valla arengukava.

Terviseprofili eesmärk

Käesolev terviseprofiil on suunatud kõikidele poliitikutele ja otsuste tegijatele, äriinimestele, omavalitsuse juhtorganitele ja kõigile neile, kes mõjutavad oma otsustega rahvastiku tervist ja selle arengut.

Rahvastiku tervist on võimalik oluliselt rohkem ja tõhusamalt mõjutada, kui otsustajad, elluviijad igal tasandil investeerivad tervisesse ja seda toetavasse infrastruktuuri. Selge pühendumine tervisele ja selle arengule peab olema iga grupi prioriteet ja töö eeltingimus.

Käesoleva profiili eesmärk on sõnastada valla strateegilised arengusuunad ja arengueesmärkideni jõudmise viisid, et tagada Palupera valla tervislik ja jätkusuutlik areng, mis viib elukvaliteedi tõusule. Terviseprofili vastuvõtmisega kohustub Palupera vald rakendama arendustegevuses ja otsuste langetamisel tervislikkuse põhimõtteid. Palupera valla terviseprofiil on koostatud aastateks 2010 – 2015, tegevuskava täiendatakse jooksvalt.

Terviseprofili koostamise protsess

Palupera valla terviseprofili koostamisel lähtuti Tervise Arengu Instituudi juhendmaterjalist „Kohaliku omavalitsuse ja maakonna terviseprofili koostamine. Juhised” (2009).

Palupera valla terviseprofili indikaatorite kogumisele olid kaasatud selleks moodustatud töörühm, allasutuste esindajad ja kõik ametnikud vastavalt oma valdkonna indikaatorite andmete kogumise vajadusele. Palupera vallavalitsuse välistest asutustest osalesid indikaatorite kogumisel Valga Piirkonna Keskkonnakeskus, Päästeameti Lõuna-Eesti Päästkeskus, Lõuna Prefektuuri Valga Politseijaoskonna Otepää Konstaablijaoskond, SA Otepää Tervisekeskus, Eesti Töötukassa Valgamaa osakond. Vallakodanikele oli kättesaadav anonüümne küsitlusleht (vt. Kasutatud kirjandus), mille vastused (20) aitasid teha järeldusi, ettepanekuid terviseprofiliis. Suurem osa indikaatoritest koguti riiklikest statistilistest

andmebaasidest (Eesti Statistika Andmebaas, Tervisestatistika ja Terviseuuringute Andmebaas) ning Statistikaameti kogumikest ja Tervise Arengu Instituudi uuringutest. Keskkonnamõjurite hindamiseks kasutati Palupera valla üldplaneeringu keskkonnamõtjude strateegilise hindamise aruande (2010) raames läbi viidud hindamisi ja analüüse. Kuna juhendmaterjalid toodud indikaatorite kajastamiseks ei olnud kõik andmed Palupera valla kohta kättesaadavad, siis on neid kajastatud analüüsides Valga maakonna andmeid. Osa indikaatoritest on vähe märkimisväärsed, sest näitajad on tagasihoidlikud (nt. rahvastiku rahvuslik jaotus, naabrivalve piirkondade arv) ja seetõttu neid käesolev terviseprofiil ei kajasta üldse. Ametlik statistika naabrivalve olemasolu kohta on MTÜ Eesti Naabrivalvega ühinenud piirkondade või sektorite põhjal. Palupera vallas ametlikult MTÜ-ga Eesti Naabrivalve liitunud sektoreid ei ole. Kahtlemata toimib küldes, väiksemas kogukonnas naabrivalve ka ilma vastava kokkuleppeta.

Mõned indikaatorid, mis omavahel tihedalt seotud, on liidetud ühe indikaatori nimetusse kokku (nt. tööjõus osalemise määr ja demograafiline tööturusurve indeks; kõrgendatud riskiga objektid ja juhtumikorraldusskeemid; kondoomi kasutamine ja HIV-nakkusjuhud; tervist edendavate asutuste all vaadatakse kooli ja lasteaeda koos; tervist edendavatest töökohtadest temaatika kajastatakse aga punktis, mille nimetus – majanduslikult aktiivsed ettevõtted; laste immuniseerimise temaatika on toodud punktis laste ohutu elu ja õpikeskkond). Mõned indikaatorite nimetused on muudetud, et vaadata temaatikat laiemalt (nt. kanepit proovinud õpilaste osakaal on nimetatud indikaatoriks sõltuvusainete tarvitamine; ülekaalulistest kooliõpilastest antakse ülevaade punktis kehaline aktiivsus ja kehakaal).

Terviseprofiili tutvustati Palupera vallavalitsuses, Palupera vallavolikogus ja kohalikus meedias ning dokument on avaldatud Palupera valla kodulehel www.palupera.ee

1.1. PINDALA, ASUKOHT

Palupera vald asub Valga maakonna põhjaosas. Valla üldpindala on 123,61 km², olles üks väiksemaid Valgemaal. Naabervaldadeks on Rõngu, Nõo ja Kambja vald Tartumaal, Valgjärve vald Põlvamaal ning Otepää ja Puka vald Valgemaal. Palupera valla lõunaosa paikneb Otepää kõrgustikule omasel künklikul moreenmaastikul, kus asub looduslikult kaunis järverikas piirkond Päidla. Valla kesk- ja idaosa (Hellenurme ja Palupera) asetseb Kagu-Eesti lavamaal, kus on enamasti tegemist lameda, suuremalt jaolt põllustatud, viljaka mullastikuga moreentasandikuga. Olulisteks pinnavormideks on siin männimetsane Elva jõe orund ja soostunud lammiga Palupera ürgorg.



Kaart 1: Palupera valla ja külade paiknemine (Allikas: Palupera vallavalitsus 2010).

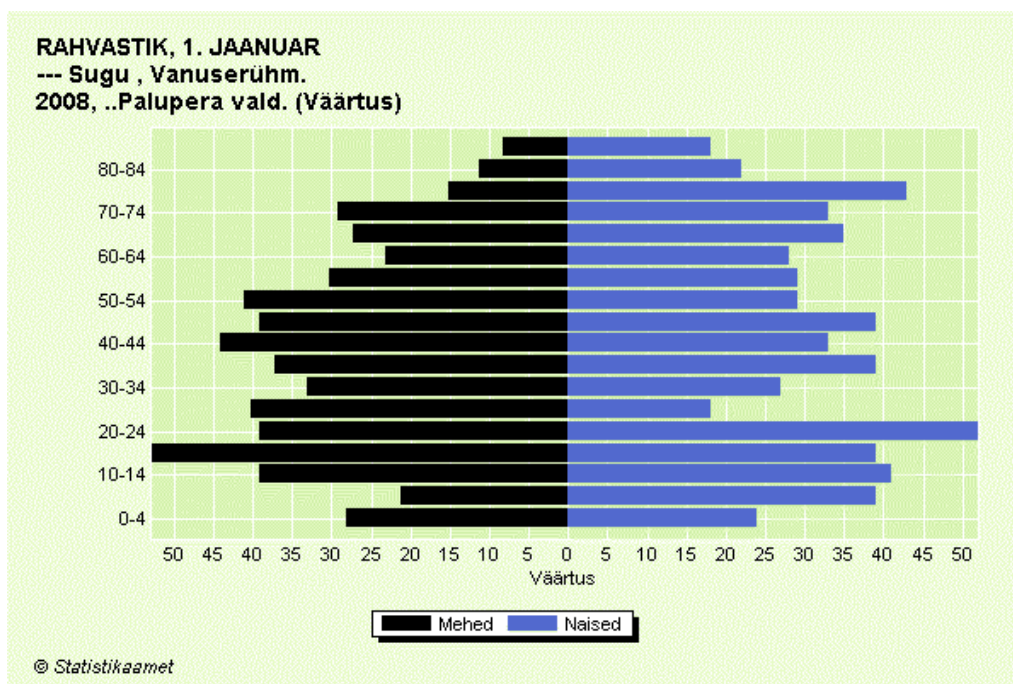
1.2. RAHVASTIKU SOO- JA VANUSEJAOTUS

	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2010
Mehed	597	589	577	571	570	573	569	563	557	561
Naised	629	626	624	614	606	601	591	589	588	577
Mehed ja naised	1226	1215	1201	1185	1176	1174	1160	1152	1145	1138

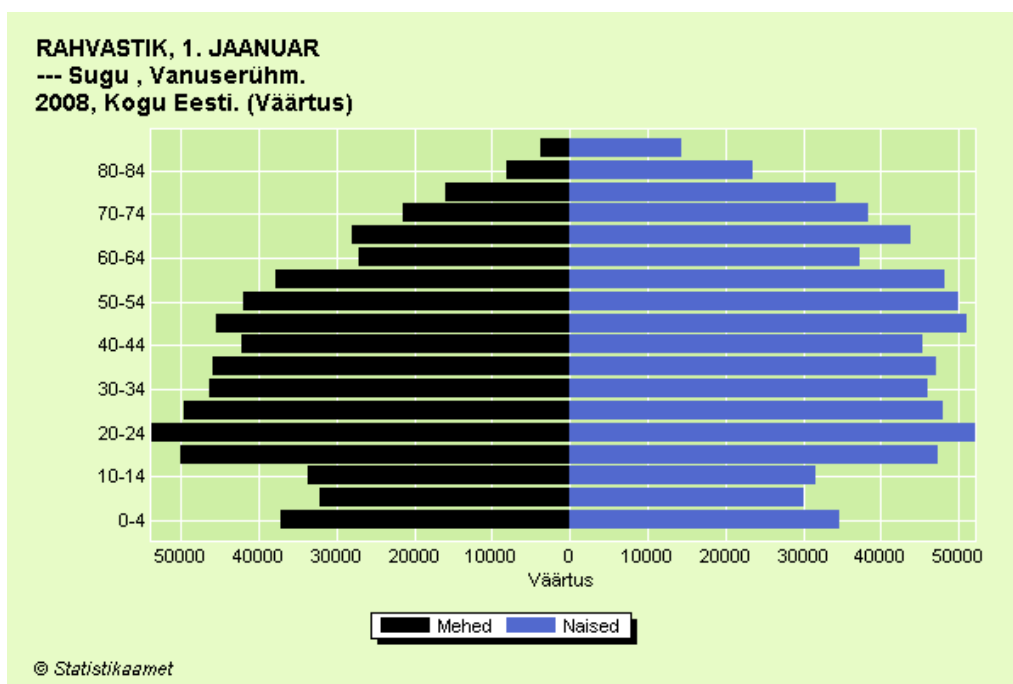
Tabel 1: Palupera valla aastakeskmise rahvaarv, sooline jaotus (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009, Palupera vallavalitsus 2010).



Joonis 1: Palupera valla rahvaarv, sooline jaotus graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).



Joonis 2: Palupera valla rahvastikupüramiid 2008 (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).



Joonis 3: Eesti rahvastiku püramiid 2008 (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Joonisel 2 on kujutatud Palupera valla rahvastiku koosseis vanuselises ja soolises jaotumuses 2008 aastal (rahvastikupüramiid). Võrdluseks on toodud Eesti rahvastikupüramiid samal ajal, joonisel 3. Joonistelt nähtub, et suurima vanuserühma moodustavad 15 – 19-aastased, järgmisena 20 – 24-aastased. Vanemates vanusegruppides meeste osakaal väheneb märkimisväärselt, mis on samasugune trendiga kogu Eestis. Eesti keskmisega võrreldes on Palupera vallas mõnevõrra suurem eakama elanikkonna osakaal, just vanuserühmas 70 – 80-eluaastat. Rahvusliku jaotumuse osas on näitajad Palupera vallas mitteolulised, sest põhiosas on meil esindatud üks rahvus, eestlased.

RAHVASTIK, 1. jaanuaril Palupera vallas, Aasta, Sugu ning Vanuserühm

	0-4	5-9	10-14	15-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85 →
2000																		
M j a N	71	78	101	62	62	72	76	77	78	69	68	79	69	82	72	51	31	28
Mehed	32	44	50	34	35	38	38	43	45	39	35	43	36	27	24	20	7	7
Naised	39	34	51	28	27	34	38	34	33	30	33	36	33	55	48	31	24	21
2001																		
M j a N	66	80	103	71	64	64	77	82	72	67	71	78	66	76	75	47	26	30
Mehed	29	41	56	36	39	32	41	44	41	37	35	44	33	29	22	19	4	7
Naised	37	39	47	35	25	32	36	38	31	30	36	34	33	47	53	28	22	23
2002																		
M j a N	62	76	107	75	62	64	75	78	76	69	68	66	71	71	73	54	25	29
Mehed	25	36	57	36	41	32	38	43	45	37	33	36	36	27	23	19	7	6
Naised	37	40	50	39	21	32	37	35	31	32	35	30	35	44	50	35	18	23
2003																		
M j a N	60	80	92	91	58	60	76	77	80	72	65	60	69	70	71	55	19	30
Mehed	21	39	53	39	40	33	37	44	41	43	34	29	33	34	21	19	5	6
Naised	39	41	39	52	18	27	39	33	39	29	31	31	36	36	50	36	14	24
2004																		
M j a N	58	77	92	95	52	66	71	78	77	73	68	63	67	66	66	55	24	28
Mehed	24	37	51	43	33	36	37	41	40	47	34	31	33	31	22	17	7	6
Naised	34	40	41	52	19	30	34	37	37	26	34	32	34	35	44	38	17	22
2005																		
M j a N	63	71	78	101	62	62	71	75	76	78	66	59	73	63	66	54	32	24
Mehed	30	32	44	50	34	35	37	37	42	45	36	28	39	31	18	16	12	7
Naised	33	39	34	51	28	27	34	38	34	33	30	31	34	32	48	38	20	17
2006																		
M j a N	57	66	80	103	71	64	63	76	81	72	64	64	67	60	62	60	29	21
Mehed	30	29	41	56	36	39	31	40	43	41	35	29	37	28	22	15	11	6
Naised	27	37	39	47	35	25	32	36	38	31	29	35	30	32	40	45	18	15
2007																		
M j a N	57	62	76	107	75	62	64	75	78	75	66	65	54	65	58	57	35	21
Mehed	30	25	36	57	36	41	32	38	43	44	35	31	28	31	21	16	11	8
Naised	27	37	40	50	39	21	32	37	35	31	31	34	26	34	37	41	24	13
2008																		
M j a N	52	60	80	92	91	58	60	76	77	78	70	59	51	62	62	58	33	26
Mehed	28	21	39	53	39	40	33	37	44	39	41	30	23	27	29	15	11	8
Naised	24	39	41	39	52	18	27	39	33	39	29	29	28	35	33	43	22	18
2009																		
M j a N	58	58	77	92	95	52	66	71	78	76	69	62	53	59	58	53	37	23
Mehed	26	24	37	51	43	33	36	37	41	39	43	30	23	28	24	14	10	7
Naised	32	34	40	41	52	19	30	34	37	37	26	32	30	31	34	39	27	16

Tabel 2: Palupera valla rahvastik, sooline ja vanuseline jaotus (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

1.3. ASUSTUSTIHEDUS

Palupera vallas elas 01.01.2010 seisuga 1138 inimest, elanike keskmine tihedus on seega 9,2 in/km². Valla territoorium jaguneb 14 külaks (vaata Kaart 1, lk. 7).

Suuremad külad on Hellenurme (174 inimest), Palupera (199) ja Nõuni (259), kuhu on koondunud üle poole elanikkonnast ning mis on ümbritsevatele küladele esmatasandi keskusteks. Nõuni esmatasandi mõjupiirkond kuulub Otepää teise tasandi mõjupiirkonda, mille keskus on Otepää linn. Hellenurme ja Palupera piirkonnad kuuluvad osaliselt Tartu maakonna Elva ja Rõngu teise tasandi mõju piirkonda.

Keskus	Küla	Tagamaa elanike arv 01.01.2010
Hellenurme		379
	Hellenurme	174
	Mäelooga	44
	Pastaku	45
	Räbi	59
	Urmi	57
Nõuni		480
	Lutike	33
	Makita	23
	Neeruti	73
	Nõuni	259
	Päidla	92
Palupera		279
	Astuverre	17
	Atra	43
	Miti	20
	Palupera	199

Tabel 3: Palupera valla asustussüsteem (Allikas: Palupera vallavalitsus 2010).

RAHVAARV, PINDALA JA ASUSTUSTIHEDUS, 1.jaanuaril – Palupera vald, Aasta ning Näitaja

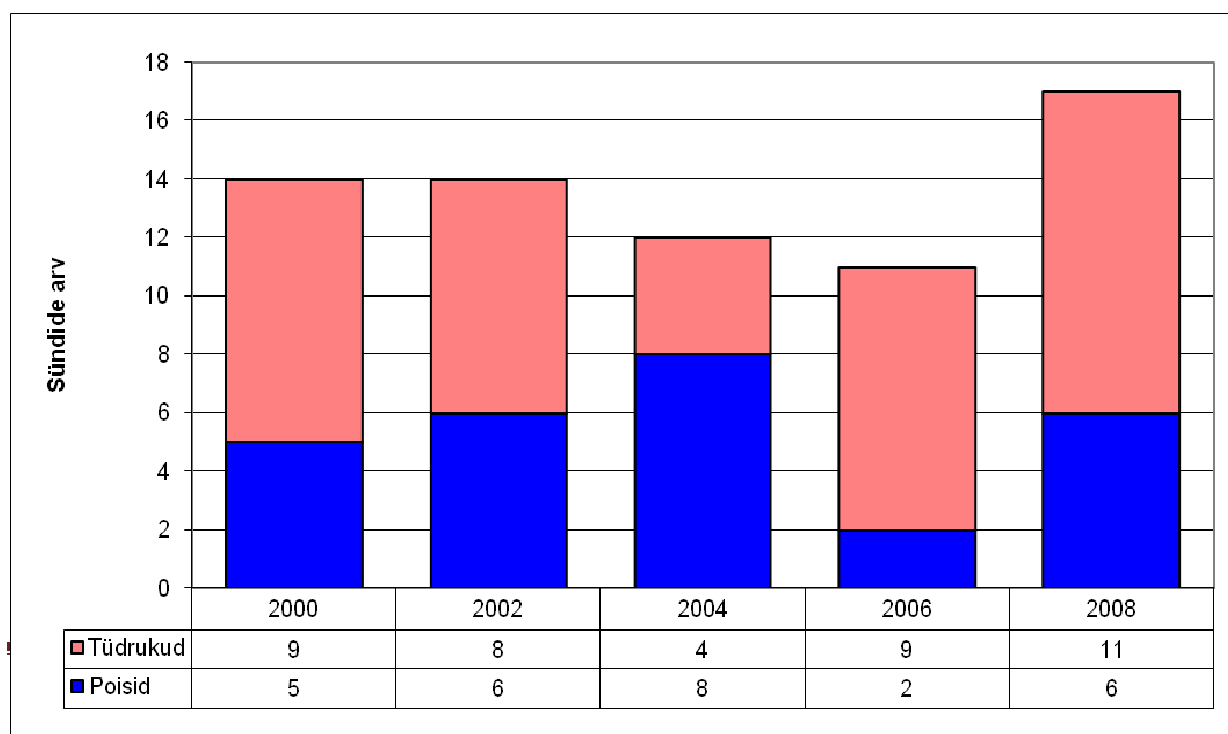
	2005			2006			2007			2008			2009		
	Rahvaarv	Pindala, km ²	Asustihedus, elanikke km ² kohta	Rahvaarv	Pindala, km ²	Asustihedus, elanikke km ² kohta	Rahvaarv	Pindala, km ²	Asustihedus, elanikke km ² kohta	Rahvaarv	Pindala, km ²	Asustihedus, elanikke km ² kohta	Rahvaarv	Pindala, km ²	Asustihedus, elanikke km ² kohta
Palupera vald	1174	123,48	9,5	1160	123,48	9,4	1152	123,48	9,3	1145	123,48	9,3	1138	123,48	9,2

Tabel 4: Palupera valla rahvaarv, pindala ja asustustihedus (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

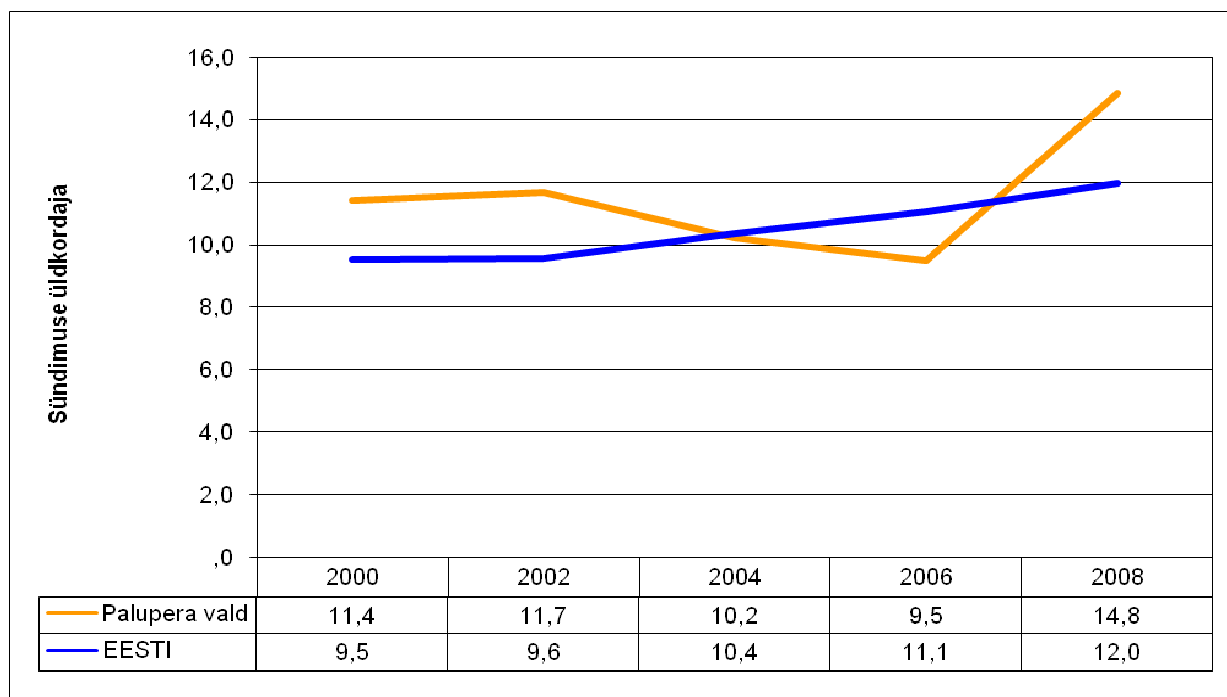
1.4. ELUSSÜNNID PALUPERA VALLAS

Aasta	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Poisid	5	6	8	2	6	8
Tüdrukud	9	8	4	9	11	3
Poisid ja tüdrukud	14	14	12	11	17	11

Tabel 5: Palupera valla elussünnid, sooline jaotus (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009 ja Palupera vallavalitsus 2010).



Joonis 4: Palupera valla elussünnid, sooline jaotus graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).



Joonis 5: Palupera valla ja Eesti sündimise üldkordaja graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

1.5. ELUSSÜNNID EMA VANUSE JÄRGI VALGAMAAL

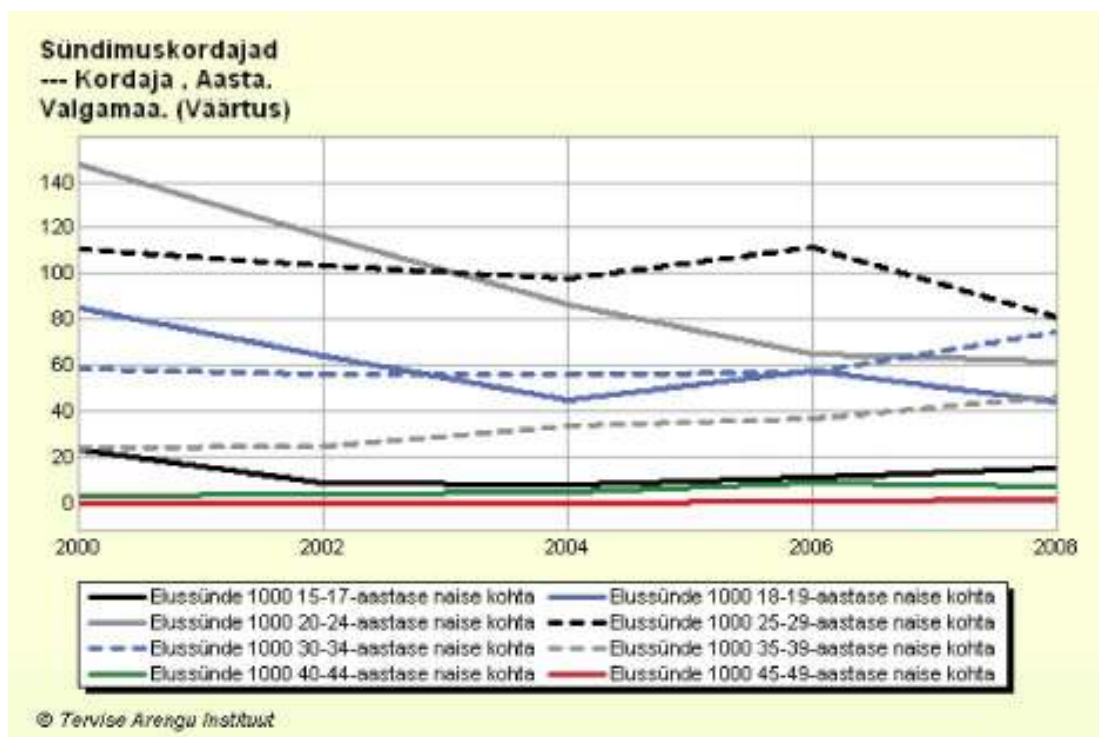
Sündimuse iseloomustamiseks on peale sündimise üldkordaja vajalik analüüsida ka sündimise vanuskordajaid. Sündimise vanuskordaja mõeldab sündimust vanusrühmades. Kordaja on suhtarv, mis võimaldab võrdlust teiste piirkondade ja Eesti vastava näitajaga eeldusel, et ei ole tegemist väga väikese piirkonnaga. Näitaja kirjeldab raseduse ja emadusega kaasnevate vajaduste täitmiseks vajalike sekkumiste kavandamist ja toimunud sekkumiste hindamist (nt emadekool, nõustamisteenused). Tähelepanu tuleb pöörata teismeliste emade ja üle 35-aastaste emade tervisele.

Joonisel 6 on esitatud sündimuskordajate näitajad vanuserühmade lõikes Valgemaal aegreana alates 2000. aastast, esitatuna iga kahe aasta tagant. Palupera valla andmed kinnitavad osaliselt Valgamaa trende sündimise osas.

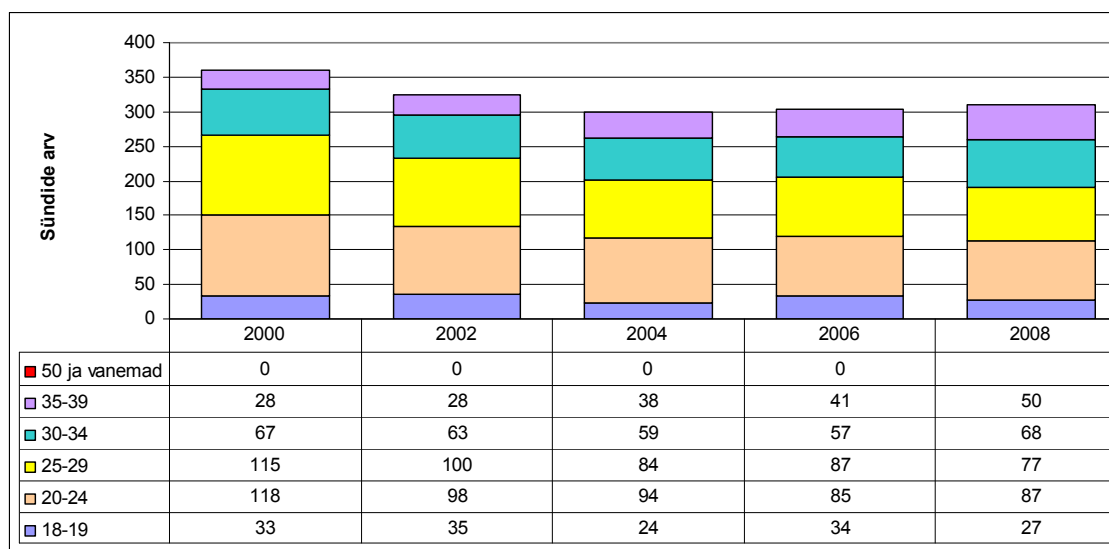
Jooniselt on näha, et Valgemaal on ainukesena tõusutrendil sündivus järjest vanemate emade osas, enim 30 – 34-aastaste naist, pisut vähem 35 – 39-aastaste naiste seas. Palupera vallas on noored emad põhisosas alla 30-aasta vanused, keskmine sünnitaja vanus nimelt 28 aastat. Lapse sünnijärjekorra näitajate põhjal on Valgemaal tõusutrendil just 3., 4. ja 5. lapse peresse

sünd. Seega on selles fertiilse ea vanemas vanusegrupis sündivuse tõusu põhjuseks ilmselt teadlik pereplaneerimine, sotsiaalse turvalisuse tõus, näiteks vanemahüvitis, lasteaiakohtade parem kättesaadavus, positiivsed trendid tööhõives (2008. aastal töökohtade olemasolu, osalise tööaja ja kaugtöö parem kättesaadavus). Kahjuks on palju ka peresid, kus laste hilisema kasvatamisega hätta jäädakse, mis näitab pereplaneerimises just puudujääke.

Olulises langustrendis on fertiilse ea nooremas vanusegrupis sünnitavate emade arv, eriti 20 – 24-aastaste naiste hulgas ning alates 2006. aastast ka 25 – 29-aastaste naiste hulgas. Siin võib põhjusteks olla eelkõige selles eas noorte inimeste väljaränne maakonnast ning sünnitamise edasilükkamine sotsiaalse turvalisuse saavutamise perioodi.



Joonis 6: Valgamaa sündimuskordaja graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

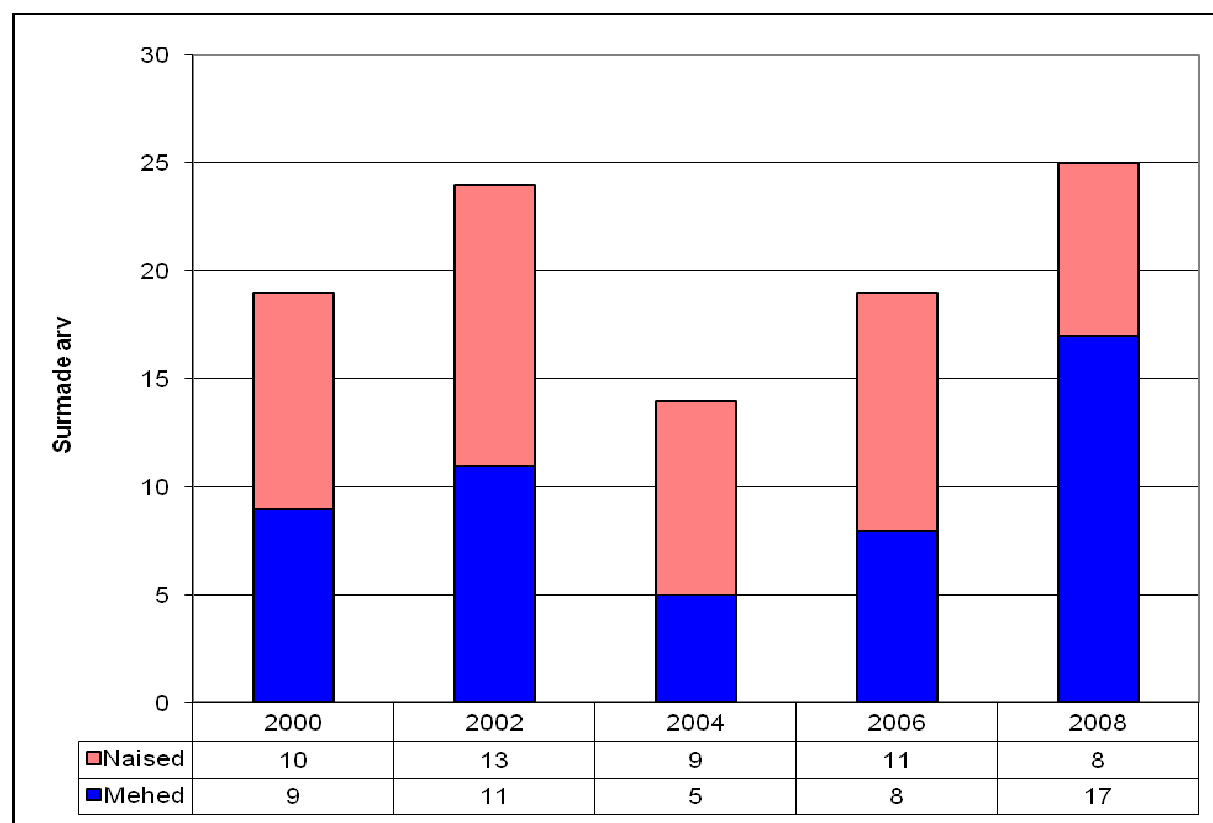


Joonis 7: Valgamaa elussünnid ema vanuse järgi 2000-2008 (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

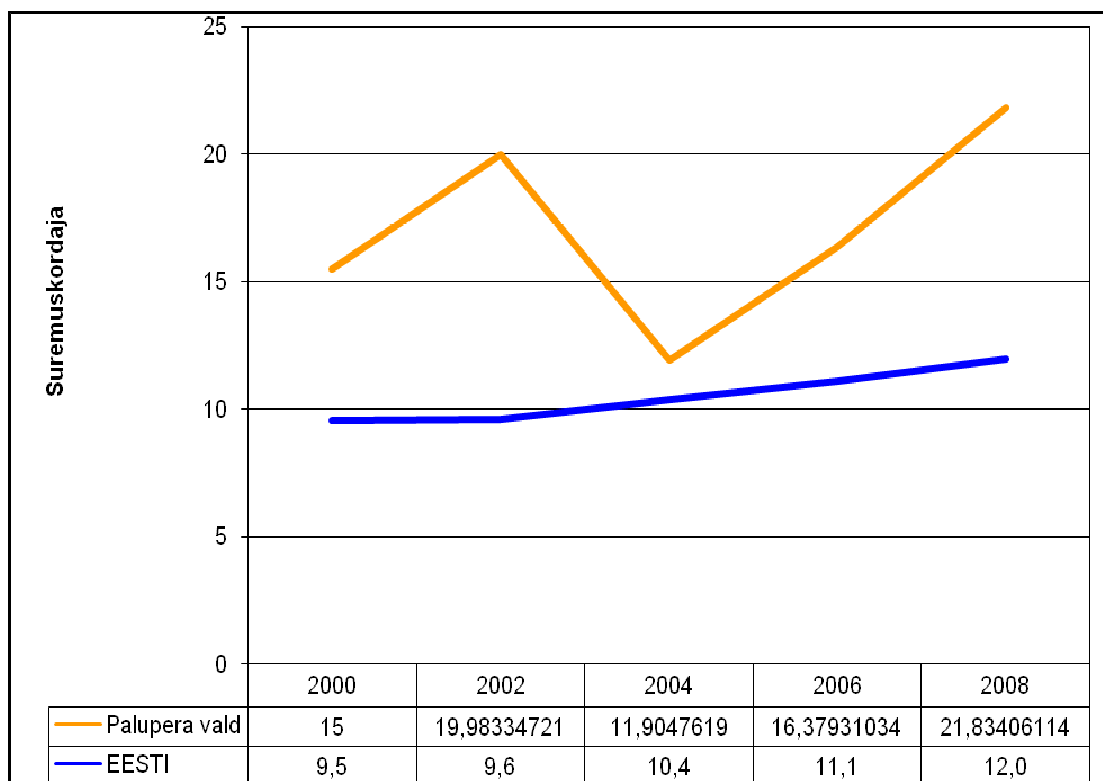
1.6. SURMAD PALUPERA VALLAS

Aasta	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Mehed	9	11	5	8	17	3
Naised	10	13	9	11	8	2
Mehed ja naised	19	24	14	19	25	5
1000 elaniku kohta	15	20	11,9	16,38	21,83	4,35

Tabel 6: Palupera valla surmad, sooline jaotus (Allikas: Surma põhjuste register 2010 ja Palupera vallavalitsus 2010).



Joonis 8: Palupera valla surmad, sooline jaotus graafiliselt (Allikas: Surma põhjuste register 2010).



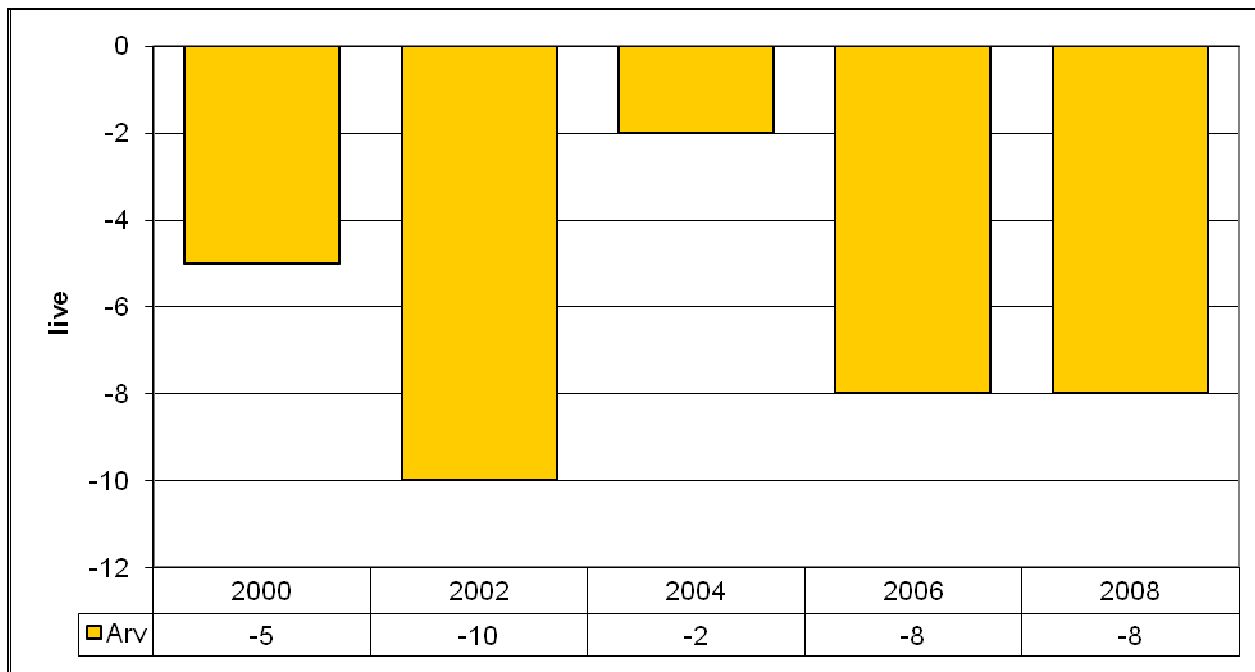
Joonis 9: Palupera valla ja Eesti suremuskordaja graafiliselt (Allikas: Surma põhjuste register 2010, Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Vaatamata sellele, et 2009 aastal on surmade arv Palupera vallas rõõmustavalt vähenenud, ületab sel sajandil aastate keskmine surmade arv (18) siiski keskmist sündide arvu (13). Eesti naiste keskmine eluiga on 4 aastat madalam Euroopa Liidu keskmisest (2008 aastal oli see meil 78 aastat) ja meestel 8 aastat madalam (67 aastat).

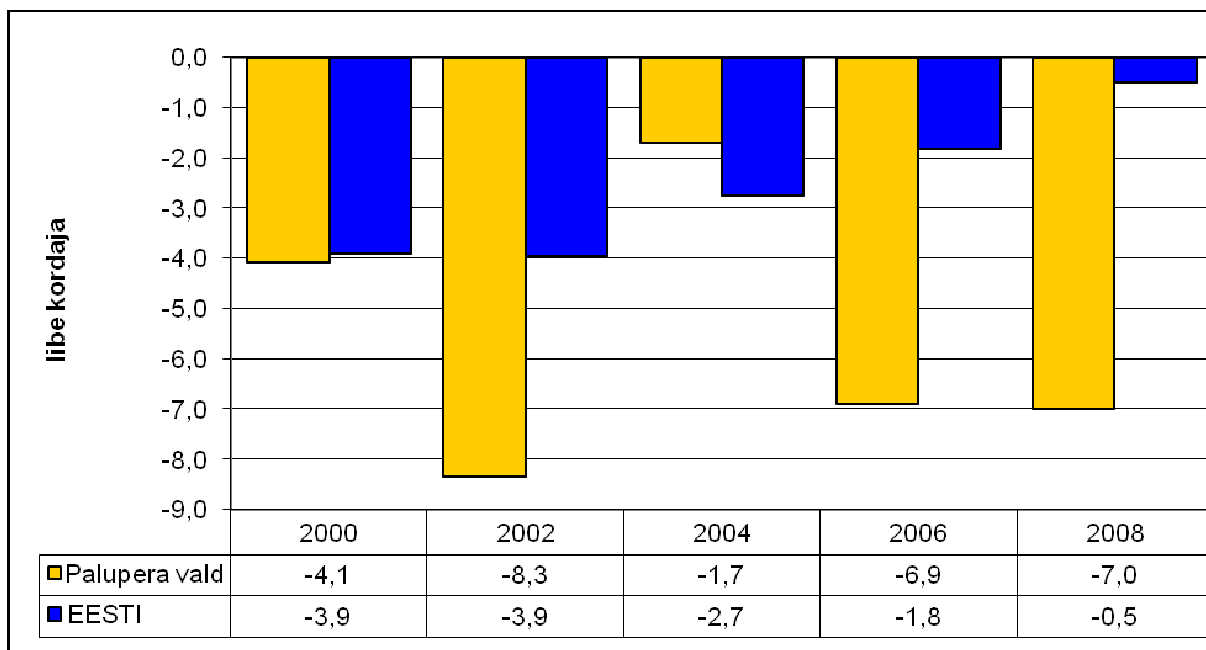
1.7. LOOMULIK IIVE PALUPERA VALLAS

Aasta	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Arv	-5	-10	-2	-8	-8	+6
1000 elaniku kohta	-4,1	-8,3	-1,7	-6,9	-7,0	+5,2

Tabel 7: Palupera valla loomulik iive (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009, Surma põhjuste register 2010 ja Palupera vallavalitsus 2010).



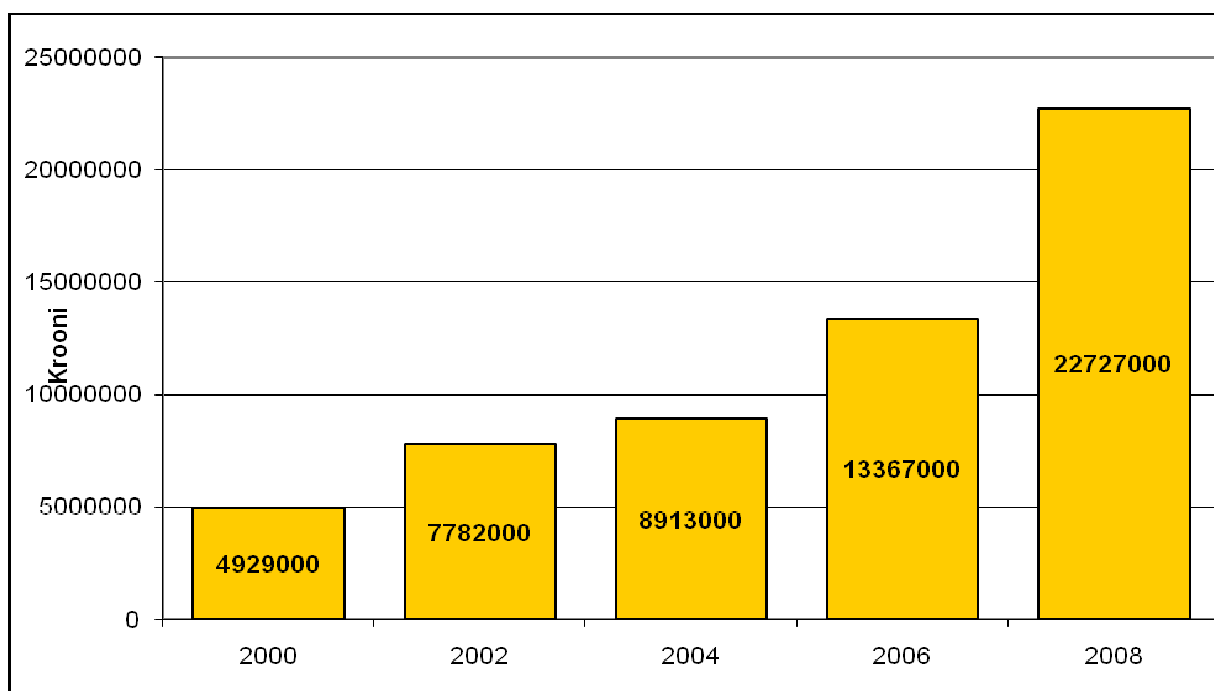
Joonis 10: Palupera valla loomulik iive graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009, Surma põhjuste register 2010).



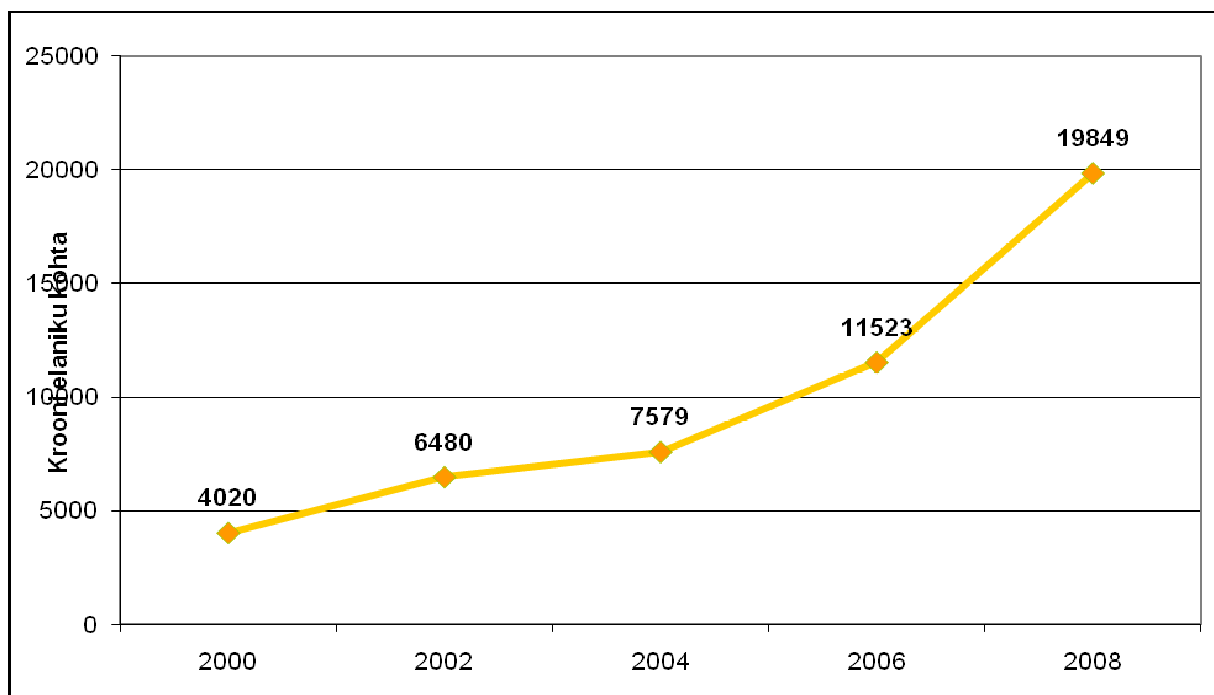
Joonis 11: Palupera valla ja Eesti iibe kordaja graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009, Surma põhjuste register 2010).

Joonisel 11 on esitatud Palupera valla ja Eesti keskmise loomuliku iibe kordaja näitajad 2000. aastast iga kahe aasta järel. Jooniselt nähtub, et Palupera valla loomuliku iibe näitajad on võrreldes Eesti keskmisega aastate lõikes madalamad. Tabelist 7 selgub aga, et 2009 on negatiivne iive asendunud positiivsega, mis ilmselgelt on põhjustatud sündide arvu tõusust ning suremuse näitaja vähenemisest. Positiivset trendi võib oodata ka lähiaastatel, sest valla elanikkonnas on sünnitamisealiste osakaal rõõmustavalt suur. Oluline on, et noored moodustaksid ka püsielanikkonna ega rändaks vallast välja ning oleksid terved.

1.8. KOHALIKU OMAVALITSUSE EELARVE



Joonis 12: Palupera valla eelarve kroonides graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).



Joonis 13: Palupera valla eelarve elaniku kohta kroonides graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Kohaliku omavalitsuse eelarve näitaja terviseprofili tähenduses näitab omavalitsuse rahalisi võimalusi elanikele tervislikuma elukvaliteedi tagamisel. Joonisel 12 on esitatud Palupera valla eelarve suurused alates 2002. aastast, esitatuna näitajaga iga kahe aasta tagant. Arvestades alates 2009. aastast omavalitsuste eelarveid mõjutanud majanduslangust, on oluline lisada näitajate hulka ka 2009. ja 2010. aasta eelarve suurus: 2009 aastal vastavalt siis 22123536 krooni (elaniku kohta 19441 krooni) ja 2010 aastal 14435623 krooni (elaniku kohta 12685 krooni).

1.9. TULUMAKSU LAEKUMINE

Tulumaksu laekumise põhjal on võimalik kirjeldada elanikkonna elatustaset, mis võimaldab omavalitsusel planeerida piirkonna arengut ja investeeringuid. Tabelis on esitatud Palupera valla tulumaksu laekumise näitajad alates 2000. aastast, esitatuna näitajaga iga kahe aasta tagant. Arvestades alates 2009. aastast omavalitsuste tulumaksu laekumisi mõjutanud majanduslangust ning riigi poolt omavalitsustele eraldatava tulumaksuosa vähendamist, on oluline lisada siinkohal ka tulumaksu 2009. aasta laekumine (5890000 krooni) ja Palupera valla poolt 2010. aastaks planeeritav tulumaksu laekumine (5381576 krooni).

Aasta	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Krooni	1116500	1464200	2330049	3929728	6606241	5890000
Krooni elaniku kohta	911	1219	1981	3388	5770	5175

Tabel 8: Üksikisiku tulumaksu laekumine Palupera vallas (Allikas: Palupera vallavalitsus 2010).

1.10. SISSERÄNNE

Sisseränne on tegevus, mille käigus isik asub alaliselt elama uude asustusüksusesse perioodiks, mis kestab või eeldatavalt kestab vähemalt 12 kuud, olles eelnevalt alaliselt elanud teises asustusüksuses. Saabujate arv näitab, palju on kohalikku omavalitsusse elukohavahetusega lisandunud elanikke. Sisseränne jaguneb siserändeks (riigisisene) ja välisrändeks (riikidevaheline).

Palupera valla sisserännet iseloomustab Tabel 9. Palupera valla sisseränne on ligi 100%-liselt riigisisene siseränne.

Aasta	2005	2006	2007	2008	2009
Arv	37	30	23	43	37

Tabel 9: Palupera valla sisseränne arvuliselt (Allikas: Palupera vallavalitsus 2010).

1.11. VÄLJARÄNNE

Väljaränne on tegevus, mille käigus varem alaliselt ühes asustusüksuses elanud isik lahkub sellest asustusüksusest perioodiks, mis kestab või eeldavalt kestab vähemalt 12 kuud. Analoogselt sisserändega eristatakse ka väljarände puhul siserännet (riigisisene) ja välisrännet (riikidevaheline).

Palupera valla väljarännet iseloomustab Tabel 10. Tabelist nähtub, et väljaränne on intensiivistunud vaadeldavatel aastatel. Siin võib küll täheldada välisrände kasvu. Ränne välisriiki on tõusnud Euroopa Liidu riikide tööturu avanemise järel. Töötamine välisriigis on toonud kaasa elukohavahetusi välisriiki. Sageli jääb püsielukoht ja pereliikmed siiski Palupera valda elama.

Aasta	2005	2006	2007	2008	2009
Arv	17	38	41	48	57

Tabel 10: Palupera valla väljaränne arvuliselt (Allikas: Palupera vallavalitsus 2010).

1.12. RÄNDESALDO

Rändesaldo näitab piirkonna rahvaarvu muutust sisse- ja väljarände tagajärjel kindla ajavahemiku (aasta) jooksul.

Negatiivne rändesaldo näitab, et piirkonnast lahkub rohkem inimesi, kui sinna juurde tuleb. Rändesaldo ja loomulik iive moodustavad koguiive – rahvaarvu juurdekasvu või kahanemise piirkonnas. Palupera valla negatiivne rändesaldo ja negatiivne loomulik iive näitab, et Palupera valla elanike arv on langustendentsis, kuigi 2009 aastal oli loomulik iive positiivne. Töökohtade loomine kohapeal, munitsipaallemaluste ehitamine oleks siin oluliseks murdepunktiks.

Aasta	2005	2006	2007	2008	2009
Arv	20	-8	-18	-5	-20

Tabel 11: Palupera valla rändesaldo (Allikas: Palupera vallavalitsus 2010).

1.13. ESMASHAIGESTUMUS PAHALOOMULISTESSE KASVAJATESSE

Esmashaigestumine on protsess, mis näitab haiguse tekkimise kiirust rahvastikus. Esmashaigestumuskordaja väljendab uute haigusjuhtude arvu rahvastiku arvu suhtes mingil kindlal ajavahemikul. Antud indikaator näitab uute pahaloomuliste kasvajate haigusjuhtude hulka populatsioonis teatud ajavahemikul.

Statistiliselt on kättesaadavad indikaator Valga maakonna kohta, kuid see ilmestab ka olukorda Palupera vallas. Valga maakonna esmashaigestumuskordajad pahaloomulistesse kasvajatesse on esitatud Tabelis 12 võrdluses Eesti keskmisega 100 000 elaniku kohta.

Aasta	Sugu	Eesti	Valga maakond
2000	Mehed	459,48	409,59
	Naised	422,39	380,80
2001	Mehed	454,04	387,15
	Naised	430,57	446,19
2002	Mehed	453,00	425,95
	Naised	410,86	417,42
2003	Mehed	469,45	348,99
	Naised	428,03	371,98
2004	Mehed	507,46	424,85
	Naised	449,73	304,46
2005	Mehed	479,23	488,74
	Naised	429,53	360,22
2006	Mehed	546,89	534,63
	Naised	454,76	330,23

Tabel 12: Pahaloomuliste kasvajate haigestumuskordajad 100 000 elaniku kohta kõikides paikmetes soo järgi Eestis ja Valga maakonnas (Allikas: Tervisearengu Instituut 2009).

Tabelist nähtub, et Valgamaal jääb esmashaigestumine pahaloomulistesse kasvajatesse alla Eesti keskmise. Võrreldes haigestumuskordajaid teiste Eesti maakondadega, selgub, et Valga maakonnas on esmashaigestumine pahaloomulistesse kasvajatesse üks madalamaid Eestis, olles näiteks 2006. aastal kõige madalam.

Analüüsidest Valga maakonna esmashaigestumist pahaloomulistesse kasvajatesse paikme järgi selgub, et maakonnas esineb haigestumist pahaloomulistesse kasvajatesse kõige rohkem

- eesnäärmes (Valgamaal 69, tugevas tõustrendis; Eestis 61, samamoodi tõustrendil);
- naissuguelundites (Valgamaal 38, enim emakakehal; Eestis 44);

- hingetorus, bronhides, kopsudes (Valgamaal 35, tõusutrendil; Eestis 49);
- nahal (Valgamaal 35; Eestis 59);
- maos (haigestumuskordaja Valgamaal 2008.a 32; haigestumus tõustrendil; Eestis 32);
- kusepõies (Valgamaal 28, Eestis 15).

Haigekassa kutsub igal aastal naisi emakakaela- ja rinnavähi sõeluuringutele, sihtrühmaks ravikindlustatud naised vanuses 50-62 aastat kaheaastase intervalliga. Naisi vanuses 30-55 aastat kutsutakse emakakaelavähi uuringule viieaastase intervalliga. Kehtiva ravikindlustuse korral on uuringud tasuta. Kel huvi kohe uuringul osaleda, ei pea tingimata kutset ära ootama, vaid sobivamasse tervishoiuasutusse võib registreeruda kogu aasta jooksul, olenemata haigekassa kindlustuspiirkonnast. Rinnavähi varajase avastamise projektis osaleb lähima tervishoiuasutusena Tartu Ülikooli Kliinikum (Vallikraavi 9). Emakakaelavähi varajase avastamise projektis osalevad lähimatest tervishoiuasutustest Tartu Ülikooli Kliinikum ja Valga Haigla. Uuringutel osaledes kingib naine endale kindlustunde!

1.14. ESMASHAIGESTUMUS NAKKUSHAIGUSTESSE, SH TUBERKULOOSI

Nakkushaigustesse haigestumise statistikat eraldi Palupera valla kohta ei ole. Kättesaadavad on andmed Valga maakonna kohta.

Tabelis 13 on välja toodud viimasel kahel aastal (2008 ja 2009) enimlevinud nakkushaigused Valgamaal, nii juhtude arv kui ka esmashaigestumuskordaja 100 000 elaniku kohta.

Nakkushaigus	2008		2009	
	Juhud	Kordaja	Juhud	Kordaja
Salmonelloosid	19	55,0	2	5,8
Tuberkuloos	10	28,9	6	17,5
Läkakõha	1	2,9	20	58,4
Sarlakid	19	55,0	3	8,8
Gonokokknakkus	3	8,7	1	2,9
Suguliselt leviv klamüüdia	11	31,8	1	2,9
Puukentsefaliit	2	8,7	5	14,6
Tuulerõuged	73	211,3	54	157,6
Sügelised	33	95,5	34	99,2

Ülemiste hingamisteede nakkused	4136	11972,4	4659	13597
Gripp	67	193,9	328	957,2
HIV nakkus	0	0	1	2,9
Loomahammustused	33	95,5	31	90,5

Tabel 13: Nakkushaigustesse haigestumiste arv ja haigestumuskordajad 100 000 elaniku kohta Valga maakonnas (Allikas: Tervisearengu Instituut 2010).

Eesti keskmiste näitajate taustal on tõsisemaks piirkondlikuks probleemiks tuberkuloos, mille Valga maakonna näitajad 2008. aastal olid Eestis 3. kohal. Terviseameti andmetel olid 2008. aastal ohurühmaks 30–59-aastased (61,6% haigete üldarvust) ning üle 60-aastased isikud (24,4% haigete üldarvust). Mehed moodustasid 71,8% ja naised 28,2% haigestunudest (Allikas: Terviseameti raport „Nakkushaigused ja immunoprofülakтика 2008”). Samas raportis viidatakse ka Valga maakonna kõrgele tasemele salmonelloosis, kuid 2008. aastal oli tegemist ühekordse iseloomuga juhtumiga maakonna ühes toitlustusasutuses. HIV-nakkusesse nakatumine Valgamaal on üks madalamaid Eestis, 1987 – 2008. a registreeritud kokku 3 juhtu, HIV-tõbe registreeritud samal ajavahemikul 3 juhtu. Puukborrelioosi haigestumus oli 2009. aastal Valgamaal üks väiksemaid Eestis, kuigi Eestis keskmiselt tõsis haigestumus 25,6 %.

1.15. LASTE SURMAD

Tervise Arengu Instituudi juhise kohaselt tuleks antud indikaatori juures analüüsida väikelaste (0 – 4-aastased) surmasid alates 2000. aastast. Kohalike omavalitsuste kaupa pole statistika kättesaadav ning näitajad on ka väga väikesed, siis on otstarbekas analüüsida Valga maakonna vastavaid näitajaid maa-asulades, kuhu kuuluvad ka Palupera valla külad. Näitaja annab võimaluse märgata muutusi laste suremuses ning juhul, kui on olemas andmed laste surmade põhjuste kohta, saab kavandada sekkumisi, näiteks laste õnnetuste ja vigastuste ennetamine. Vaata Tabel 14.

SURNUD. EESTLASED --- Sugu, Asustusüksuse liik, Elukoht, Aasta ning Vanuserühm	
	0-4
Mehed ja naised	
Maa-asulad	
Valga maakond	
2000	1
2001	3
2002	0
2003	0
2004	2

2005	1
2006	0
2007	1
2008	4

Tabel 14: Laste surmad vanuses 0-4 eluaastat Valga maakonna maa-asulates (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Põhjuste kohta andmed puuduvad, kuid subjektiivselt on teada, et enamasti on tegemist olnud õnnetusjuhtumitega.

1.16. SUREMUSKORDAJA VERERINGEELUNDITE HAIGUSTESSE

Antud indikaator näitab vereringe elundite haigustesse surnud inimeste suhtarvu 100000 elaniku kohta. Eesti Statistikaamet esitab andmed suremuskordajate kohta kaheaastaste perioodide kaupa. Suremuskordaja on suhtarv, mis võimaldab võrdlust teiste maakondade ja kogu Eesti vastava näitajaga.

STANDARDITUD SUREMUSKORDAJA 100 000 ELANIKU KOHTA - Periood, Surmapõhjus, Sugu ning Maakond	
	Valga maakond
2002-2003	
Vereringeelundite haigused	
Mehed	763.08
Naised	462.97
..südame isheemiatõbi	
Mehed	519.82
Naised	319.98
..peajuveresoonte haigused	
Mehed	140.43
Naised	97.15
2004-2005	
Vereringeelundite haigused	
Mehed	791.09
Naised	454.18
..südame isheemiatõbi	
Mehed	543.03
Naised	286.08
..peajuveresoonte haigused	
Mehed	130.78
Naised	77.28
2006-2007	
Vereringeelundite haigused	
Mehed	827.86

Naised	429.35
..südame isheemiatõbi	
Mehed	522.74
Naised	257.29
..peaajuveresoonte haigused	
Mehed	121.15
Naised	100.79

Tabel 15: Suremuskordaja vereringeelundite haigustesse Valga maakonnas (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Valga maakonna suremuskordajad vereringeelundite haigustesse meestel ja naistel (aastatel 2002 – 2003: 590,35; 2004 – 2005: 576,52; 2006 – 2007: 588,46 (Eesti Statistikaamet, 08.10.2008) olid Eesti ühed kõrgemad, kahel viimasel statistikaperioodil Eestis teisel kohal. Analüüsides surma põhjusi vereringeelundkonna haiguste kaupa selgub, et südame isheemia tõbi surma põhjusena näitajad on Valgamaal Eesti kõrgeimad, seejuures meeste suremus on kaks korda kõrgem kui naistel.

Vaadates Palupera valla elanike surmapõhjusi läbi aastate, näeme, et ka meie inimeste põhiliseks surmapõhjuseks on vereringeelundite haigused (63%) .

	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Mehed	8	7	1	2	10	5
Naised	7	9	7	7	7	4
Kokku	15	16	8	9	17	9
Surmade arv kokku	19	24	14	19	28	13

Tabel 16: Palupera valla surmad vereringeelundite haigustesse (Allikas: Surma põhjuste register 2010).

1.17. SUREMUSKORDAJA PAHALOOMULISTESSE KASVAJATESSE

Antud indikaator näitab pahaloomulistes kasvajatesss surnud inimeste suhtarvu 100000 elaniku kohta. Palupera valla kohta eraldi pole andmed kättesaadavad, kuid maakondlikud näitajad võimaldavad teha järeldusi ka Palupera valla kohta. Eesti Statistikaamet esitab andmed suremuskordajate kohta kaheaastaste perioodide kaupa. Suremuskordaja on suhtarv, mis võimaldab võrdlust teiste maakondade ja kogu Eesti vastava näitajaga.

STANDARDITUD SUREMUSKORDAJA 100 000 ELANIKU KOHTA - Surmapõhjus, Sugu, Periood ning Maakond

	Valga maakond
Pahaloomulised kasvajad	
Mehed ja naised	
2002-2003	199.03
2004-2005	216.29
2006-2007	192.97

Tabel 17: Suremuskordaja pahaloomulistesse kasvajatesse Valga maakonnas (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Valga maakonna suremuskordajad pahaloomulistesse kasvajatesse on Eesti teiste maakondadega võrreldes keskmisel tasemel.

Vaadates Palupera valla elanike surmapõhjusi läbi aastate, näeme, et meie inimeste surmapõhjuste järjekorras teisena on pahaloomulised kasvajad (17%) .

	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Mehed	1	3	1	2	3	1
Naised	3	1	1	2	1	1
Kokku	4	4	2	4	4	2
Surmade arv kokku	19	24	14	19	28	13

Tabel 18: Palupera valla surmad pahaloomulistesse kasvajatesse (Allikas: Surma põhjuste register 2010).

1.18. SUREMUSKORDAJA VÄLISPÕHJUSTESSE

Antud indikaator näitab välispõhjustesse surnud inimeste suhtarvu 100000 elaniku kohta. Välispõhjused on sõidukiõnnetused, juhuslikud mürgitused, alkoholimürgitus, enesetapp ja rünne. Palupera valla kohta eraldi pole andmed kättesaadavad, kuid maakondlikud näitajad võimaldavad teha järeldusi ka Palupera valla kohta. Eesti Statistikaamet esitab andmed suremuskordajate kohta kaheaastaste perioodide kaupa. Suremuskordaja on suhtarv, mis võimaldab võrdlust teiste maakondade ja kogu Eesti vastava näitajaga.

STANDARDITUD SUREMUSKORDAJA 100 000 ELANIKU KOHTA - Sugu, Periood, Surmapõhjus ning Maakond

	Valga maakond
Mehed ja naised	
2002-2003	
Õnnetusjuhtumid, mürgistused ja traumad	134.14
..sõidukiõnnetused	12.03
..juhuslikud mürgistused	16.55
...alkoholimürgistus	15.12
..enesetapp	39.55
..rünne	13.02
2004-2005	
Õnnetusjuhtumid, mürgistused ja traumad	117.39
..sõidukiõnnetused	11.57
..juhuslikud mürgistused	14.68
...alkoholimürgistus	13.06
..enesetapp	29.73
..rünne	10.43
2006-2007	
Õnnetusjuhtumid, mürgistused ja traumad	105.79
..sõidukiõnnetused	13.59
..juhuslikud mürgistused	12.35
...alkoholimürgistus	10.86
..enesetapp	15.73
..rünne	3.19

Tabel 19: Suremuskordaja välispõhjustesse Valga maakonnas (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Valga maakonna suremuskordajad välispõhjustesse on Eesti teiste maakondadega võrreldes keskmisel tasemel.

Suremuskordajaid välispõhjuste kaupa analüüsidis tuleb esile tuua Valga maakonnas sõidukiõnnetustes surma saamiste näitajate keskmisest kõrgemat taset võrreldes teiste maakondadega. Sõidukiõnnetustes sureb Valgamaal 8 korda rohkem mehi kui naisi.

Standardiseeritud suremuskordaja näitajad enesetapu põhjustel on Valga maakonnas keskmisel tasemel võrreldes teiste maakondadega, seejuures esineb surmaga lõppenud enesetappe meeste hulgas 4 korda rohkem. Samamoodi esineb Valga maakonnas meeste hulgas 4 korda rohkem suremust alkoholimürgistustesse. Analoogsed trendid on aga kogu Eestis.

Vaadates Palupera valla elanike surmapõhjusti läbi aastate, näeme, et meie inimeste surmapõhjuste järjekorras kolmandal positsioonil on välispõhjused – traumad, mürgitused (9%) .

	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Mehed	0	0	1	1	0	0
Naised	0	2	1	1	1	0
Kokku	0	2	2	2	1	0
Surmade arv kokku	19	24	14	19	28	13

Tabel 20: Palupera valla surmad välispõhjustesse (Allikas: Surma põhjuste register 2010).

Ülejäänud vallakodanike surmapõhjused, mis moodustavad kokku küll 11%, on mitmetest erinevatest põhjustest tingituna (nt. suhkrutõbi, kopsutuberkuloos, naha- ja nahaaluskoe haigus, maksatsirroos, soolehaigus jm).

1.19. PROBLEEMID ÜLDANDMETE PÕHJAL

Vanemaealiste meeste osakaal väike.

Suremuse üldkordaja 1,5 – 2,0 korda kõrgem kui Eestis keskmiselt, viimastel aastatel trend veelgi halvenemas.

Loomulik iive on madalam kui Eestis keskmiselt, 2008. aastal oli vahe 14-kordne.

2009. aastast väheneb üksikisiku tulumaksu laekumine.

Valla rahvaarv väheneb stabiilselt, alates 2000. aastast 88 inimese võrra.

Rändesaldo on negatiivne.

Suremus vereringeelundite haigustesse kõrge.

2. SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDSED VÕIMALUSED

Keskmisses eeldatavas elueas ilmnevad jätkuvalt süvenevad lõhed erinevate sotsiaalsete rühmade vahel. Eestis on kõrgharidusega meeste keskmine eeldatav eluiga kuni 13,5 aastat pikem kui põhiharidusega meestel. Kõrgharidusega naistel on tõenäosus elada 19 aastat kauem kui põhiharidusega meestel. Taolisi suuri erinevusi ei leia üheski teises Euroopa riigis. Eksisteerib seaduspärasus, et tervisenäitajatele on iseloomulik sotsiaalne astmelisus –

kõrgeima sissetuleku ja haridustasemega inimeste tervisenäitajad on parimad, keskmisega on need vahepealsed ning madalaima sissetuleku ja haridusega inimestel halvimal – ning seda kinnitavad ka andmed Eesti kohta.

Majandusliku ja sotsiaalse ebavõrdsuse süvenemine Eestis erinevate sotsiaalsete rühmade ja regioonide vahel kajastub tugevalt rahvastiku tervises. Eestis on selgepiiriliselst välja kujunenud kergesti haavatavad sotsiaalsed riskirühmad, kuhu kuuluvatel inimestel, kellel on tervisele ebasoodsamad elu- ja töötingimused, kehvemad võimalused tervislikeks valikuteks ja raskem juurdepääs tervise- ja tervishoiuteenustele, on reeglina tervist ohustav kõrgeenenud riskikäitumine. Just teravnenud sotsiaalsed probleemid ja keskkonnaseisundi vajakajäämised suurendavad tervise kahjustamise riski ning lõhe tervise ebavõrdsuses on jätkuvalt ja kiirelt suurenenas.

Sotsiaalsed ja majanduslikud tingimused avaldavad inimeste heaolule ja tervisele olulist mõju kogu elu kestel. Enamus haigusi ja surmapõhjusi on tavalisemad sotsiaalse hierarhia alumises osas. Sotsiaalne lang tervises peegeldab materiaalsest halvemusest ja kindlusetusest, muretsemisest ja sotsiaalse integratsiooni puudumisest tulenevaid mõjusid. Halvemusolukorrad kipuvad kuhjuma samade inimeste hulgas ning nende mõjud tervisele on kumulatiivsed. Mida kauem inimene elab stressitekitavates sotsiaalsetes ja majanduslikes tingimustes, seda suurem on tema füsioloogiline kulumine. Oluline on mitte üksnes tagada sotsiaalne turvalisus, vaid majandus- ja sotsiaalpoliitika abil ära hoida halvemusolukordade teke.

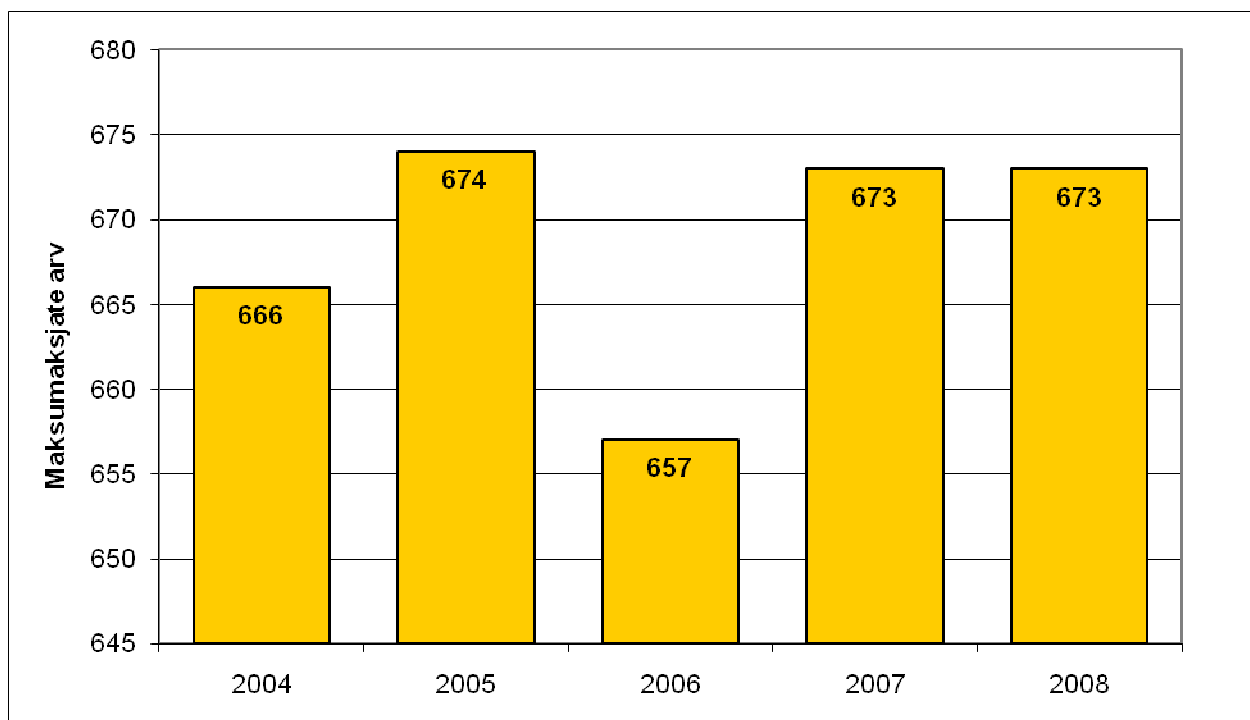
2.1. TÖÖTURU SITUATSIOON

2.1.1 MAKSUMAKSJAD

Maksumaksjatena käsitletakse kohalikus omavalitsuses elavate inimeste arvu, kes tasuvad/peaksid tasuma üksikisiku tulumaksu. Maksumaksjate tegelik osakaal näitab survet maksumaksjale sotsiaalsfääri ülal hoidmiseks.

Aasta	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Arv	666	674	657	673	673	714
%	57%	57%	57%	58%	59%	63%

Tabel 21: Palupera valla maksumaksjad, tööealised isikud vanuses 19-64 (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).



Joonis 14: Palupera valla maksumaksjad, tööealised isikud vanuses 19-64 graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Maksumaksjate osakaalu Palupera valla elanikkonnas iseloomustab Joonis 14 ja Tabel 21. Jooniselt ja tabelist nähtub, et maksumaksjate arv on stabiilselt tõusnud, mis oli ilmselt seotud tööturu positiivsete arengutega. 2009. aastalgi on potentsiaalsete maksumaksjate osakaal suurenenud, mida saab põhjendada noorte jõudmisega tööealisse ikka, sest noorte osakaal on Palupera vallas rõõmustavalt suur. Vaatamata sellele, et töötute arv on samuti kasvanud, pole tulumaksu osas suurt langust olnud. Töökoha omamise puhul on tervise seisukohalt oluline tööga rahulolu. Rahuldust mittepakkuval või ebakindlal tööil on tervisele samasugused mõjud nagu töötuselgi.

Tegelik maksumaksjate arv, kes olles vanuses 19-64 aastat on Maksu- ja Tolliameti andmetel üksikisiku tulumaksu maksjad, on aga hoopis väiksem (kõik ei tööta, on füüsilisest isikust ettevõtjad, kes ei saa tulu jt). Nii oli 2006 aastal 657 võimalikust maksumaksjast tegelikke maksumaksjaid aastas keskmiselt 372 isikut (57%). 2007 aastal tasus 673 võimalikust maksumaksjast üksikisiku tulumaksu keskmiselt 413 isikut (61%), 2008 aastal 673 isikust 412 (61%). 2009 aastal maksis üksikisiku tulumaksu keskmiselt 390 isikut, 714 võimalikust isikust (55%). Seega on ka Palupera vallas majanduslangus maksumaksjate arvu langetanud, vaatamata sellele, et potentsiaalsete maksumaksjate arv on tõusnud.

2.1.2 KESKMINE BRUTOTULU

Vaadates Eestimaa mastaapides, joonistub olulise trendina välja olukord - mida kaugemal asub omavalitsusüksus Tallinnast, seda madalam on brutotulu. Meestöötajate kuukeskmine brutotulu on kaugusega Tallinnast tugevamini seotud kui naistöötajate oma (korrelatsioon

vastavalt -0,62 ja -0,54). Vanusegrupiti on palgatöötaja kuukeskmise brutotulu kaugusega Tallinnast kõige tugevamini seotud 25 – 49-aastastel ja kõige nõrgemini alla 24-aastastel.

Kõige kõrgem oli 25 - 49-aastaste palgatöötajate kuukeskmise brutotulu, see oli Eesti keskmisest suurem igal aastal. 50 - 62-aastaste palgatöötajate keskmine brutotulu oli Eesti keskmisest veidi madalam. Kuni 24-aastaste ning vähemalt 63-aastaste puhul oli see Eesti keskmisest üle 2000 krooni väiksem (*Allikas: Maksu- ja Tolliamet, kogumikust „Linnad ja vallad arvudes 2008”*).

Analüüsidest Palupera valla brutotulude suurust vanuserühmades, joonistuvad samad trendid (vt Tabel 22). Palupera valla keskmine brutotulu 2008. aastal oli 10 742 krooni. Vanaduspensioniealised töötavad inimesed saavad 25 – 49-aastastest 3600 krooni vähem palka ja keskmisest brutotulust 2200 krooni vähem. Samamoodi on alla 25-aastaste noorte brutotulu ligi 4700 krooni võrra väiksem kui 25 – 49-aastastel ning 3300 krooni väiksem valla keskmisest brutotulust.

BRUTOTULU - Palupera vald, Aasta, Näitaja, Sugu ning Vanuserühm																								
	Palgatöötaja kuukeskmise brutotulu, krooni												Brutotulu saajad, arv											
	Mehed ja naised				Mehed				Naised				Mehed ja naised			Mehed			Naised					
	Alla 25	25-49	50-62	63 ja vanemad	Alla 25	25-49	50-62	63 ja vanemad	Alla 25	25-49	50-62	63 ja vanemad	Ala 25	25-49	50-62 ja vanemad	Ala 25	25-49	50-62 ja vanemad	Ala 25	25-49	50-62 ja vanemad	63 ja vanemad		
2005	464	715	487	399	517	790	495	382	410	623	482	41	31	206	58	15	16	114	23	7	15	92	35	8
2006	604	861	660	464	697	1007	742	391	500	699	589	52	47	226	68	13	25	122	32	6	22	105	36	7
2007	721	1057	846	580	748	1193	982	475	696	892	746	68	62	243	73	14	30	133	31	7	32	110	42	7
2008	741	1210	945	854	829	1418	1047	812	654	996	864	88	57	236	79	15	28	120	35	6	29	116	44	9

Tabel 22: Palupera valla elanike keskmine brutotulu saajate arv, saajate sooline ja vanuseline jaotus kroonides (*Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009*).

Tabelis 22 on toodud Palupera valla 2008. aasta brutotulu saajad vanuserühmade ja soo kaupa. Kui Tabelist 23 selgub, et naised on töötavate inimeste hulgas mõnevõrra rohkem ning võib oletada, et see on ilmselt seotud meeste varase suremuse või kehvema tervisega vanemas eas, siis Tabelist 22 nähtub, et meeste osakaalu vähenemine töötavate inimeste hulgas on märkimisväärne just vanuses 50 – 62-elu-aastat ja vanemad. Naised vanuses 25-49 eluaastat on rohkem tööturult eemal eeldatavasti laste sünni tõttu. See trend pole aga Eestis tervikuna mitte nii, sest just linnades on töötavate naiste osakaal vanuses 25-49-elu-aastat suurem kui meestel. Oluline on ka märkida, et 7 % vanaduspensionäridest (15 isikut 215-st) töötavad, mis võimaldab selles vanusegrupis tervist edendavaid sekkumisi kavandada näiteks töökohtade kaudu.

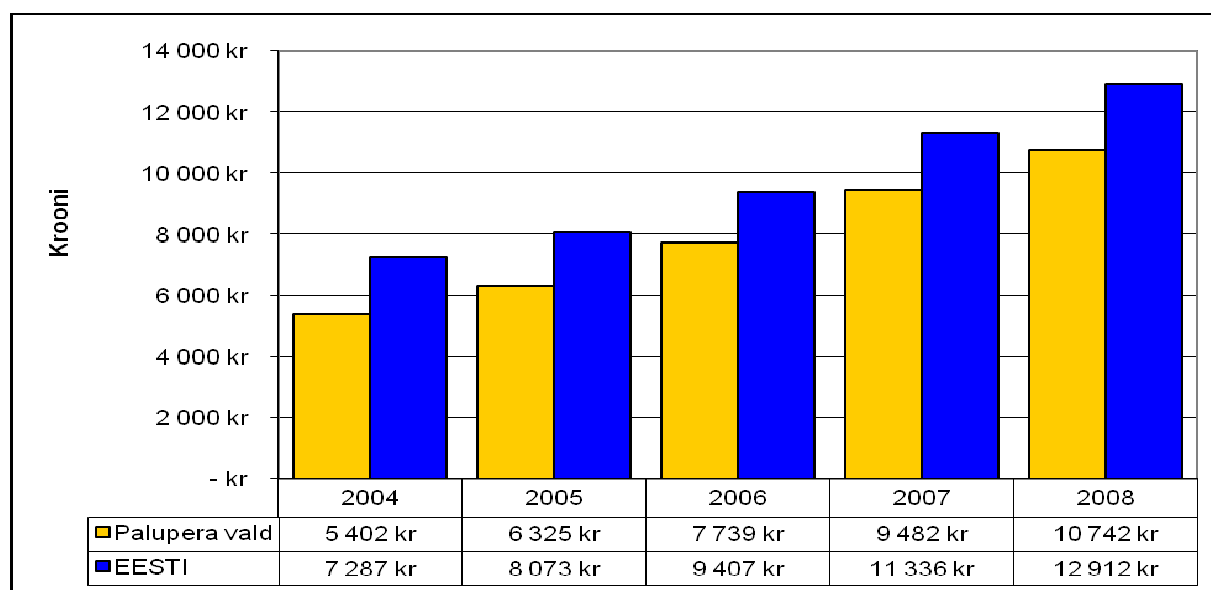
BRUTOTULU - Aasta, Palupera vald, Näitaja ning Sugu						
	Palgatöötaja kuukeskmise brutotulu, krooni			Brutotulu saajad		
	Mehed ja naised	Mehed	Naised	Mehed ja naised	Mehed	Naised
2004	5 402	5 792	4 957	251	134	118
2005	6 325	7 033	5 576	310	159	150
2006	7 739	8 947	6 429	355	185	170
2007	9 482	10 702	8 202	392	201	191
2008	10 742	12 427	9 128	386	189	197

Tabel 23: Palupera valla brutotulu saajate arv, brutotulu suurus ja sooline jaotus (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Positiivsetest trendidest tuleb esile tuua, et brutotulude saajate arvu üldise kasvu ajal 2003 – 2007. a (Eestis keskmiselt 29,4 %) oli suurim kasv Valga maakonnas (39 %). Järgnesid Harju maakond 35 % ja Võru maakond 33 %. Valga maakonnas toimus brutotulude saajate arvu tõus eelkõige valdades suurusjärgus 50 – 130 %. Palupera vallas tõusis 2003 – 2007. a brutotulude saajate arv 57 %, samas kui Eestis keskmiselt 29,4 % (Allikas: Maksu- ja Tolliamet, kogumikust „Linnad ja vallad arvudes 2008”).

Analüüsidest meeste ja naiste osakaalu brutotulude saajate hulgas (Tabel 23), ehk siis kui palju mehi ja naisi on palgatööl, selgub, et Palupera vallas on naiste osatähtsus palgasaaajate seas natuke suurem ning tõuseb stabiilselt. 2008. aastal oli Palupera vallas naisi palgasaaajate hulgas 51 %. Samasugused trendid on aga kogu Eestis, naisi keskmiselt 52 %.

Kuigi naiste osakaal brutotulu saajate hulgas on suurem, siis vastupidiselt on nende brutotulu suurus väiksem (Tabel 23). 2008. aastal oli Palupera vallas naiste keskmine brutotulu 3299 krooni võrra väiksem meeste keskmisest brutotulust. Eelnevaid aastaid aga võrreldes on tulude erinevuse suurenemine tõusutrendis. Samad trendid on ka kogu Eestis, kuid maakondade võrdluses olid meeste ja naiste palgaerinevused Valga maakonnas ja Kagu-Eestis üldse keskmisest väiksemad.



Joonis 15: Palupera valla keskmine brutotulu suurus kroonides graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Keskmise brutotulu näitajad kirjeldavad omavalitsuse suhtelist jõukust, mis määrab kohaliku eelarve omatulude mahu elaniku kohta. Kui vaadata näitajat koos maksumaksjate osakaaluga elanikkonnast (indikaator ptk 2 punkt 1 alapunktis 1.7), siis aitab see kirjeldada võimalusi teenuste planeerimiseks ning arvestada paikkonna inimeste maksujõulisust. Suuremate tulude korral on suuremad võimalused avalikke teenuseid arendada ja paremad võimalused planeerida investeeringuid tulevikku.

Jooniselt 15 nähtub, et Palupera valla keskmise brutotulu suurus on kasvanud iga aastaga. Samas jääb see järjest enam alla Eesti keskmisele, vahe suureneb iga aastaga, ulatuses 2004. aasta 1885 kroonist 2008. aasta 2170 kroonini.

2004 - 2008. aastal tõusis Valga maakonna keskmine brutotulu eelkõige valdade arvelt, Palupera vallas oli see tõus näiteks 5340 krooni. Tõus seega 99 %, Eestis keskmiselt 76 %. Siin sai oluliseks kindlasti uue tööandja sünd vallas – Lõuna-Eesti Hooldekeskus.

ja netokuupalk maakonnas:

	Keskmine netokuupalk, krooni
Valga maakond	
2000	3 038
2001	3 280
2002	3 581
2003	3 719
2004	4 220
2005	4 913
2006	5 646
2007	6 721
2008	7 484
2009	7 478 (Eesti 10 179)
Märkus:	
Hõlmatud on töölepingu, teenistuslepingu ja avaliku teenistuse seaduse alusel töötajad.	

Tabel 24: Valga maakonna keskmine netotulu kroonides (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

2.1.3 MIINUMUMPALGA SAAJAD

Antud indikaatori puhul analüüsitakse miinimumpalka saavate töötajate osakaalu tööl käivatest inimestest. Näitaja on oluline, kuna tegemist on potentsiaalses vaesusriskis elavate inimeste grupiga. Näitaja võimaldab kavandada vajalike teenuste ja toetuste võrku ning hulka.

Aasta	Tegelik maksumaksjate arv, aasta keskmine	Miinumipalga saajad neist, aasta keskmine (arv,%)
2006	372	77 (21%)
2007	413	73 (18%)
2008	412	75 (18%)
2009	390	81 (21%)

Tabel 25: Palupera valla maksumaksjad ja miinumipalga saajad (Allikas: Maksu- ja Tolliamet 2010).

Seega on viimastel aastatel keskmiselt iga viies tegelik maksumaksja Palupera vallas miinumipalga saaja. Vaesusrisk on seda kõrgem, kui miinumipalga saajaid on ühes leibkonnas mitu.

2.1.4 MAJANDUSLIKULT AKTIIVSED ETTEVÕTTED

Majanduslikult aktiivsete üksuste/ettevõtete all peetakse silmas statistilisse profiili kuuluvaid ettevõtteid. Statistiline profiil on majanduslikult aktiivsete üksuste (äriühingute, füüsilisest isikust ettevõtjate, asutuste, mittetulundusühingute) kogum, mida Statistikaamet kasutab majandusstatistika üldkogumina 1994. aastast. Statistiline profiil moodustakse majandusüksuste statistilise registri andmete põhjal. Majandusüksuste statistiline register on loodud juriidiliste registrite — äriregistri, mittetulundusühingute ja sihtasutuste registri, maksukohustuslaste registri ning riigi- ja kohaliku omavalitsuse asutuste riikliku registri — andmete alusel. Statistilist registrit uuendatakse aasta jooksul juriidiliste registrite andmete ning ettevõtjatele ja teistele üksustele saadetavate spetsiaalsete küsitluslehtede põhjal. Uuendatud statistiline profiil valmib 1. novembriks. Seda kasutatakse sama aasta aastastatistika ja järgmise aasta lühiajastatistika koostamisel. Sinna kuuluvad kõik vaatlusperioodil tegutsenud üksused, k.a üksused, mis tegutsesid vaatlusperioodil vaid osa ajast.

Näitaja kirjeldab potentsiaalseid töökohti kogukonnas. Ettevõtete arvu kasv näitab, et omavalitsuses on ettevõtluse arenguks piisavalt perspektiivi. Ettevõtte suuruse alusel saab vaadata, kas piirkonnas on palju ettevõtlikke inimesi, kes eelistavad olla ise ettevõtjad (suur arv väikese töötajate arvuga ettevõtteid) või eelistavad piirkonna inimesed olla palgatöötajad (väike arv väikese töötajate arvuga ettevõtteid).

Ettevõttes töötavate inimeste arvu järgi jagunevad ettevõtted: mikroettevõtte (0-9 töötajat), väikeettevõtte (10-49 töötajat), keskettevõtte (50-249 töötajat), suurettevõtte (üle 250 töötaja).

Ettevõtluse arendamise eesmärgiks on töökohtade tekkeks tingimuste loomine ning seeläbi tööhõive suurendamine, sotsiaalse ja sissetulekuvaesuse leevendamine, inimestele sotsiaalse

turvatunde loomine, valla jõukuse kasv ning võimaluste avarumine vallaelanikele kvaliteetsete teenuste osutamiseks.

Peale majanduse restruktureerimist ning vaikelu aastatel 1990-1998, toimus jõuline areng sotsiaalhoolekande sektoris. Hoogustus ehitustegevus. Palupera vallas puuduvad suurettevõtted, siin prevaleerivad väikese suurusega, kuni 50 töötajaga ettevõtted. Vaid MTÜ Hellenurme Mõis pakub tööd üle 50 inimesele.

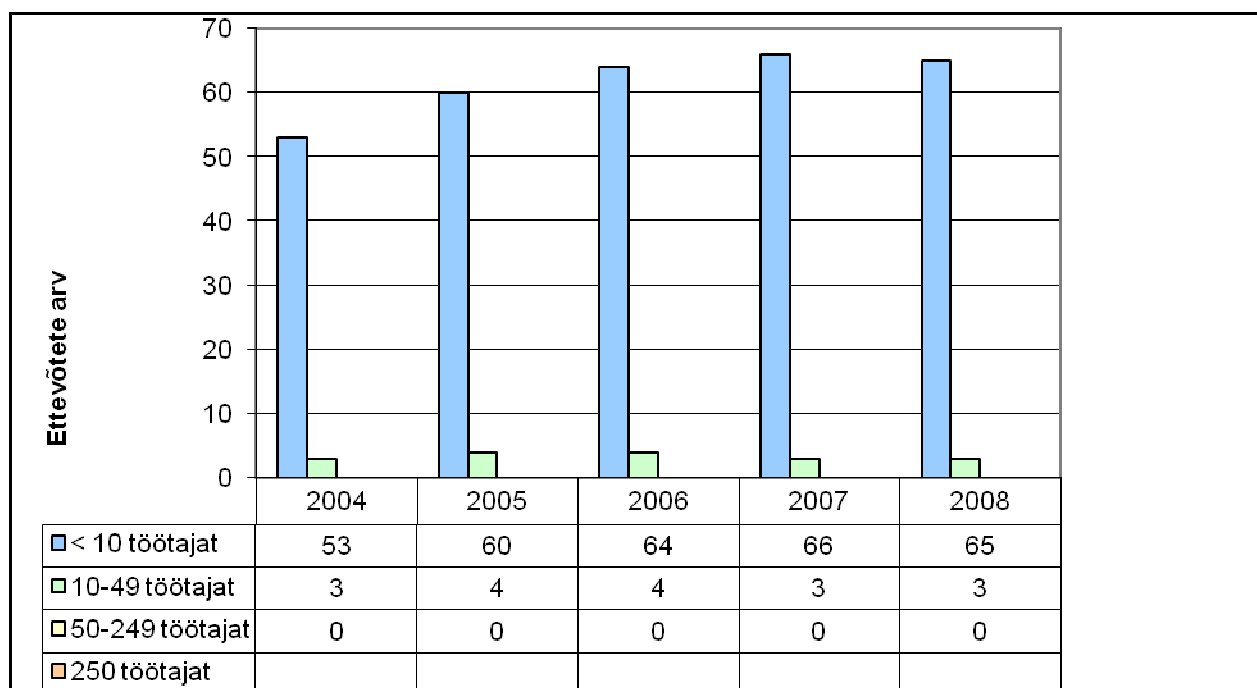
Palupera vallale on sobilik vähest materjalimahukust ja enam kvalifitseeritud tööjõudu nõudev keskkonnasõbralik innovaatiline väikeettevõtlus.

Ettevõtluse kasv Palupera vallas võiks olla hoogsam. Enam tuleb rõhku asetada soodsa ettevõtluskliima arendamisele, milleks on vajalik:

- pikaajaliste arengustrateegiate alusel investeerimiskeskonna arendamine investeringute turvalisuse tagamiseks;
- ettevõtluse arendamiseks vajalike infrastruktuuride väljaehitamine;
- tihe koostöö erasektoriga;
- konkurentsivõimelise tööjõu koolitamine.

Palupera vallas on suurimad tööandjad põllumajandusettevõtted Tasemix OÜ, OÜ Nõuni Taimekasvatus, OÜ Palupera Agro, OÜ HELDE PM TOOTMINE, puidu- ja tehnikafirmadest OÜ Nõuni Puit, OÜ Hiiesalu Grupp, OÜ Vahemetsa Puit, ELH Palkehituse OÜ, Estonian Log Houses OÜ, Lutike Laast OÜ, teenindavatest ettevõtetest MTÜ Hellenurme Mõis, OÜ Agrimix, MERILO GRUPP OÜ, Nõuni Autoremont OÜ jt. Turismi teenindussfääris on tuntumaiks ettevõtteks Leigo Turismitalu. Tegutsemist jätkab SINA Kodumajutus (OÜ Kirmatsi). Turismiga tegeleb veel ka Mesilinnu Saloon (Agera OÜ).

Teenindusasutuste võrk on arenemas. Teenindajateks võib pidada vee-ettevõtjat OÜ Palu-Teenus, OÜ Hellenurme Veskit (töötav jahuveski, ekskursioonid jm.), MTÜ Hellenurme Mõis (sotsiaalteenus), MTÜ Avatud Hellenurme Noortekeskus (vaba aeg), Best Music OÜ (muusikaline teenus), Paber&Pliats OÜ (kontori-ja koolitarvete müük) ja mitmed füüsilisest isikust ettevõtjad (veoteenused, traktoritööd). Ühiskondliku toitlustamisega tegelejat vallas pole, v.a.turismitalude külastajatele pakutav teenus. Toitlustaja, kes oma teenuseid pakub ettetellimisel on aga arenev Lande Grillikoda OÜ.



Joonis 16: Palupera valla ettevõtete arv töötajate arvust lähtuvalt graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Joonisel 16 on kujutatud majanduslikult aktiivsete üksuste/ettevõtete arv Palupera vallas 2004 – 2008. aastal. Jooniselt nähtub, et tõusutrendil on mikroettevõtete arv. Teiste ettevõtete arv ei ole muutunud või pole märkimisväärne. Statistikaameti andmebaas ei kajasta veel MTÜ Hellenurme Mõisat, kus nüüd üle 50 töötaja.

Vaadeldes piirkonna ettevõtluse arengut Eesti kontekstis, selgub, et aastal 2006. aastal oli kõige suurem ettevõtete sündimäär Valga maakonnas, kus 2006. aastal alustas äriiga 16,8 % Eesti ettevõtetest. Enim sündis uusi ettevõtteid Valgamaa valdades, Palupera vallas oli ettevõtete sündimäär madalamas grupis (7 %). Eesti keskmine ettevõtete sündimäär 2006. aastal oli 15,5 % ja Harju maakonnas 15,7 %. Ettevõtte sünd on ettevõtte tegutsemiseks vajalike tootmistegurite (tööjõud, maa, kapital) kombinatsiooni loomine tingimusel, et teised ettevõtted selles sündmuses ei osale. Sünd ei ole ettevõtte teke ühinemise, jagunemise, eraldumise või restruktureerimise tulemusel. Samuti ei peeta sünniks juhtumit, kus ajutiselt mittetegutsev ettevõtte taasalustab tegevust kahe aasta jooksul pärast tegevuse peatamist. Ettevõtete keskmine sündimäär on sündinud ettevõtete osa majanduslikult aktiivsete üksuste kogumis (Allikas: Eesti Statistikaamet, kogumikus „Linnad ja vallad arvudes 2008”).

2006. aastal sündinud ettevõtete tegevusvaldkondadest Eestis oli kaubandusettevõtete suurim sündimäär Valga maakonnas (21,2%). Tööstusettevõtete sündimäär oli Valga maakonnas Eestis üks väiksemaid. Teistes tegevusvaldkondades oli alustavatest ettevõtetest rohkem esindatud Valga maakonnas finantsvahendus (Eestis 2. kohal), ehituses, veonduse, laonduse ja sidevaldkonnad, tervishoius ja sotsiaalhoolekandes ning isikuteeninduses.

2006. aastal olid aga Valga maakonnas ka suurimad muutused ettevõtete surmades ehk tegevuse lõpetamistes. Maakonnas oli 2006. aastal ettevõtete surmamäär võrreldes eelmise aastaga 2% ja oli riigi keskmisest tunduvalt väiksem, veidi üle 5% ehk siis ettevõtete tegevuste lõpetamine oli väiksem kui 2005. aastal ja Eestis keskmiselt. Eestist enim langes ettevõtete surmamäär Valgamaa valdades. Tegevusvaldkondadest oli tegevust lõpetanud ettevõtete osakaal Valga maakonnas suurim hulgi- ja jaekaubanduses.

Valga maakonnas registreeritud ja 2007.aasta raamatupidamise aastaaruande esitanud primaarsektoris tegutsevate äriühingute pingereas, kel käive üle 1 miljoni krooni oli 45 esimese hulgas ka neli Palupera valla ettevõtet – Agrimix OÜ (5.), OÜ Palupera Agro (20.), PEDAJAS FOREST OÜ (35.) ja Tasemix OÜ (36.). Alla miljoni krooni pingereas oli 20 esimese seas Moiraks OÜ (4.). Sekundaarsektoris tegutsevate äriühingute pingereas, kel käive üle 1 miljoni krooni olid Palupera vallast OÜ Hiiesalu Grupp (29.), Benedictus Grupp OÜ (58.) ja OÜ Nõuni Puit (90.). Alla miljoni krooni pingereas oli 45 esimese seas Palupera vallast EESTI-WEST OÜ (18.), HELLENURME VESKI OÜ (20.), Lutike Laast OÜ (41.) ja Ratalis OÜ (45.). Tertsiaarsektoris tegutsevate äriühingute pingereas, kel käive üle 1 miljoni krooni oli Palupera valla äriühingute järjestus - VEVASI OÜ (26.), ALION EST PL OÜ (58.), Pinnasetööde OÜ (106.), Leigo Turism OÜ (109.), Paber&Pliiats OÜ (161.). Alla miljoni krooni pingereas oli Palupera valla äriühingute järjestus - MERILO GRUPP OÜ (14.), Nõuni Autoremont OÜ (27.), Best Music OÜ (29.), Lande Grillikoda OÜ (114.). (Allikas: Raamatupidamise aastaaruannete töötłusi Valga maakonnas 2007, Valga Maavalitsus, 2009).

Palupera valla ettevõtetel olid aastad 2004-2007 majanduslikult tulusad ja aktiivsed enamustel. Majanduslanguse tingimustes viimastel aastatel see pilt kindlasti nii rõõmustav pole.

Näitaja/aasta	2004	2005	2006	2007
Raamatupidamise aruande esitanud äriühingute arv	20	27	38	40
Bilansside kogumaht kroonides	19 000 930	75 140 467	85 986 921	117 154 236
Müügitulu kroonides	19 217 004	25 465 512	35 170 188	80 681 188
Aruandeaasta puhaskasum (-kahjum)	-49 225	4 023 605	4 422 180	11 287 618

Tabel 26: Palupera vallas registreeritud äriühingute bilansiandmed 2004-2007 (Allikas: Raamatupidamise aastaaruannete töötłusi Valga maakonnas 2007, Valga Maavalitsus, 2009).

Tööandjad on kahjuks vähe motiveeritud süsteemsemaks investeringuks töötajate rekreatsiooni ja tervisekaitsesse. Tööandjapoolne töökoha riskianalüüs on uus suund, mille arendamisse peab investeerima ka riik läbi nõustamise ja koolituste.

Tervist edendavate töökohtade ideoloogia sai alguse 1984. aastal Ameerika Ühendriikides. 1996. aastast on moodustatud Euroopa tervist edendavate töökohtade võrgustik (European Network for Workplace Health Promotion – ENWHP), millega liitus ka Eesti Tervise Arengu Instituut. 2005. aastal moodustati ka Eestis tervist edendavate töökohtade võrgustik, mida juhtis 2005. aastal Tervishoiuamet koostöös Tervise Arengu Instituudiga. 2005. aastal liitus võrgustikuga ca 20 ettevõtet, kelle esindajaid koolitati tervise, elukvaliteedi ja töötervishoiu küsimustes. Toimus ka hulga huvitavaid diskussioone. Tervist edendavate töökohtade põhimõte seisneb töökeskkondades terviseohtude vältimises ja töötaja tervise kaitses, töötingimuste kohandamises töötaja võimetele, tervise edendamises ja esmatasandi tervishoius. Arvestada tuleb iga töökoha planeerimisel inimese elukvaliteedi aspektidega, mis tähendab füüsilist, psüühilist ja sotsiaalset heaolu töökeskkonnas, mida ei saa mõõta ainult tööõnnetuste ja kutsehaiguste esinemise põhjal. Töötajad otsivad enam töökeskkondi, kus pööratakse tähelepanu nende elukvaliteedile – olgu see sooja toidu kättesaadavus tööpäeval, tubakavaba keskkond vms. Samuti otsivad töötajad ka organisatsioonide motivatsioonisüsteemidest enda jaoks lisaks rahalistele ressurssidele võimalusi tegeleda kehalise treeninguga. Tervist edendava töökoha üheks eesmärgiks on vähendada kutsehaiguste ja tööst põhjustatud haiguste osakaalu suurenemist Eestis, seoses sellega tõsta töötajate terviseteadlikkust, tõstes seeläbi töötajate elukvaliteeti ja töövõimet.

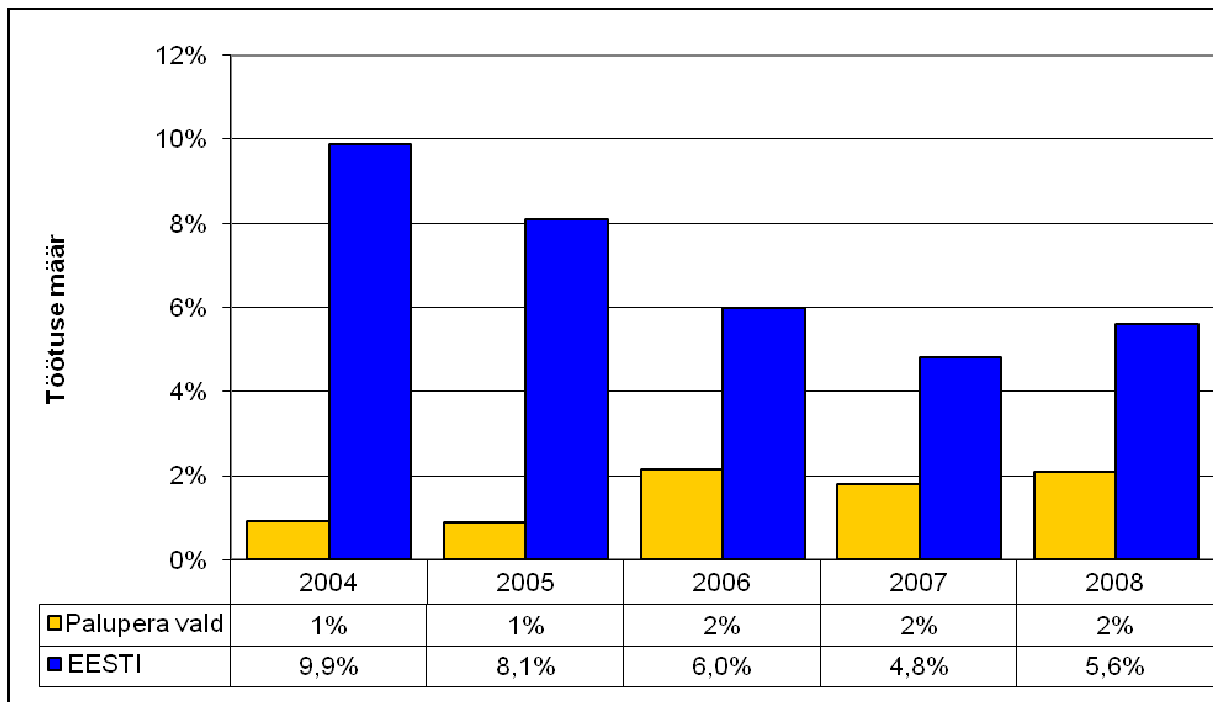
2.1.5 TÖÖTUS

Töötute ja nende perekondade terviseriskid ja enneaegse surma risk on oluliselt kõrgemad töötavate inimeste omadest, ka siis, kui teised tervisemõjurid on positiivsed. Töötuse mõjud nii vaimsele kui ka füüsilisele tervisele on seotud psühholoogiliste ja rahaliste probleemidega. Töötuse peamisteks põhjusteks on töökohtade vähesus, madal haridustase, sobiva kvalifikatsiooniga töökohtade puudus aga ka alkoholism, õpitud abitus ja soovimatus töötada.

REGISTREERITUD TÖÖTUD – Palupera vald, Aasta ning Kuu	
	Jaanuar
2005	6
2006	14
2007	12
2008	14
2009	19
2010	48

Tabel 27: valla registreeritud töötute arv (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Palupera



Joonis 17: Palupera valla ja Eesti registreeritud töötute arv graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Töötuse all käsitletakse Eesti maakondlikus Töötukassas registreeritud töötute arvu ja töötuse määra. Töötuse määr ehk tööpuuduse määr näitab töötute osatähtsust tööjõus. Töötus on üks terviseriskidest, millest lähtuvalt on omavalitsusel võimalus planeerida ja käivitada eriprogramme töötusega kaasnevate sotsiaal- ja terviseriskide maandamiseks (näiteks erinevad kursused, nõustamisteenused, koolitused, töökohtade loomine, tervisteenuste tagamine tervisekindlustuseta isikutele jm).

Töötuna arvelevõtmiseks tuleb pöörduda isiklikult sobivasse Töötukassa osakonda konsultandi vastuvõtule, võttes kaasa kehtiva isikut tõendava dokumendi, viimast töösuhet ja selle lõpetamise põhjust tõendava dokumendi ning töötuskindlustushüvitise taotlemisel ka tööandja tõendi. Üldjuhul tekib registreeritud töötule ravikindlustus alates 31. töötuks registreerimise päevast. Osaledes aga töötukassa suunamisel juba enne tööturukoolitusel, tööharjutusel või –praktilal, tekib ravikindlustus esimesest osaletud päevast. Neile inimestele, kes saavad töötuskindlustushüvitist või töötutoetust, hakkab ravikindlustus kehtima päevast, mil vastava toetuse saamise õigus tekib.

Tabelis 27 on kujutatud Palupera valla töötute arv aastatel 2005-2010 ja Joonisel 17 töötuse määr aastatel 2004 – 2008. Töötuse andmed on vastava aasta 31. detsembri seisuga, va. 2010. aasta, kus andmed 30.04.2010 seisuga. Kahjuks on Palupera vallas töötuse määr kasvanud – 2009 aastal vastavalt 2,8% ja 2010 aastal juba 7%.

Töötuse määra puhul arvutatakse välja töötute osakaal aastakeskmisest tööealisest elanikkonnast.

Palupera valla töötuse trendid on samasugused Eesti keskmisega, 2009. aasta lõpp, 2010. aasta algus toimus järsk töötuse tõus. Põhjustest - Palupera vallas pole olemasolevad ettevõtted oma tööd ükski lõpetanud, küll aga on töötajate arvu vähendatud ja töötasusidki alandatud. Tulumaksu laekumise järgi võib aga järeldada, et need muudatused pole õnneks mitte eriti märkimisväärsed.

Valga maakonna töötuse määr oli 2009. aasta lõpuks 16,6 %, 2010. aasta jaanuari lõpuks 17,3 %. Palupera vallas oli 2010. aasta aprilli lõpuks töötute arv 48 inimest, neist 80 % kuulus töötuse riskirühma, ehk isikute hulka, kellel on oluliselt raskem tööturule tagasi pöörduda. Riskirühma kuuluvad osaliselt töövõimetus, noored vanuses 16 – 24, 55-aastased ja vanemad, vanglast vabanenud, pikaajalised töötud (üle 1 aasta). Riskirühma töötute puhul on tööturule naasmiseks vaja panustada oluliselt rohkem erinevatesse tööturumeetmetesse ja sotsiaalprogrammidesse.

Kui vaadelda töösuhte lõppemise põhjuste statistikat Valgamaal, siis nähtub, et oodatult ei ole esikohal koondamine, vaid töösuhte lõppemine töötaja algatusel ja tähtajalise töölepingu lõppemine. Nimetatud küsimus on olulise tähtsusega, kuna töösuhte lõppemine töötaja algatusel ja tähtajalise töölepingu lõppemisel ei anna töötule õigust töötuskindlustusele, seega on need töötud oluliselt kehvemas materiaalses olukorras. Töötute olukorda raskendab veel asjaolu, et kui töötuse alguses on neile abiks töötuskindlustushüvitis, siis selle kestus on kuni üheksa kuud ning pikaajalised töötud peavad hakkama saama toimetulekutoetusega.

Kõrvuti töötutega on kasvanud ka tööil käivate inimeste hulk, kellele hakkama saamine tekitab suuri raskusi. Palkade langus ja osaajaga töötamine on vähendanud oluliselt ka hõivatud inimeste sissetulekut. On võimalik, et töötavate inimeste leibkonnas on ka töötuid, mistõttu kogu-sissetulek on ikkagi langenud. On ka neid, kellel on kaelas ametlikust statistikast välja jäävad laenud ja seetõttu võib leibkond saada küll raha, aga sund-kulutused võtavad suure osa tuludest.

Riikliku töövahendussüsteemi poolt osutatud tööturuteenused Valgamaal:

Passiivsed meetmed:	2007	2008
Said töötü abiraha	648	784
Aktiivsed meetmed:		
Suunatud tööturukoolitusele	217	197
Tööandjale makstud toetuse abil tööle rakendunud töötud	3	4
Töötute arv, kes said toetust ettevõtlusega alustamiseks	8	19
Said karjäärinõustamist	336	442
Tööpraktikale suunatud	20	9

Tööharjutusele suunatud	54	27
Pikk tööharjutus*	-	25
Psühholoogiline nõustamine*	-	1

Tabel 28: Riikliku töövahendussüsteemi poolt osutatud tööturuteenused Valgamaal (Allikas: Tööturuameti Valgamaa osakond 2009).

*Märkus: * Lisaks registreeritud töötutele osutati teenuseid ka töötuna mitteregistreeritud isikutele läbi programmi „Kvalifitseeritud tööjõu pakkumise suurendamine 2007-2013“.*

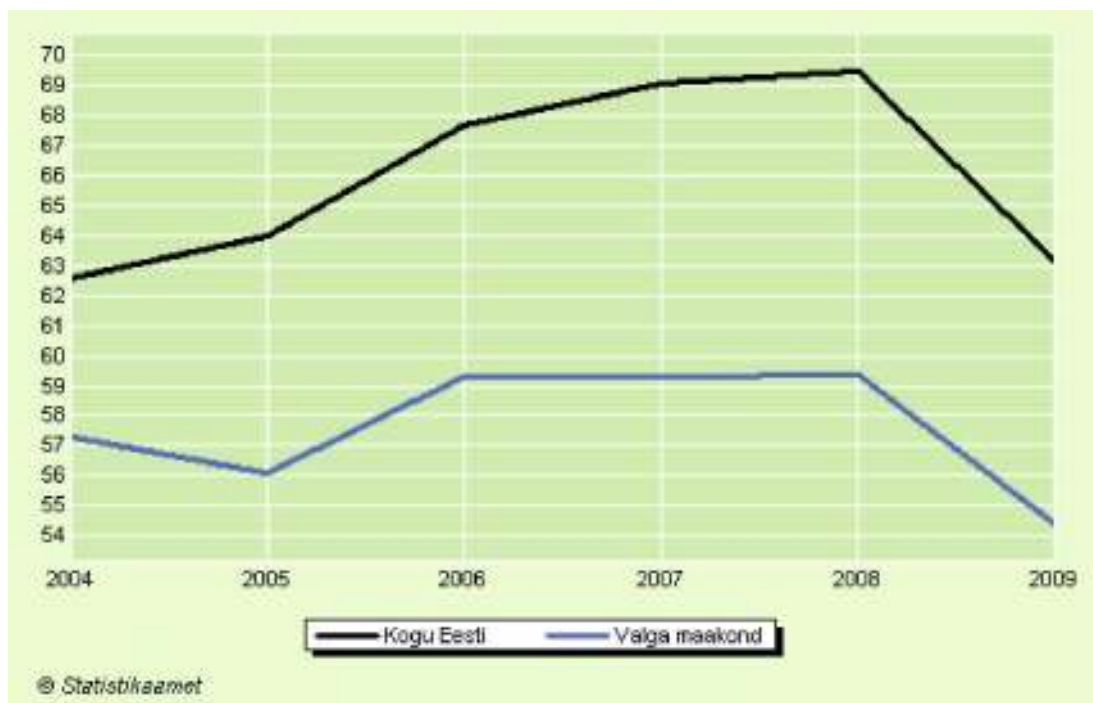
Töötuse vähendamiseks tuleb toetada ettevõtlust, et luua uusi töökohti. Selleks oleme aktiivselt jaganud infot EAS, Leader-meetme, Tööturumeetmete, karjäärinõustamine jm toetuste kohta nii potentsiaalsetele alustajatele, kui ka tegutsevatele ettevõtlikele. Probleemiks on ka noorte töötute madal haridustase, ameti puudumine ja kes on nüüd, kooli pooleli jätnuna endid töötuks registreerinud. Innustame ka neid haridusteed jätkama. Erinevaid sotsiaaltoetusi saab omavalitsus maksta töötule vastavalt seadusandlusele ja omavalitsuses kehtestatud õigusaktidele. Toetuste tutvustamise kaudugi oleme ise suunanud vallakodanikke end töötutena vormistama, mis tagab mõneks ajaks abivajajale sotsiaalsed garantiidki. Seega oleme arvamusel, töötute nimistuga tutvudes, et töötute arvu kasv meie vallas on põhiosas seotud juba tegelikult pikka aega olnud töötute isikute vormistamiseni jõudmisega. Aktiivne töötute vajab tööotsimiseks suhteliselt vähe abi ja oma ettevõtluse alustamiseni jõuab siiski veel väike osa. Osalesime 2010 aastal Sotsiaalministeeriumi poolt lähiajal väljakuulutataval vaesuse ja sotsiaalse tõrjutuse vastu võitlemise projektikonkursil, et luua võimalusi töötuks jäänutele ettevõtlusega alustamiseks ja iseseisvalt toime tulekuks. Küsitluslehtedelt laekunud ettepanekutest vajaksid meie töötud enam ka ümberõppe võimalusi (õmblemine, pottsepatöö jm). Hankeid välja kuulutades ei saa aga kahjuks kohalik omavalitsus küll hindamiskriteeriumites eelistada oma valla töötuid, isegi mitte ettevõtteid.

Eesti Vabariigi Presidendi kõnest iseseisvuspäeval 2010: „Ärgem petkem end lootusega, et tööpuudus hakkab kiiresti kahanema. Kakskümmend aastat tagasi tabas Soomet samasuguse ulatusega majanduslangus. Siis taastus majanduskasv kahe aastaga, ent tööhõive hakkas oluliselt kasvama alles kuuendal aastal....Meil on kohustus säilitada tööta jäänud inimeste eneseväarikust. Abi saamine pole vääritud. Mitteabistamine on vääritud. Tööpuuduse üks valusaid tagajärgi, vaesus, puudutab eriti lapsi”.

Eneseväarikas elu on võimalik ka töötuna. Teema on aktuaalne olnud ajast-aega. Nii kirjutas A.H.Tammsaare oma „Töde ja õigus”, I osas, 1926. aastal juba : „päevi saab vaene inimene igal pool näha...”.

2.1.6 HÕIVATUS

Töökoha olemasolu on oluline tervisemõjur, seetõttu võimaldab kirjeldatud näitaja planeerida töökohaga seotud tervisesekumisi.



Joonis 18: Tööhõivemäär Eestis ja Valga maakonnas graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2010).

Hõivatute osakaalu kohta kohalike omavalitsuste kaupa eraldi statistika pole kättesaadav. Järgnevalt analüüsitakse Valga maakonna hõivatute näitajaid. Jooniselt 18 nähtub, et Valga maakonna hõivatute osakaal tööealisest rahvastikust viimaste aastate 60 % lähedasest suuruselt on 2009. aastaks langenud 54 %. Hõivatuid ametirühmade ja soo järgi analüüsid selgub, et Valga maakonnas kuulus 2009. aastal 70 % meestest nõ sinikraede hulka (teenindus- ja müügitöötajad, oskus- ja käsitöölised, seadme- ja masinaoperaatorid, lihttöölised). Naiste hulgas on nõ sinikraede ja valgekraede (ametnikud, juhid, spetsialistid, tehnikud) osatähtsus võrdne.

2009. aastal olid Valgamaal mehed valdavalt hõivatud erasektoris (84,5 %). Naiste hõivatus era- ja avalikus sektoris oli pea võrdne, vastavalt 52,7 ja 47,3, kuid varasematel aastatel olid naised oluliselt suuremal määral hõivatud erasektoris (60 – 70 %). Avalikus sektoris töötamisega on seotud ka naiste väiksem brutotulu.

2.1.7 TÖÖJÕUS OSALEMISE MÄÄR. DEMOGRAAFILINE TÖÖTURUSURVE INDEKS.

Tööjõus osalemise määr (aktiivsuse määr) näitab tööjõu osatähtsust tööealisest rahvastikust. Töötud koos töötavatega moodustavad majanduslikult aktiivse rahvastiku, ülejäänud mitteaktiivse rahvastiku. Majanduslikult passiivne ehk mitteaktiivne rahvastik — isikud, kes ei soovi töötada või ei ole selleks võimelised. Majanduslikult aktiivne rahvastik ehk tööjõud — isikud, kes soovivad töötada ja on võimelised töötama (hõivatute ja töötute summa).

Valga maakonna tööjõus osalemise määr on viimastel aastatel 65 – 66 % olnud, jäädes Eesti keskmisele alla 8 %. Seega 35 % Valgamaa tööealisest elanikkonnast kas ei saa töötada tervise või muudel põhjustel või ei soovinud töötada.

DEMOGRAAFILINE TÖÖTURUSURVEINDEKS, 1. JAANUAR – Palupera vald, Aasta ning Näitaja				
	Rahvaarv (arvestatud rännet)	Rahvastik vanuses 5-14	Rahvastik vanuses 55-64	Demograafiline tööturusurveindeks
1989	1 326	197	184	1.07
2000	1 229	182	148	1.23
2001	1 232	188	143	1.31
2002	1 204	186	135	1.38
2003	1 197	186	126	1.48
2004	1 161	178	125	1.42
2005	1 170	153	127	1.20
2006	1 192	158	126	1.25
2007	1 184	148	114	1.30
2008	1 160	150	113	1.33
2009	1 151	149	118	1.26

Märkus:
Haldusüksuste andmed vastavalt 2009. aasta 1. jaanuari haldusjaotusele.
Rahvaarv: 1989. aastal rahvaloenduse andmed, 2000. aastast rahvaarv, arvestatud rännet.
1989.-2008. aasta andmed on korrigeeritud 10.07.2009.

Tabel 29: Palupera valla demograafiline tööturusurveindeks (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

ÜLALPEETAVATE MÄÄR, 1. JAANUAR – Palupera vald, Aasta ning Näitaja				
	Rahvastik vanuses 0-14	Rahvastik vanuses 15-64	Rahvastik vanuses 65 ja enam	Ülalpeetavate määr
2000	253	712	264	72.6
2001	259	720	253	71.1
2002	250	701	253	71.8
2003	247	705	245	69.8
2004	232	691	238	68.0
2005	216	715	239	63.6
2006	227	733	232	62.6
2007	216	731	237	62.0
2008	209	710	241	63.4
2009	208	716	227	60,8

Tabel 30: Palupera valla ülalpeetavate arv ja määr (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

2.2. TOIMETULEK

2.2.1 RAVIKINDLUSTUSEGA KAETUD

Ravikindlustusega kaetud elanike osakaalu näitaja rahvastikust kirjeldab ühtlasi ravikindlustusega katmata elanike osakaalu, mis võimaldab planeerida võimalikke ja vajalikke sotsiaal-, tervishoiu- ja muid teenuseid sellele sihtgrupile.

Ravikindlustusega kaetuse kohta polnud varasematel aastatel avalikud andmed kättesaadavad, andmeid hakkas Haigekassa avaldama 2009. aastast. Haigekassa andmetel oli Palupera vallas 31.03.2010 seisuga 1076 ravikindlustusega kaetud isikut. Selleks, et teada saada Palupera vallas Eesti ravikindlustusega katmata isikute osakaalu, tuleb aluseks võtta rahvastikuregistri andmebaas. Rahvastikuregistri kohaselt elas Palupera vallas 01. jaanuari 2010 seisuga 1138 elanikku. Seega on Palupera vallas Eesti ravikindlustusega hõlmatud ca 4 % elanikest. Statistikaameti leibkonnauuringu järgi on ravikindlustamata inimeste seas ülekaalus need, kes ei tööta ja kes pole end ka töötuna arvele võtnud, kuid peale nende veel makse mitte maksvad, dividendidest elavad ja välismaal töötavad inimesed. Palupera vallas on enamuses ravikindlustuseta isikud noored, kes on koolid küll lõpetanud, kuid pole veel töökohta leidnud ning vahest ei mõtle veel piisavalt ka arstiabi vajadusele. Vanemad vanusegrupid mõtleavad juba enam tõsisemad oma sotsiaalsetele tagatistele.

Ravikindlustusega hõlmatud isikud saavad arstiabi, Haigekassast hambaravihüvitist (vähemalt 63-aastased inimesed, vanadus- ja töövõimetuspensionärid, rasedad ja alla 1-aastase lapse emad ning suurenenud hambaravi vajadusega inimesed), hambaproteeside hüvitist (vähemalt 63-aastased inimesed, vanadus- ja töövõimetuspensionärid), täiendavat ravimihüvitist (isikud, kes tasuvad soodusretseptiravimite eest kalendriaastas vähemalt 6000 krooni), haigushüvitist (töötavad isikud), sünnitushüvitist, hooldushüvitist ja lapsendamishüvitist.

Ravikindlustuseta isikule on tagatud vaid vältimatu arstiabi. Pärast töösuhete lõppemist kehtib ravikindlustus veel kaks kuud. Ravikindlustus kehtib ka töötuna arvel olevatele isikutele. Esmatasandi arstiabile ligipääsu on korraldanud omavalitsused, kuid see pole nende otsene kohustus. Palupera vallas on ravikindlustuseta isikute arstiabi tagatud vallavalitsuse kaudu, kus tehakse otsused esmatasandi arstiabi, terviseuuringute ja eriarstiabi teenuste finantseerimiseks vallaeelarvest. Ravikindlustusega isikutele ei laiene ka ravimisoodustused. Palupera vallas saavad ravikindlustuseta isikud taotleda sotsiaaltoetust seoses väljaminekutega ravimite, meditsiiniliste abivahendite ostule ja haigla voodikoha päeva tasu kompenseerimisele. Kui inimene pole kindel, kas ta on kindlustatud või mitte, saab seda järele uurida haigekassa infotelefonilt 16363 või külastades riigiportaali eesti.ee.

2.2.2 PUUETEGA INIMESED

Puue kirjeldab isiku kõrvalabi, järelevalve ja juhendamise vajadust, mis iseenesest ei kaasne alati töövõimetusega. Töövõimetus tuvastatakse ainult tööealiste isikute puhul, 16-elu-aastast kuni vanaduspensionini eani. Töövõimetus isikute arvule lisades puudega lapsed ning vanaduspensionärid, saame kõik valla puudega inimesed ja abivajajad kokku, kuna puudega kaasneb alati toetuste ja teenuste finantseerimise suurem vajadus.

Töövõimetus pensionäride arvu eraldi kohalike omavalitsuste kaupa ei ole avaldatud, kättesaadavad on vaid andmed maakonna kohta. Valga maakonnas oli 2008. aastal 2682 töövõimetus pensionäri, mis moodustab 12 % tööealisest elanikkonnast ning püsiva töövõimetusiga inimeste arv on stabiilses tõusutrendis (*Allikas: Sotsiaalkindlustusamet ja Eesti Statistika Andmebaas, 15.02.2010*).

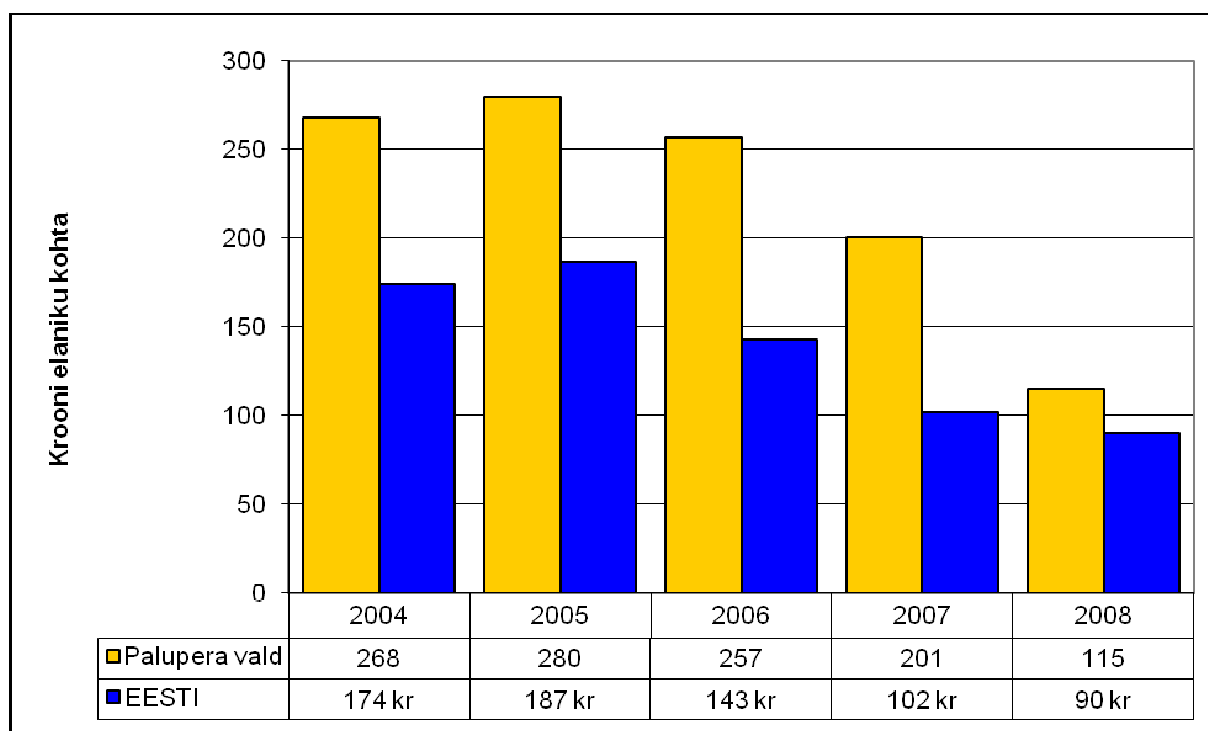
Puuetega inimeste osas on olemas Palupera valla arvandmed aprill 2010 seisuga, kuid kättesaadavad pole andmed puude tekkepõhjuste järgi. Tabelis 31 on kujutatud Palupera valla puuetega inimeste arv vanaduspensioniealiste, tööealiste ja laste osas. Vanaduspensionieas puuetega naised on ligi 2 korda rohkem kui mehed, mis on ilmselt põhjendatud meeste madalama keskmise vanusega.

Puude aste↓ Puudega inimeste sugu, iga→	Mehed		Naised		Lapsed	Kokku
	Tööealised	Pensionärid	Tööealised	Pensionärid		
Raske puue	1	7	1	11	2	22
Sügav puue	2	7	0	15	0	24
Keskm. puue	0	0	0	0	2	2
Kokku	3	14	1	26	4	46

Tabel 31: Palupera valla puudega inimesed aprillis 2010 (*Allikas: Palupera vallavalitsus, 2010*).

2.2.3 TOIMETULEKUTOETUS

Toimetulekutoetus on riigi abi puudusekannatajale, mida maksab kohalik omavalitsus. Toimetulekutoetusega tagatakse perekonnale peale eluasemekulude tasumist elamiseks toimetulekupiiri suurune summa, mis alates 2008. aastast on 1000 kr esimese pereliikme ja 800 iga järgneva pereliikme kohta. Toimetulekutoetus nõ ühtlustab kõigi väikese sissetulekuga perede igakuised elatusvahendid ühesugusele tasemel, mis tähendab et näiteks üksikema kooliskäiva lapsega peab 1800 kr eest kuus ostma toidu, riided, hügieenivahendid, majapidamistarbed, ravimid, tasuma vajalike elukondlike teenuste ja lapse kooli- ning huvihariduskulude eest. Toimetulekutoetusest elatuv perede hulk on kõige vaesem osa elanikkonnast. Vaesus on olulisim tegur sotsiaalse languse, tõrjutuse ja isolatsiooni tekkeks, mis omakorda ohustab tervist ning viib enneaegse surmani.



Joonis 19: Palupera valla ja Eesti toimetulekutoetuse suurus kroonides elaniku kohta graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Terviseprofiili etteantud struktuuris nähakse ette toimetulekutoetuse analüüsi omavalitsuse elanike koguarvu ja 1000 elaniku kohta, mida võrreldakse Eesti keskmiste andmetega. Toimetulekutoetuse puhul on oluline näitaja aga 2009-2010. aastatel toetuse taotlejate arvus toimunud muutused, kuna siis tõusis toimetulekutoetuse saajate arv olulisel määral. 2009. aasta Palupera valla andmeid, mil toimetulekutoetust sai keskmiselt 8 peret, pole aga käesoleval hetkel võimalik võrrelda Eesti keskmiste näitajatega, kuna Statistikaamet pole veel avaldanud 2009. aasta aastakeskmiseid elanike arve.

Toimetulekutoetust saavate, ehk siis äärmises vaesus elavate perekondade suhtarv on Palupera vallas läbi aegade olnud üks väiksemaid Eestis.

Jooniselt 19 on näha Palupera vallas toimetulekutoetuse suuruse dünaamika ühe elaniku kohta. 2008. aastal oli läbi aegade kõige rohkem toimetulekutoetuse taotlejaid (20 peret). 2009. aastal oli vaid 8 peret ja 2010. aasta II kvartalis 7 peret, kes taotlesid ja olid õigustatud saama toimetulekutoetust. Toetus on seotud mitte üksikisiku, vaid kogu leibkonna abivajadusega. 2010 aasta aprillikuus muutis Palupera vallavolikogu oma määrusega toimetulekutoetuse määramise aluseks olevaid eluruumi alaliste kulude piirmäärasid. Nüüd prognoosime ka nende perede arvu kasvu, kes on õigustatud toetust taotlema ja saama. Positiivse momendina võib nentida, et Palupera vallas pole siiski toimunud järsku, katastroofilist tõusu vaesuses elavate perede arvus seoses majanduslangusega. Samal ajal kui Tallinna linna puhul räägitakse kolmekordistunud toimetulekutoetuse saajate hulgast, pole Palupera vallas toimetulekutoetuse saajate hulk 2010. aasta alguse seisuga muutunud. Ootamatu vaesumine on igale perele individuaalne üleelamine, mil on vaja vastu võtta olulisi otsuseid pere tarbimisharjumises ja eluviisides, võimalik, et isegi muuta elukohta. Pikemaajaliselt väikestest sissetulekutest elav pere on aga oma tarbimisharjumused ja elustandardi juba kohandanud vastavalt ressursidele. Kahtlemata on aga püsivas vaesuses elavate perede arv probleemne, mille põhjuseid tuleb ühelt poolt leida töövõimetute ja puuetega inimeste suurest hulgast, ehk siis äärmiselt kehvast terviseseisundist, teiselt poolt töötute hulgas 80 % riskigrupi töötute hulgas. Riskigrupi töötute hulgas domineerib Palupera vallas subjektiivselt seisukohast pikaajaline töötus ning kindlasti ka noorte, kooli lõpetanute või õpingud katkestanud noorte suur osakaal. Püsivas vaesuses perede hulk on terviseedenduse seisukohast tõsine probleem, kuna toimetulekutoetusest elatuv pere ei saa võimaldada endale tervislikku ja tasakaalustatud toitumist. Seega on terviseedenduse seisukohalt oluline tervist edendavaid tegevusi teha kättesaadavaks just väikse sissetulekuga perekondadele ja võimalusel tasuta.

2.2.4 SOTSIAALTOETUSED

Lisaks eelnevas punktis kirjeldatud toimetulekutoetusele maksab Palupera vald oma eelarve vahenditest ja riigilt eraldatud vahenditest täiendavaid sotsiaaltoetusi. Palupera vallas makstavad sotsiaaltoetused jagunevad vajaduspõhisteks järgnevatel põhimõtetel:

- sissetuleku vähesuse põhjal;
- erivajaduse põhjal;
- universaalsed toetused.

Osa toetustest on üldised, kuid universaalsed, mida makstakse kõikidele Palupera valla elanikele, sidumata taotlemist sissetulekuga, erivajadustega (sünnitoetus, lapse aastaseks saamise toetus, matusetoetus, toidu toetus, koolimineku toetus 1.klassi astujale jt).

Sissetuleku vähesuse põhjal makstavate toetuste eesmärgiks on ühekordse iseloomuga täiendava toetuse kaudu leevendada väikese sissetulekuga pere puudust seoses suurema väljaminekuga, näiteks tervisega seonduvalt (retseptiravimite, raviteenuste omaosaluse

kulutuste, arstiabile transpordi ja abivahendite kulutuste kompenseerimine), lastega seondult (lasteaiatoit, koolilõuna, huvialaringi, lastelaagrite osaluse kulutuste kompenseerimine), elamispinna kulutustega seondult (küttepude ost, õnnetusjuhtumid elamispinnal) ja isiku dokumentidega seotud vajadustega (isikut tõendavate dokumentide riigilõivud, fotode tegemine jmt). Igat juhtumit vaadeldakse individuaalselt, kuid regulatsioonis on seatud teatud piirid sissetulekutele ja väljaminekute vajadusele, mille puhul täiendavaid toetusi määratakse. Siiski on kohaliku omavalitsuse poolt makstavad täiendavad sotsiaaltoetused paindlikud ning võimaldavad teha otsuseid erandolukordades väikese menetlusajaga.

Erivajaduse põhjal makstakse toetusi hooldust vajavatele puuetega täiskasvanute ja laste hooldajatele ning hooldusega seotud teenuste ostmiseks puudega inimestele endile. Toetuse määramisel on oluliseks puudega isiku hooldusabivajaduse ulatus.

Analüüsid sotsiaaltoetuste mõju tervise ebavõrdsuse vähendamisel tuleb esile tuua, et Palupera vald pöörab vajaduspõhiste toetuste puhul tähelepanu tervise taastamisega seonduva toetamisele. Nii näiteks kompenseeritakse väikese sissetulekuga peredele kulutusi ravimite ja abivahendite ostul, meditsiiniteenuste, -uuringute, visiiditasude ja raviastutusse transpordi eest tasumisel. Seega ei peaks arstiabi ja tervist taastav tegevus sissetulekute vähesuse tõttu jääma peredele kättesaamatuks.

Kõikidest Palupera vallas makstavatest toetustest saab ülevaate alljärgnevast tabelist. Infot taotlemisest jm saab lisaks valla kodulehelt või vallavalitsusest.

Toetuse nimetus	Selgitus, piirang	Toetuse määr
I.Üldised, universaalsed toetused		
1.Sünnitoetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht emal Palupera vald	2000 krooni
2.Lapse aastaseks saamise toetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht emal ja lapsel Palupera vald	1500 krooni
3.Matusetoetus	Rahvastikuregistri andmetel oli surnu viimane elukoht Palupera vald	2000 krooni
4.Põhikooli, gümnaasiumi, õpilaskodu ja lasteaia toidu toetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht õppuril Palupera vald	Põhikoolis ja gümnaasiumis riigi poolt makstavast toetusest puudujääv osa. Õpilaskodus 2 toidukorra maksumus päevas. Lasteaias 3 krooni toidupäevast
5.Koolimineku toetus 1.klassi astujale, nn. ranitsatoetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht õppuril Palupera vald	1000 krooni
6.Kutseõppeasutuse ja kõrgkooli õpilaste toetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht õppuril Palupera vald	600 krooni, 2 korda aastas
7.Sünnipäevatoetus eakatele	Rahvastikuregistri andmetel	300 krooni

	alaline elukoht Palupera vald, alates 90.a. eakatele	
8.Jõulupakitoetus lastele	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht lapsel Palupera vald ja Palupera põhikooli õppuritele	kuni 80 krooni
9.Jõulupakitoetus eakatele	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht Palupera vald, alates 70.a. eakatele	kuni 50 krooni
10.Hüvitis lastele prillide ostuks	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht mittetöötaval lapsel Palupera vald	50% kulutustest, kuid mitte üle 1000 krooni, 1 kord aastas
11.Kooli lõpetamise toetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht õppuril Palupera vald	Põhikool 300 krooni, gümnaasium ja kutseõppeasutus 400 krooni, kõrgkool 500 krooni
12.Transporditoetus põhikooli ja gümnaasiumi õppuritele	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht päevases õppevormis õppuril Palupera vald ja Palupera põhikooli õppuritele. Ei kompenseerita, kui elukohajärgset kooli (1-9 kl) ei kasutata ja kui elukohajärgsest asulast on organiseeritud õpilastransport.	Sõidupiletite aruande alusel
II.Erivajaduse põhjal		
1. Toetus puudega lapse perele	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht raske ja sügava puudega lapsel Palupera vald	300 krooni, 2 korda aastas
2.Puudega lapse hooldajatoetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht puudega lapsel ja hooldajal Palupera vald. Toetus isikule, kes puudega lapse eest hoolitseb ja ei saa seetõttu töötada	3-15.a. keskmise, raske või sügava puudega laps – 300 krooni kuus. 16-18.a. raske puudega nooruk – 240 krooni kuus. 16-18.a. sügava puudega nooruk – 400 krooni kuus.
3.Toetus raske või sügava puudega lapse või tema perega seotud sotsiaalteenuste osutamiseks ja arendamiseks	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht puudega lapsel Palupera vald. Toetust makstakse kui on ülejäägis riigi rahastatava lapsehoiuteenuse vahendeid	Kuludokumendi, lepingu alusel vastavalt võimalustele
4.Hooldajatoetus	Raske või sügava puudega hoolealuse ja puudeta või keskmise puudega hooldaja asukoht Palupera vald. Rahvastikuregistri andmetel teise omavalitsuse isikutele kooskõlastatult.	Sügava puudega isiku hooldajale 400 krooni kuus. Raske puudega isiku hooldajale 240 krooni kuus. Riigi rahastatav hooldajatoetuse mahu piires.
5.Puudega isiku täiendav sotsiaaltoetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht puudega isikul Palupera vald.	Sügava puudega isikule 400 krooni kuus. Raske puudega isikule 240 krooni kuus.
III.Sissetuleku vähesuse jm.		

põhjal		
1.Toimetulekutoetus	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht taotlejal ja tema pereliikmetel Palupera vald	Arvestatakse normpinda, eluruumide kulusid piirmäärade ulatuses, et perele tagada toimetulekupiir. Igakuine taotlemine ja toetus.
2.Toetus paljulapselistele peredele kooliaasta alguse puhul	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht taotlejal ja lastel Palupera vald. Peres vähemalt 4 õppeasutuse päevases vormis õppivat last	100 krooni lapse kohta, 1 kord aastas
3.Jõulutoetus paljulapselistele peredele	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht taotlejal ja lastel Palupera vald. Peres vähemalt 4 last	100 krooni lapse kohta, 1 kord aastas
4.Ühekordne toetus maj. raskustesse sattunud isikule/perele	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht taotlejal Palupera vald	300 krooni, kuni 2 korda aastas
5.Erakorraline toetus õnnetusjuhtumi või kriisiolukorra puhul	Õnnetusjuhtumi koht (nt tulekahju, loodusõnnetus vm) ja taotleja elukoht rahvastikuregistri andmetel Palupera vald	Kuni 10000 krooni
6.Ravikindlustuseta isiku toetus	Rahvastikuregistri andmetel ja alaline elukoht taotlejal Palupera vald	Kuni 500 krooni, 1 kord aastas
7.Lastelaagri tuusikute hüvitis	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht laagrisse minejal Palupera vald. Eelisjrk-s paljulapselised ja toimetulekupiiril elavad pered	Kuni 1000 krooni lapse kohta, 1 kord aastas
8.Retseptiravimite hüvitis	Rahvastikuregistri andmetel ja alaline elukoht taotlejal Palupera vald. Eelisjrk-s alla riiklikult kehtestatud toimetulekupiiril elavad pered, kroonilisi haigusi põdevad töötud ning vanadus-ja töövõimetuspensionärid, kes ei tööta	50% kulutustest, kuid mitte üle 1000 krooni aastas
9.Toetus küttepuude ostmiseks	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht taotlejal Palupera vald. Eelisjrk-s paljulapselised ja alla riiklikult kehtestatud kahekordset toimetulekupiiril elavad pered	1000 krooni, 1 kord aastas
10. Hüvitis meditsiiniliste abivahendite ostuks/rendiks ja haigla voodikoha päeva tasuks	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht abivajajal Palupera vald, kel vajalik toimetulekut soodustada	50% kulutustest, kuid mitte üle 1000 krooni, 1 kord aastas
11.Küttetoetus küttematerjali ostmiseks või töötlemiseks	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht abivajajal Palupera vald, kel vajalik toimetulekut soodustada.	Kuni 2000 krooni, 1 kord aastas

	Toetust makstakse kui on ülejäägis riigi rahastatava toimetulekutoetuse vahendeid	
12. Toetus sõltuvushaigele isikule võõrutusravi ja rehabilitatsiooniteenuse saamiseks	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht abivajajal Palupera vald, kel vajalik toimetulekut soodustada. Toetust makstakse kui on ülejäägis riigi rahastatava toimetulekutoetuse vahendeid	Kuni 1500 krooni
13. Toetus kommunaalkuludeks, dokumentide vormistamiseks, lastele hädavajalike asjade ostmiseks jms.	Rahvastikuregistri andmetel alaline elukoht abivajajal Palupera vald, kel vajalik toimetulekut soodustada. Toetust makstakse kui on ülejäägis riigi rahastatava toimetulekutoetuse vahendeid	Kuni 500 krooni, 1 kord aastas

Tabel 32: Palupera valla sotsiaaltoetused ja määrad (Allikas: Palupera vallavalitsus 2010). Märkus: Laps on Eesti Vabariigi lastekaitseaduse § 2 alusel kuni 18. aastane isik.

Küsitluslehti analüüsidest ollakse Palupera valla olemasolevate toetustega suures osas rahul. Ettepanekutest, märkustest on toodud – loetelu piisav, kuid toetuste määr ei rahulda; lahkem suhtumine võiks olla toetuse taotlejasse; võiks olla veel pikapäeva rühma toetus koolis, igaaastane koolimineku toetus ja transporditoetus kutseõppe- ja kõrgkoolis mittetöötavatele õppijatele.

Sotsiaaltoetustega tegeleb suures osas ka riik Sotsiaalkindlustusameti kaudu, kelle peamine ülesanne on juhtida ja koordineerida riiklikku sotsiaalkindlustussüsteemi ehk kindlustada inimesed seaduses ettenähtud pensionide, toetuste ja hüvitistega. Selle teenuse tagab Valgamaal Sotsiaalkindlustusameti Tartu pensionide ja toetuste osakonna Valga klienditeenindus. Riiklikud peretoetused on: sünnitoetused, lapsetoetused, lapsehooldustasud, ajateenija lapse toetus, suure pere toetus, üksikvanema lapse toetus, eestkostetava või perekonnas hooldamisel oleva lapse toetus ja elluastumistoetus. Lisaks tegeleb Sotsiaalkindlustusamet ka vanemahüvitistega ja riikliku pensionikindlustusega (vanaduspension, väljateenitud aastate pension, töövõimetuspension, toitjakaotuspension, rahvapension, politseiametniku pension, pension kaitseväeteenistuse seaduse alusel).

2.2.5 SOTSIAALTEENUSED

Sotsiaalteenustena defineeritavad tegevused on loetletud Sotsiaalhoolekande seaduse 3. peatükis. Lisaks osutab või finantseerib Palupera vald mitmeid teisi sotsiaalteenuseid (vt. ptk 2 punkt 2, alapunkt 1.4), mis on kas eriteenused või abistavad kasutada üldist avalikku teenust (nt puudega lapse ja pere toetused hooldajatoetuse ülejäägist, toimetulekutoetuse vahendite ülejäägist jt). Ühiskonna toetus ja head sotsiaalsed suhted annavad olulise panuse tervisesse ja elukvaliteedi tasemesse. Sotsiaalne toetus aitab anda inimestele vajalikke emotsionaalseid ja praktilisi ressursse. Sotsiaalsesse võrgustikku kuulumine ja vastastikused kohustused annavad inimestele tunde, et neist hoolitakse, neid hinnatakse ja väärtustatakse. Sellel on tugevalt

kaitsev mõju tervisele. Palupera valla väike elanike arv soosib suurel määral üksteise teadmist ja tundmist. Viimane tuleb kasuks oma-tunde ja suuremate või väiksemate sotsiaalsete rühmade kujunemisele. Mittetulunduslikku tegevust ja sotsiaalsete võrgustike teket ja tegevust toetab vald projektfinantseerimise kaudu. Peale rahalise abi on vald toetanud erinevaid kolmanda sektori organisatsioone ka hoonete ja ruumide kasutada andmisega.

2.2.6 SOTSIAALNÕUSTAMINE

Sotsiaalnõustamine on isikule vajaliku teabe andmine sotsiaalsetest õigustest ja seaduslike huvide kaitsmise võimalustest ning abistamine konkreetsete sotsiaalsete probleemide lahendamisel edaspidise toimetuleku soodustamiseks. Sotsiaalnõustamisega tegelevad Palupera vallavalitsuse sotsiaalnõunik ja sotsiaaltöötaja, mingil määral ka sotsiaalvaldkonnaga seotud mittetulundusühingud (nt. MTÜ Avatud Hellenurme Noortekeskus) ja sotsiaalhoolekandeamet MTÜ Hellenurme Mõis.

Nõustamine on aktiivne protsess, kus pakutakse mõistmist, julgustatakse klienti end vabalt väljendama ning võimaldatakse tal läbi vestluse näha oma probleeme senisest erinevatest vaatenurkadest. Nõustaja abistab ja toetab klienti iseendas selgusele jõudmisel, lahenduste otsimistel ning valikute tegemisel. Nõustamine aitab tõsta vastupidavust stressile, eluga/haigusega toimetuleku võimet, kohanemisvõimet ja suhtlemisoskuste täiustamist. Nõustaja toetusel on paremini võimalik analüüsida terviseriske ja teha positiivseid muutusi oma tervisekäitumises.

Küsitluslehti analüüsid on nõustamisteenuste osas ettepanekute, märkustena toodud – enam infot valla kodulehele ja ajalehte; sotsiaaltöötajate sagedasem nõustamine, kodukülastused vähekindlustatud ja raskes olukorras peredesse.

2.2.7 HOOLDUS

Hooldamine tähendab pidevat või ööpäevaringset kõrvalabi vajava isiku toimetuleku korraldamist. Hooldus korraldatakse kas hooldaja määramise, hoolekandeametuses hooldamise kaudu või muude sotsiaalteenuste või -toetuste abil. Hooldaja on määratud Palupera vallas 2010 aastal 22 sügava puudega inimesest 14-le ja kõikidele raske puudega inimestele (21 isikut). Puudega laste hooldajatoetusi Palupera vallas taotletud ei ole. Koduõendust oma kodus vajavad krooniliste haigustega patsiendid, kes ei tule iseseisvalt kodus toime õe oskusi nõudvate toimingutega. Koduõendusteenusele annab saatekirja arst. Ravi eest maksab 100% ulatuses Haigekassa. Hooldajatoetustest jm sotsiaaltoetustest saab ülevaate ptk 2 punkt 2, alapunkt 1.4, Tabel 32.

Stationsaarset hooldusravi vajavad patsiendid, kes ei tule oma haigusseisundi tõttu iseseisvalt toime ning vajavad pidevat jälgimist haiglas. Hooldusravile suunab arst saatekirjaga. Ravi eest maksab Haigekassa 85% (umbes 538 krooni päevas) ja inimene ise 15% (umbes 95 krooni päevas) ning nii kuni 60 päeva eest. Lisaks tasub inimene voodipäevatasu 25 krooni päevas kuni 10 päeva eest ühe raviloleku kohta.

Statsionaarsed hooldusraviteenust osutab maakonnas lisaks AS Valga Haiglale SA Otepää Tervisekeskus, kus on 20 hooldusravi voodikohta ja SA Tõrva Haigla, kus on samuti 20 hooldusravi voodikohta. Palupera valla inimesed kasutavad sageli ka Elva ja Tartu haiglate teenuseid.

Küsitluslehti analüüsidest ollakse Palupera valla olemasolevate hooldusteenustega suures osas rahul. Ettepanekutest, märkustest on toodud – avahooldus puudub, koduõendusteenus pole siiski kättesaadav. Avahooldus tähendaks siis hooldust vajavate inimeste abistamist kodustes toimingutes (toidu toomine, valmistamine, kütmine, vestlemine jne), vähesel määral ka hügieenitoimingud (pesemine jne).

2.2.8 ELUASEMETEENUSED JA VARJUPAIK

Eluasemeteenusteks loetakse sotsiaalkorteri või sotsiaalpinna eraldamist isikutele, kes ise ei ole suuteline seda endale või oma perekonnale tagama. Eluasemeteenusena käsitletakse ka liikumispuudega või muu erivajadusega isiku abistamist tema elamispinna kohandamisel tema erivajadusi arvestavaks.

Palupera vallas on 6 sotsiaalkorteri (Veevõtu elamus Paluperas üks, Tallimäe elamus Hellenurmes kolm, Mäenurga elamus Hellenurmes kaks), lisaks üks ametikorter Paluperas ja amortiseerunud Haljala elamu Mäelooga külas. Kodutute varjupaika Paluperas pole, samuti ei osteta momendil teistelt omavalitsustelt ajutiselt viibivate kodutute või muul põhjusel ajutiselt elamispiinata jäänud isikute varjupaiga (sh laste varjupaiga) teenust. Palupera vallas puudub ka päevakeskus.

Eluasemega seotud toetustest jm sotsiaaltoetustest saab ülevaate ptk 2 punkt 2, alapunkt 1.4.

2.2.9 HOOLDEKODUDES HOOLDAMINE

Hooldekodud on üldjuhul kahetüübilised: vanuritele ja puuetega inimestele üldhooldekodud ja psüühiliste erivajadustega isikutele erihooldekodud. Teenuste finantseerimine ja teenuste saamise tingimused on erinevad. Üldtüüpi hooldekodu teenust finantseerib üldjuhul inimene ise või pereliikmed. Viimaste puudumisel abistab kohalik omavalitsus. Palupera vallas osutab üldhooldekodu teenust MTÜ Hellenurme Mõis, asukohaga Hellenurme küla (300 voodikohta). Hooldekodus hooldamine on tasuline. Hooldusel olev isik tasub oma sissetulekutest (pension ja puudega inimese toetus) 95-100 % hoolduskuludeks. Kohamaksumuselt puudujääva osa tasub hooldusel olev isik muudest vahenditest või tema seadusjärgsed ülalpidajad (Perekonnaseadusest tuleva kohustusena lapsed, lapselapsed, abikaasa). Muude vahendite puudumisel finantseerib hoolduskulud isiku elukohajärgne omavalitsus, Palupera valla elanike puhul finantseerib hooldamise kulud Palupera vald. Viimastel aastatel on keskmiselt 7 vanurile vallas ostetud hooldekoduteenust kohapeal.

Erihooldekodudes osutatakse psüühiliste erivajadustega isikute ööpäevaringse hooldamise teenust. Teenuseid finantseeritakse riigieelarvest. Palupera vallast on momendil üks vallakodanik erihooldekodus hooldel.

2.2.10 REHABILITATSIOONITEENUS

Rehabilitatsiooniteenus on isiku iseseisva toimetuleku, sotsiaalse integratsiooni ja töötamise või tööle asumise soodustamiseks osutatav teenus, mille raames koostatakse isikule isiklik rehabilitatsiooniplaan, osutatakse rehabilitatsiooniteenuseid ja juhendatakse isikut, kuidas rehabilitatsiooniplaanis kirjeldatud tegevusi ellu viia. Valga linnas tegutseb Valga Haigla juures rehabilitatsioonimeeskond, kus koostatakse plaane puudega lastele ja täiskasvanutele, samuti pakutakse erinevaid rehabilitatsiooniteenuseid. Palupera valla elanik saab rehabilitatsiooniteenuseid tarbida ka lähimates meditsiinasutustes Elvas ja Otepääl, kus asuvad Elva Haigla TM SA ja SA Otepää Tervisekeskus. Pakutakse nii ambulatoorset kui ka statsionaarset teenust, samuti rehabilitatsiooniplaanide koostamist. Rehabilitatsiooniteenustega seotud toetustest jm sotsiaaltoetustest saab ülevaate ptk 2 punkt 2, alapunkt 1.4, Tabel 32.

2.2.11 LAPSEHOIUTEENUS JA TEENUSED PUUETEGA LASTELE

Lapsehoiuteenus on lapsevanema või last kasvatava isiku toimetulekut või töötamist toetav teenus, mille osutamise vältel tagatakse lapsevanemale lapse hooldamine, arendamine ja turvalisus lapsehoiuteenuse osutaja poolt. Teenust osutatakse raske ja sügava puudega lastele. Palupera vallas teenuseosutajad puuduvad, kuid teenust ostetakse vajaduse tekkimisel mujal omavalitsustes asuvate lapsehoiuteenuse osutaja poolt (nt. Tartumaa SA Eesti Agrenska Fond, Otepää Anni Mängumaal tegutsev OÜ Sverresson). Lähimad võimalused on puudega lastel käia Tartu Maarja koolis (vaimupuudega lastele) ja Tartu Hiie koolis (kuulmispuudega lastele). Sel juhul võimaldatakse valla poolt transport iga nädal kooli ja tagasi sõiduks. Samuti finantseeritakse mitmeid rehabilitatsiooni- ja raviteenuseid, kui need ei mahu riigi poolt rahastatava rehabilitatsiooniteenuste raamesse või ettenähtud mahu hulka (vt ptk 2 punkt 2, alapunkt 1.4, Tabel 32).

Valga maakonnas on kaks asenduskodu: Valga lastekodu „Kurepesa“ ja SA Taheva sanatooriumi asenduskodu osakond. Nendes kohti kokku 56. Mõlemad asutused pakuvad ka turvakoduteenust. Seisuga 31.12.2009 oli kokku laste riiklikul hoolekandel 55 Valgamaa last ja seda 10-s erinevas asenduskodus.

2.2.12 OLMELISED SOTSIAALTEENUSED

Avalikus kohas leitud surnuveo teenust ostetakse sisse. Samuti omasteta isikute matmise teenust, mis toimub üldjuhul tuhastamismatusena.

2009 aastast võtab vallakodanikke vastu üks päev nädalas, neljapäeviti hambaarst ka Lõuna-Eesti Hooldekeskuse hambaravikabinetis. Samas ka Otepää perearst Evi Lille vastuvõtt 2 päeval kuus. Lõuna-Eesti Hooldekeskuses saab vallakodanik kasutada ka massaažitooli kolmapäeva õhtuti 3 tunni jooksul.

2.2.13 VAJADUS UUTE SOTSIAALTEENUSTE JÄRELE

Kindlasti vajaksid laiendamist ja kättesaadavuse parandamist sotsiaal- ja rehabilitatsiooniteenused puuetega inimestele, just puuetega lastele, et tagada nende iseseisev toimetulek täiskasvanuna. Oluline on, et puuetega lastele oleks kättesaadavad ka üldised avalikud teenused, nagu näiteks lasteaed ja kool, milleks on vajalikud tugiteenuste olemasolu (tugiisikud, erialaspetsialistid). Liikumiskustega inimeste liikumisvõimaluste parandamiseks tuleb enam mõelda üldkasutatavates hoonetes. Tänapäevaks on ehitatud Nõuni raamatukogu-infokeskuse ette kaldtee, Hellenurme noortekeskuses sissepääs ratastoolile, Lõuna-Eesti hooldekeskuses kaldteed – kuid seda on siiski vähe. Enam tuleks arvestada liikumispuudega inimestega ka mujal (lasteaed, kauplused, kultuurimajad jm).

Teise olulise sotsiaalteenusena on vajalik parendada ja võib-olla ka laiendada sotsiaalkorterite hulka.

Küsitluslehti analüüsidest saadakse Palupera vallas aru, et kõiki sotsiaalteenuseid väikevald kohapeal majanduslikult pakkuda ei suudagi, kuid soovida jätab bussiliiklus, et saada osa keskustes pakutavatest teenustest – kõik bussid ei peatu Kintslis ja Makitas; bussiliiklus halb Päidla, Räbi, Neeruti ja Lutike küla elanikele; bussiliiklus halb Hellenurme ja Palupera elanikele Otepää suunas.

2.3. KAASATUS KOGUKONNA TEGEVUSTESSE

2.3.1 KOGUKONNA MOTIIVAATORID

Terviseprofiili keskmes on inimene ja seda viiakse ellu koos inimestega. Terviseprofiil keskendub rahvastiku tervisepotentsiaali arengut soodustavatele mõjuritele. Turvalise ja tervisttoetava sotsiaalpsühholoogilise, sotsiaalmajandusliku ja füüsilise keskkonna kujundamisega luuakse soodsad tingimused ja omavastutuse motivatsioon igapäevasele võimalikult tervislike valikute tegemiseks ja elukvaliteedi tõusuks.

Kogukonna motivaatoriteks on kohaliku omavalitsuse poolne tunnustus ning erinevad välja antavad auhinnad. Indikaator võimaldab hinnata kohaliku omavalitsuse aktiivsust inimeste aktiveerimisel.

Palupera vallas on traditsiooniks muutunud sellised motiveerivad üritused nagu aastalõpu puhul toimuv vallavolikogu esimehe - vallavanema vastuvõtt, kus tunnustatakse oma valdkonna parimaid kultuuri-, hariduse-, spordi ja sotsiaalvaldkonnas. Samuti tunnustatakse kauaaegseid tublisid töötajaid. Võimalik ja vajalik on edaspidine valdkondade laienemine.

Oluline on sotsiaalse keskkonna parandamine lasteasutustes, soosides tegevusi, mis suurendavad ühtekuuluvustunnet.

Maakonna kõrgeim autasu on Valgamaa Vapimärk- hõbedast kaheksaharuline stiliseeritud rukkilill, mille peal on hõbedast rukkipeadest pärg. Pärja keskel on Valgamaa vapp. Seda autasu antakse elutöö eest neile, kes oma töö ja tegevusega on kaasa aidanud Valgamaa

arengule. Sellega koos kaasneb rahaline preemia, mille suuruse otsustab vastav nõukogu. Autasu antakse välja kord aastas.

Valgamaa Teenetemärk antakse neile, kes on silma paistnud märkimisväärse, maakonna jaoks olulise saavutusega ning siin on tegemist nn aasta teoga.

Teenetemärkide andmise taotlusi on õigus esitada Valga maakonna valla- ja linnavalitsustel ning volikogudel, Valgamaal tegutsevatel juriidilistel isikutel, erakondadel, liitudel, seltsidel, klubidel ja eraisikutel. Teenetemärgid antakse kätte Eesti Vabariigi iseseisvuspäeva pidulikul kontsertaktusel.

Iga aastaseks tunnustuseks ja tänuks on „Aasta õpetaja” valimine. Lisaks vahendab Maavanem mitmete riiklike tunnustamiste koordineerimist ja auhindade väljastamist.

2.3.2 ELANIKE KAASAMINE

Kohaliku omavalitsuse võimuses on luua erinevaid võimalusi kaasamiseks elanikke otsustusprotsessi. Inimesed võivad olla kaasatud kogukonna tegevustesse läbi erinevate ühingute, seltside, kolmanda sektori ühenduste, survegruppide, vabatahtlike tegevuste jms kaudu. Indikaator võimaldab hinnata sotsiaalse sidususe osakaalu kogukonnas.

Sotsiaalse kaasatuse all mõistame indiviidide aktiivset osalust enda, oma kodukandi ja ühiskonna elu ja keskkonda mõjutavate otsuste tegemisel ja probleemide lahendamisel. Kaasatus tähendab võimalust kõikidele inimestele osaleda täisväärtuslikult ühiskondlikus elus, sealhulgas töötada ja olla majanduslikult aktiivne. Sotsiaalne osalemine toob endaga kaasa üksikisikute, rühmade ja kogukondade võimestumise ja sotsiaalse suutlikkuse kasvu lahendamaks oma terviseprobleeme. Tervislikele valikutele orienteeritud ühiskonna kujunemine, paikkondade võimestumine ja sotsiaalse kapitali suurendamine, mis on tervist toetava elukeskkonna aluseks, vajab sellekohaste otsuste tegemisel inimeste aktiivset osalemist.

Palupera vallas on elanike kaasatus kogukonna tegevustesse suuremal määral seotud tegutsemisega mittetulundusühingutes, nii noorsootöö-, kultuuri-, spordi- kui ka sotsiaalvaldkonnas. Kui kolmes esimeses tegutsevad inimesed pigem oma vabaaja harrastuste teostamisega, siis sotsiaalvaldkonna ühingud (MTÜ Hellenurme Mõis ja pensionäride ühendus Pihlakobar) räägivad kaasa ka vallaelu ja ühiskondlikes küsimustes. Pensionäride ühing korraldab kohtumisi vallaametnike ja muude valdkondade otsustajatega ning esitavad oma ettepanekuid, esindades mingi kindlama sihtgrupi huve, näiteks puudega inimesed.

Vallaelu puudutavates otsustes näevad õigusaktid avalikule võimule ette teatavat kaasamise, informeerimise ja avalikustamise kohustust. Enne otsuse tegemist selgitatakse nt õigusakti väljaandmise vajadust, selle eesmärke ning tagajärgi. Need võimalused on Palupera valla elanikele tagatud õigusaktides ettenähtud standardis. Puudusena võib esile tuua, et väga sageli ei osale elanikud otsustusprotsessis. Tagasihoidlik oli ka käesoleva terviseprofili koostamisel vallakodanike kaasärääkimine anonüümsete küsitluslehtede kaudu, sest laekus alla 20 küsitluslehe.

Teine oluline ja operatiivsem viis on avaliku veebilehe vahendusel kaasamine. Volikogu õigusaktide eelnõud avaldatakse Palupera valla kodulehel, kuid elanike huvi vähene. Põhjuseks võib olla pideva huvi puudus (vajalik pidevalt jälgida otsustusprotsesse) ja vähesed eelteadmised. Suuremat ühiskondlikku sihtrühma hõlmavaid teemasid käsitleb kohalik jt. ajalehed, mis toob omakorda kaasa otsusega hõlmatud vallaelaniku suurema huvi teda puudutava otsuse suhtes ning tagasiside.

Kaasavate otsuste kandepinda on võimalik laiendada näiteks nn ümarlaua meetodil huvigruppide kaasamisel, näiteks Palupera vallas olnud ümarlauad teemal joogivee hind, olmejäätmete käitlus, jäätmekäitlusettevõtte jt..

Kahtlemata ei saa kaasamise viisina käsitlemata jätta kandideerimist kohalike omavalitsuste volikogude valimistel ja osalemist poliitilistes ühendustes. Selle kaudu on huvigruppidel otseselt võimalus osaleda vallaelu otsustusprotsessides ja olla kaasatud kohaliku poliitika kujundamisse erinevates valdkondades, näiteks volikogude komisjonide töös osalemise kaudu. Volikogus esindatud erakonnad ja valimisliidud esindavad valijate huve ja saavad pidevalt tagasisidet otsuste osas.

Rahvastiku tervist mõjutavad tugevalt inimestevahelised suhted ühiskonnas ja nende kvaliteet. Sotsiaalse sidususe kontseptsioon sisaldab endas suhtlemisvõrgustike tihedust, kokkuhoidmise- ja sotsiaalse toetuse tunnetamist.

Sotsiaalse sidususe suurenemine on võimalik üksikisikute, rühmade, organisatsioonide ja paikkondade suutlikkuse arendamise kaudu, tulemaks toime oma terviseprobleemide lahendamiseks. Organisatsioonide ja paikkondade tervisesuutlikkuse kasv saavutatakse paikkondade aktiveerimisega terviseprobleemide lahendamise protsessis, nende pädevuse ja oskuste arendamisega ning poliitiliselt ja sotsiaalselt toetava keskkonna loomisega.

Tervist luuakse seal, kus inimesed elavad, mängivad, õpivad ja töötavad. Seetõttu on peamiseks terviseinvesteringute tasandiks kohalik tasand, mida toetab riiklik tasand. Püsivate muudatuste saavutamiseks on vaja poliitiliselt soodsat keskkonda. Sotsiaalne sidusus on kõrge neis ühiskondades, kus kehtivad solidaarsuse ja sotsiaalse vastutuse printsiibid.

Kohalikul tasandil tehakse koostööd erinevate terviseprobleemide lahendamiseks. Kaasatakse erinevad sektorid, organisatsioonid ja ühingu nii lokaalsete vajaduste analüüsi, prioriteetide määramise kui ka sekkumiste protsessi, mis on suunatud kohalike elanike optimaalse tervisepotentsiaali saavutamisele. Hea tervise saavutamisele ja paremale elukvaliteedile orienteeritud sotsiaalse infrastruktuuri areng ja laialdane koostöö on võtmeks sotsiaalse tõrjutuse vähendamisel.

Sotsiaalne kapital väljendab ühiskonnas eksisteeriva sotsiaalse kokkukuuluvuse astet. See on protsess, mis loob võrgustikke, väärtusi ja sotsiaalset usaldust ning soodustab koostööd ühiste probleemide lahendamisel ja eesmärkide saavutamisel.

2.3.3 KULTUURIELUS OSALEMISE VÕIMALUSED

Palupera valla elanikkonnal on võimalus tarbida alljärgnevat kultuuriväljundeid:

- Palupera vallas on kaks külaraamatukogu – Hellenurmes ja Nõunis.
- Palupera valla pensionäride ühendus Pihlakobar, tegutsetakse Hellenurmes, Paluperas ja Nõunis (huvitegevus, üritused, ekskursioonid, koolitused).
- Hellenurme kultuurimajas mitmekesiseid tegevusi pakkuv MTÜ Tantsuklubi Mathilde, kus osaleb üle 50 isiku (erinevad tantsurühmad, näitetrupp, naisansambel, ansambel). Lisaks korraldatakse vallarahvale tähtpäevadega seotud üritusi, pidusid, kutsutakse külla erinevaid teatrietendusi.
- Nõuni kultuurimaja kollektiiv pakub lisaks noortele tegevusi kõigile – koolitused, peod, turniirid. Seal tegutseb ka MTÜ Nõuni Maanaiste Selts, Nõuni Külaselts ja linetantsutrupp Oikuimaru. Loodud on ka MTÜ Nõuni Loodus- ja Arenduskeskus.
- Noortele pakuvad võimalusi MTÜ Avatud Hellenurme Noortekeskus, Nõuni kultuurimajas tegutsev noortetuba ja Palupera külamaja. Palupera külamajas tegutsev MTÜ P-Rühm korraldab vaba aja üritusi piirkonnas kõikidele huvilistele.
- Kolmest põhikeskusest eemal tegutsevad veel seltsing Neeruti külaselts ja MTÜ Neeruti Külaselts Neeruti külas, MTÜ Päidla Rüütimõis Päidla külas ja Makita külaseltsing Makita-Lutike kandis.
- Jahimehi ühendab Palupera jahiselts ja MTÜ Nõuni Loodushoiu- ja Jahindusselts.
- Lisaks kooli huviringid ja FC Elva Jalgpalliklubi treeningud Palupera staadionil. Kohalik omavalitsus toetab noorte huvitegevust ka väljaspool koduvalda kohamaksumuste või ühekordsete toetuste kaudu.

Elanikkonna ühistevõime aktiveerimiseks toetatakse küla-, kultuuri- ja spordiseltside arengut, sest just vähene seltsitegevus on üks elanike passiivsuse näitajaid ja süvendab sotsiaalset passiivsust. Seda suunda on kindlasti vaja jätkata ka edaspidiselt. Kohalik omavalitsus saab julgustada kogukondi pakkuma kohalikke teenuseid oma sisemiste ressursside ja oskuste baasil. Seega on võimalik osaliselt kompenseerida teenuste puudumist, halba kättesaadavust või nende kallidust. Kohalikul omavalitsusel on oluline roll soodustada koostööd huvigruppide (noored, pered, väikeettevõtjad jne.) sees kui ka nende vahel. Samuti tugevdada koostööd ja partnerlust avaliku, era ja kolmanda sektori vahel kohaliku elu arendamisel.

2.3.4 PROBLEEMID SOTSIAALSE TÕRJUTUSE JA VÕRDSETE VÕIMALUSTE INDIKAATORITE PÕHJAL

7 % vanaduspensionäridest töötab, mis võimaldab terviseedenduslikke sekkumisi sellele vanusegrupile planeerida ka töökohtade kaudu.

Keskmine brutotulu küll tõuseb, kuid jääb järjest enam maha Eesti keskmisest (12605 krooni), 2008. aastal 1863 krooni võrra.

Mida kaugemal asub omavalitsus Tallinnast, seda madalam on brutotulu, mis on enim seotud meestöötajate ja 25 – 49-aastaste puhul.

Alla 25-aastased noored saavad Eesti keskmisest eakaaslasest vähem palka, 2008. aastal vahe 1892 krooni. 25 – 49-aastastega on palgaerinevus vastavalt 2071 krooni. Vaid vanaduspensioniealised olid brutotulu saajatena Eesti keskmisel tasemel.

Naised töötavad madalama palgaga töökohtadel kui mehed, 2008. aastal oli keskmine brutotulu 3299 krooni võrra väiksem.

Töötuse määr oli 2009. aastal Palupera vallas 2,8 %, 2010 aasta I kvartalis juba 7%, mis toob kaasa olulisi sotsiaalseid probleeme.

80 % Palupera valla töötutest on tööturul oluliselt väiksema konkurentsivõimega.

Töösuhte lõppemise valdavaks põhjuseks pole koondamine, vaid töösuhe on lõppenud töötaja enda algatusel, tähtajalise töölepingu lõppedes või poolte kokkuleppel.

Tööga on hõivatud 54 % Valgamaa tööealisest rahvastikust.

35 % Valgamaa tööealisest rahvastikust on majanduslikust passiivne, ehk siis isikud, kes ei soovi töötada või ei ole selleks võimelised.

Ravikindlustuseta on 4 % Palupera valla elanikest.

12 % Valgamaa elanikest on püsivalt töövõimetus.

Puudega vanaduspensioniealisi naisi on 1,9 korda rohkem kui mehi.

Sotsiaalhoolekande meetmete puhul vajab laiendamist ja kättesaadavuse parandamist sotsiajalja rehabilitatsiooniteenused puuetega inimestele, aga eriti puuetega lastele, meetmed avahooldusteenuse pakkumiseks ja sotsiaalkorterite elamistingimuste parandamiseks.

3. LASTE JA NOORTE TURVALINE NING TERVISLIK ARENG

3.1. ÕPILASTE ARV HARIDUSASUTUSTES

Palupera vallas töötab üks kool – Palupera põhikool ja MTÜ Hellenurme Mõis eralasteaed. Palupera põhikool asub Palupera mõisahoones ja koolis õpib 2009.-10. õppeaastal 81 õpilast. Alates 1970.aastast on põhikooli õpilaste arv olnud 65-90 vahel (65 õpilast oli 2006/2007 õ/a). Palupera mõisahoones asuv kool on suures osas rekonstrueeritud ning koolil on oma staadion. Osa valla põhikooli- ja algkooliealisi lapsi õpib Otepää gümnaasiumis (54 õpilast). Lisaks sellele käib Palupera valla lapsi veel ka teistesse koolidesse : Nõo gümnaasiumi, Elva gümnaasiumi, Rõngu keskkooli, Tartu kutsehariduskeskusesse ja Elva kaugõppesse.

MTÜ Hellenurme Mõis eralasteaed asub Hellenurme mõisahoones. Lasteaias on kaks liitühma, noorem rühm 2-4 aastastele ja vanem rühm 4-7 aastastele. Nõuni piirkonna eelkooliealine laps kasutab enamasti Otepää valla lastepäevakodude teenust.

Antud indikaatori puhul vaadeldakse kohaliku omavalitsuse haldusalas oleva lasteaia ja üldhariduskooli, põhikooli õpilaste arvu ja teistest omavalitsustest pärit laste osakaalu.

Tabelis 33 ja 34 on kujutatud õpilaste arv Palupera valla koolis ja lasteaias. Jooniselt nähtub õpilaste arvu vähenemise trend üldhariduskoolis. Lasteaias käivate laste arv on tõusutrendil, mida on mõjutanud sündivuse tõus ning tööturu soodsama olukorra tõttu vajaduse suurenemine lapsehoiu järele. Mujalt omavalitsustest on Palupera valla lasteaias keskmiselt 14 % lapsi (5). Põhikoolis mujalt omavalitsusest pärit laste osakaal on suurenenud aasta-aastalt, ulatudes 2010. aastal 18 %-ni (14).

Klass	Üldarv	Tüdrukuid klassis	Poisse klassis
1.kl.	10	7	3
2. + 3. kl.	14 (s.h. 2 klass 4)	9 (s.h. 2 klass 4)	5 (kõik 3 kl.)
4.kl.	5	2	3
5.kl.	7	3	4
6.kl.	13	5	8
7.kl.	6	4	3
8.kl.	11	6	5
9.kl.	14	5	9
KOKKU	81	41	40

Tabel 33: Palupera põhikooli õpilaste arv 2009/2010 õ/a (Allikas: Palupera põhikool).

Aasta	Lapsi (rühmi)
1995, mil asutati	18 (1)
1996-2005	18 (1)
2006 - 2010	32 (2)

Tabel 34: MTÜ Hellenurme Mõis eralasteaed laste arv 2009/2010 õ/a (Allikas: MTÜ Hellenurme Mõis eralasteaed).

Palupera valla eesmärgiks on luua keskkond, mis tagab hariduse kättesaadavuse kõigil õppetasemetel ning selle kõrge kvaliteedi, et kujundada inimest, kes suudab teadlikult planeerida oma elu, osaleda protsesside mõjutamisel soovitud suunas ning omaks võtta elukestva õppe idee. Eesmärgiks on kujundada infotehnoloogia abil keskkond (avatud internetipunktid, WiFi alad), mis võimaldab inimestel Palupera vallas elades osa saada kõigest maailmas toimuvast. Hariduse omandamise võimalused peavad olema kättesaadavad ja mitmekesised.

Vald peab tagama alus-, põhi- ja keskkooli omandamise võimalused kõigile lastele ning võimalusel ka huviharidusega tegelemise võimalused. Palupera põhikool on välja töötanud oma arengukava aastateks 2010-2013, sisekorraeskirjad, kriisiplaani. Hellenurme eralasteaial vajab arengukava uuendamist 2011 aastast.

3.2. KOOLIKOHUSTUSE TÄITMINE

Antud indikaator vaatleb seaduses ettenähtud mahus koolis käimist kooliastmete (algkool, põhikool) lõikes lapse elukoha järgi ning võimaldab hinnata riskinoorte osakaalu ja planeerida sekkumisi.

Koolikohustuse täitmisega Palupera põhikoolis Eesti Hariduse Infosüsteemi andmetel probleemid puuduvad.

Valga maakonnas on aga maavanema korraldusega moodustatud viieliikmeline nõustamiskomisjon, kelle pädevuses on:

- 1) määrata hariduslike erivajadustega õpilastele võimetekohane õppekava või õppevorm;
- 2) suunata õpilane lapsevanema (hooldaja) nõusolekul sanatoorsesse kooli, erikooli või eriklassi;
- 3) suunata laps lapsevanema (hooldaja) nõusolekul erilasteaeda või erirühma;
- 4) otsustada lapsevanema taotlusel koolikohustuse täitmise edasilükkamine;
- 5) määrata õpilane tervislikel põhjustel koduõppele lapsevanema taotluse ning eriarsti või perearsti soovitusel alusel.

3.3. NOORTE SÜÜTEOD

Noorte süütegude osas analüüsitakse noorte poolt toime pandud õigusrikkumisi aastas. Süüteod on karistusseadustiku kohaselt kuriteod ja vääртеod.

Eesti Politsei- ja Piirivalveametist on kättesaadav omavalistuste põhine statistika alaealiste süütegude kohta alates 2006 – 2009. aasta kohta.

ALAEALISTE VÄÄRTEOD	2006	2007	2008	2009
KOKKU	8	5	22	6
tubakaseadus	3	4	5	2
alkoholiseadus	0	1	1	0

liiklusseadus	5	0	16	4
narkoväärteod	0	0	0	0
	2006	2007	2008	2009
ALAEALISTE KURITEOD	0	2	0	0
sh I aste	0	0	0	0

Tabel 35: Palupera valla alaealiste süüteod (Allikas: Lõuna Prefektuuri Valga Politseijaoskonna Otepää Konstaablijaoskond 2010).

Valga maakonnas töötab maakondlik alaealiste komisjon, mis loodi 1998. a Valga Maavalitsuse juurde ja kuhu vajadusel Palupera vald, põhikool pöörduda saab. Lisaks on koolis kollegiaalne organ oma mõjutusvahenditega. Võimalikud mõjutusvahendid on (tulenevalt Alaealise mõjutusvahendite seadusest): hoiatus; koolikorralduslikud mõjutusvahendid; vestlusele suunamine psühholoogi, narkoloogi, sotsiaaltöötaja või mõne muu spetsialisti juurde; lepitamine; kohustus elada vanema, kasuvanema, eestkostja või perekonnas hooldaja juures või lastekodus; üldkasulik töö; käendus; noorte- või sotsiaalprogrammides või rehabilitatsiooniteenuses või ravikuurides osalemine ja kasvatus eritingimusi vajavate õpilaste kooli suunamine.

3.4. LASTE JA NOORTEGA TEGELEVAD ASUTUSED

Antud indikaatoris antakse ülevaade Palupera valla laste ja noortega tegelevatest asutustest. Ülevaade võimaldab hinnata laste ja noorte võimalusi huvi- ja vabaaja tegevusteks ja riskikäitumise vähendamiseks.

Laste- ja noortega tegelevad asutused on Palupera valla hallatavad asutused, mittetulundusühingud jm kollektiivid. Kodutütarde, noorte kotkaste, skautide, Eesti Punase Risti noorte esindused, erakondade noortekogud Palupera vallas puuduvad.

Lasteaed

- MTÜ Hellenurme Mõis eralasteaed

Kool

- Palupera põhikool, õpilasesindus

Huviringid

- Hellenurme kultuurimajas tegutsev MTÜ Tantsuklubi Mathilde juures tegutsevad ringid, mis pakuvad ka noortele tegevust – lauluansambel, kõhutants jm.
- Palupera põhikooli juures tegutsevad huviringid – puidutöö, rahvatants, tantsuring,

arvutiring, mudilaskoor, spordiring, liiklusring, kunstiring, käsitööring, nuputa... ja kodu-uurimine.

Kunsti- ja muusikakooli Palupera vallas pole, kuid kunstihuvilised lapsed saavad end realiseerida soovi korral Elva ja Otepää Muusikakoolides, Puka Kunstikoolis jt sobivates huvikoolides.

Noortekeskused

- Hellenurme Avatud Noortekeskus
- Nõuni kultuurimaja juures tegutsev noortetuba
- Palupera Külamajas tegutseb noortegrupp.

Juba antiikajal ütlesid tunnustatud mõtlejad, et need, kes ei osale aktiivselt avalikus elus, ei ole ainult laisad, vaid ka täiesti kasutud. Peame oluliseks, et Palupera valla noor oleks teadlik oma võimalustest ja omaks oskusi neid ära kasutada. Üha enam pööratakse tähelepanu noorte teadlikkuse kasvule oma võimalustest, õigustest ja kohustustest nii Eestis kui terves maailmas. Tänapäeva maailm pakub noorele aina enam valikuvõimalusi, tänu internetile on need noorele kättesaadavad. Töö noortega on aga tõestanud, et vaatamata võimaluste rohkusele ei ole need paljudele noortele siiski kättesaadavad, kuna nad ise, nende koolid või vanemad ei tea neist palju ega oska neid leida.

Valla noorsooga tegelemise valdkonna põhieesmärkideks on:

- inimressursi arendamine;
- innovaatilisuse ja harituse edendamine, erinevate õppetasemete läbimise võimaluste arendamine, pidevõpet võimaldava ja soodustava elukeskkonna väärtustamine, ümber- ja täiendõppeks valmisoleku ning tingimuste loomine;
- kaasaegse, säästliku ning tervisliku õppe- ja töökeskkonna kujundamine, keskkonnasõbralik ja säästlik majandamine, keskkonnasõbralikule tervislikule linnale omaste põhimõtete väärtustamine ning vastava mõtteviisi kujundamine.
- tervislike eluviiside soodustamine ja kujundamine lasteaieast alates, kehalise tegevuse võimaluste laiendamine avalikus kasutuses olevate mängu- ja spordiväljakute väljaarendamise kaudu.

Küsitluslehti analüüsidest ollakse Palupera valla olemasolevate võimalustega lastele ja noortega rahul, kuid soovitakse enam valikuid. Soovida jätab just pakutava maht tütarlastele ja noortele vanuses 18-26 ning eakatele.

3.5. LASTELE OHUTU ELU- JA ÕPIKESKKOND

Indikaatoris käsitletakse ohutuse seisukohast last ümbritseva füüsilise keskkonna tegureid, nagu näiteks veekogud, teekond kooli ja lasteaeda, ülekäigurajad, mänguväljakute ja haridusasutuste mööbel, mänguasjad, inventar, sisetemperatuur jms. Indikaator võimaldab hinnata ohutegureid ja tegeleda vigastuste ennetamisega. Palupera vallas on ülekäigurajad

märgistatud vaid Nõunis ja Hellenurmes. Palupera kooli juures on kasutatud kiiruse aeglustamiseks kiirust piiravaid liiklusmärke 351 „Suurim kiirus 50 km/h” 2 tk, 173a „Lapsed” 2 tk ja 351 „Suurim kiirus 30 km/h”. Liikluskorraldusvahendite paigaldamisega on püütud teha kõik selleks, et luua kooli vahetus läheduses võimalikult ohutu liikluskeskkond. Pimedal ajal on valgustatud Palupera staadion, koolimaja esine ala ja mänguväljak ning kergliiklustee, Hellenurmes kergliiklustee ja osaliselt mõisapark. Ohtlik on liikluskorraldus Palupera ristist kooli suunas viival teelõigul, milliseid probleeme (tänavavalgustus) on välja toonud kooli hoolekogu, lapsevanemad ja küsitluslehtedele vastajad. Lasteaia laste lapsevanemad juhtisid tähelepanu vajadusele märgistada maantee ületuslõik kergliiklusteelt lasteaeda pääsemisel (teostatud) ja kooliõpilaste lapsevanemad soovivad ülekäigurada Palupera risti. Ohtlik on ka Nõuni keskuses liikluskorraldus, kus puudub kergliiklustee ja tänavavalgustus. Küsitluslehtedes on toodud ka ettepanek Hellenurme kaupluse juurest tee valgustamiseks nn. Mustamäeni.

Maa-ala vajadus on vahetult seotud laste füüsilise ja psüühilise arengu vajadustega. Liikumisfunktsioonid stimuleerivad laste arenemist. Karastamisprotseduuride intensiivistamiseks on otstarbekas, et kõik kehalised harjutused toimuksid vabas õhus. Lasteaia mänguväljak, mis nüüd piiratud, vajab lõpuni ehitamist, paigaldamist ootavad veel pingid, varikatus ja valgustid õuesõppe läbiviimiseks. Osaliselt vajab uuendamist juba ka koolimaja taga asuv mänguväljak. Äsja valmis aga õueala koos mänguväljakuga Hellenurme noortekeskuse territooriumil. Päidla järve ääres asuv mänguväljak on samuti korralik. Peagi valmib ujumiskoht Nõuni järve äärde, kus väikelastele ujumiseks ujuvsillaga piiratud turvaala.

Kooli mööbel vastab terviskaitse nõuetele, lasteaia mööbel on aga osaliselt amortiseerunud ja moraalselt vananenud ega vasta tervisekaitse poolt nõutavale (sile, nurkadeta, hästi puhastatav, soovitatavalt heledat värvi, vastama laste kasvule). Igal aastal on kool uuendanud mööblit klasside kaupa vastavalt rahaliste vahendite olemasolule. Laste luud on paindlikud, seetõttu on väga tahtis vältida väära kehahoiu ja lülisamba kõverdumise fikseerimist, tagades lasteasutuses õige kasvule vastava märgistatud mööbli, kõva põhjaga voodi olemasolu. Kool ja lasteaed on varustatud õppe- ja mänguvahenditega, kuid pidevas kasutuses olevad vahendid vajavad regulaarselt uuendamist, järelvalvet, remonti, kaasajastamist. Palupera valla arengukava 2007-2015 näeb ette, et nii lasteaia kui ka kooli välis- ja sisekeskkond viiakse vastavusse tervisekaitse-, päästeameti poolt nõutavaga.

Enda elu turvalisuse tagamiseks saab iga laps ja lapsevanem ka ise kaasa aidata, näiteks vaksineerimise abil. Haiguste vältimine on alati parem kui põdemine. Vaksineerimine on väga tõhus ning ohutu viis kaitsta end tõsiste nakkushaiguste eest. Vaksineerimine on osa elukindlustusest nakkushaiguste vastu. Vaksineerimisega alustatakse juba inimese esimesel eluaastal, sest ka imik võib haigestuda. Veelgi enam, osa haigustest, mille vastu vaksineeritakse, võivad kulgeda eriti raskelt just imikueas. Näiteks rohkem kui pooled b-tüübi hemofiilusbakteri poolt põhjustatud rasketest haigusjuhtudest on esinenud alla üheaastastel lastel, samuti on läkakõha kulg kõige raskem imikueas. Imiku- ja väikelapseas B-hepatiiti nakatumise tagajärjeks on suure tõenäosusega krooniline maksapõletik. Tuberkuloosibakter võib imikul ja väikelapsel põhjustada väga raskekujulise

ajukelmepõletiku. Näitena toome siin ära Tabelites 36 ja 37 kuni 2-aastaste laste immuniseerimise ja laste immuniseerimise difteeria ja teetanuse vastu 2009 aastal.

2-aastaste laste immuniseerimisega hõlmatus (%), 2009.a

Maakond/linn	2-aastaste laste arv	Difteeria, teetanus	Läkakõha	Poliomüeliit	Leetrid, mumps, punetised	B-viirushepatiit	Hib
WHO nõue		95,0	90,0	95,0	95,0		
Tallinn	5080	93,9	93,9	93,9	93,4	94,8	94,3
Harjumaa	1726	95,1	95,0	95,1	92,4	93,9	94,9
Hiiumaa	80	97,5	97,5	97,5	95,0	98,8	97,5
Narva	696	98,7	98,7	98,7	98,0	98,6	98,7
Ida-Virumaa	833	96,6	96,6	96,6	96,4	96,7	96,6
Jõgevamaa	279	98,6	98,6	98,6	97,8	96,4	98,6
Järvamaa	328	99,1	99,1	99,1	97,9	99,1	99,1
Läänemaa	244	98,4	98,4	98,4	98,0	99,2	98,4
Lääne-Virumaa	708	97,7	97,7	97,7	97,3	97,9	97,7
Põlvamaa	274	97,4	97,4	97,4	97,4	97,1	97,4
Pärnumaa	967	95,6	95,6	95,6	95,9	96,3	95,6
Raplamaa	369	98,6	98,6	98,6	97,6	98,4	98,6
Saaremaa	317	98,1	98,1	98,1	97,2	98,4	98,1
Tartumaa	2004	97,3	97,3	97,3	96,1	96,8	97,3
Valgamaa	288	96,5	96,5	96,5	96,2	94,8	96,5
Viljandimaa	495	97,2	97,2	97,2	97,4	97,6	97,2
Võrumaa	362	97,8	97,8	97,8	97,5	97,5	97,8
Eesti keskmine 2009.a	15050	96,0	96,0	96,0	95,2	96,1	96,1
	14447	96,1	96,1	96,2	95,4	96,2	96,0

Tabel 36: Eestimaa 2-aastaste laste immuniseerimisega hõlmatus 2009 aastal (Allikas: Terviseamet 2010):

Laste immuniseerimine difteeria ja teetanuse vastu, 2009.a

	Hõlmatus immuniseerimisega (%)								
	Laste arv	Vaktsitud 2a.	Vaktsitud 1a.	Vaktsitud 7k.-14a.	I rev. 2-14a.	Vanus, mil saavut. 95% I rev.	II rev. 7-14a.	Alal. v/n 0-14a.	Vaktsineerimise keeldunud 0-14a.
Tallinn	59839	93,9	93,4	96,1	92,5	8	88,9	0,1	1,9
Harjumaa	21325	95,1	94,9	97,1	93,2	7	92,3	0,1	1,8
Hiiumaa	1277	97,5	91,7	97,9	97,6	4	97,4	0,2	2,3
Ida-Virumaa	11790	98,7	97,1	98,9	97,5	3	92,5	0,1	0,3
Narva	9151	96,6	96,9	98,3	95,3	4	92,0	0,2	0,9
Jõgevamaa	4727	98,6	97,4	99,0	98,3	3	97,2	0,0	0,4
Järvamaa	4967	99,1	96,3	98,4	97,7	3	93,8	0,1	0,7
Läänemaa	3671	98,4	99,3	98,5	96,9	3	94,2	0,1	0,8
Lääne-Virumaa	9847	97,7	96,1	98,3	97,2	3	94,0	0,1	0,8
Põlvamaa	4050	97,4	96,3	98,7	96,9	3	96,3	0,0	0,9
Pärnumaa	13002	95,6	96,2	97,7	95,8	4	95,2	0,1	1,5
Raplamaa	5141	98,6	97,2	99,2	98,9	3	94,7	0,1	0,6
Saaremaa	4604	98,1	97,0	98,6	97,5	3	95,0	0,1	0,7
Tartumaa	24522	97,3	96,7	98,4	97,4	3	93,6	0,1	1,2
Valgamaa	4765	96,5	96,5	98,0	96,1	5	94,9	0,2	0,8
Viljandimaa	7292	97,2	95,9	98,5	98,1	3	95,7	0,1	0,9
Võrumaa	5232	97,8	97,8	98,8	98,2	3	98,7	0,1	0,5
Eesti keskmine 2009.a	195202	96,0	95,3	97,6	95,3	5 aastat	92,7	0,1	1,3
Eesti keskmine 2008.a	195952	96,1	95,0	97,8	95,9	3 aastat	91,2	0,1	0,8

Tabel 37: Eestimaa laste immuniseerimine difteeria ja teetanuse vastu 2009 aastal (Allikas: Terviseamet 2010).

Hea on tõdeda, et Valgamaa näitajad on Eesti keskmisega võrreldes paremad. Ka teiste nakkushaiguste suhtes on Valgamaa lapsed vaktsineeritud enam kui Eesti keskmine näitaja, vaid B-viirushepatiidi ja tuberkuloosi vastu vaktsineerimise näitajad on Valgamaal alla Eesti keskmist.

Eestimaa laste 2007. aastal registreeritud kõikide haigusjuhtude arv on aga võrreldes 1998. aastaga suurenenud 39% võrra. Laste haigestumuse tõusu mõjutavad mitmed riskitegurid, üks nendest on keskkonnaseisund ning sealhulgas ka lasteasutuste keskkonna seisund. Rahvatervise seaduse alusel on kehtestatud lasteasutustele tervisekaitse nõuded, s.h. tervisekaitse-, tervise edendamise, päevakava ja õppekava koostamise, toitlustamise jm. nõuded. Mõisahoonetesse paigutatud lasteasutused on pigem pindala, kui ruumala nappuses. Väikesele pinnale püütakse mahutada palju mööblit, mis ei taga aga vaba ja ohutut liikumist. Siin tuleks mööbli valikul kasutada enam kokkupakitavad mööblit (voodid, lauad, toolid), mida vajadusel saab osa päevast koondada. Vähemoluline pole ka ruumide, mööbli, esemete puhtus, sest laste, kes viibivad lasteasutuste ruumides kuni 40% ööpäevast, immuunsüsteem ei ole piisavalt arenenud ja küps. Kui lasteasutuses pole aga nõuetele vastavat valgustust, halveneb laste nägemisfunktsioon, võib areneda lühinägevus.

Hoolitsus naha eest on laste ja personali isikliku hügieeni oluline osa. Nii on väljahitamisel ka Hellenurme lasteaias tualettruumid, et oleks tagatud lastele privaatsus. Vajalik oleks laste jalgade pesemise võimalus suvel õuest tuppa tulles.

3.6. KOOLI/LASTEAIAS TERVISETEENUSE OLEMASOLU

Kooli/ lasteaia tervise teenuse all on mõeldud psühholoogi, logopeedi, tervishoiutöötaja, sotsiaaltöötaja ja liikumisõpetaja olemasolu haridusasutuses. Kohalik omavalitsus on kaasvastutaja koolitervishoiuteenuse eest.

Palupera põhikoolis töötab logopeed, lisaks toimuvad parandusõppe tunnid. Psühholoogi teenust ostetakse kas kohapeal sisse või kasutab lapsevanem mujal osutatavaid teenuseid. Kooliarst jälgib regulaarselt õpilaste tervist, teostab kaitsesüstimised. Palupera põhikoolis on kooliõe andmetel kõik riiklikusse vaksineerimiskavasse kuuluvad vaksineerimised tehtud. Kuuel kooliõpilasel on korrigeeritud silmanägemine ehk nad kannavad prille. Sotsiaalpedagoogid ja ravivõimlemise pedagoogid vallas puuduvad. Lasteaias puudub liikumisõpetaja ja vajaka on logopeedilisest teenindamisest.

2009/2010 õppeaastal on Hellenurme lasteaias vabu kohti vaid 4. 2006.aastal moodustati teine rühm lasteaeda juurde. Lähiaastatel kolmanda rühma vajadust näha ei ole. Lapsevanem maksab lasteaiatasu 200 krooni kuus (kohamaks 150 krooni ja õppemaks 50 krooni) 11 kuu jooksul, lisaks toidukulu. Õppekavaväliselt lasteaias tegevusi ei pakuta, sest huvi on olnud lastevanemate hulgas väga tagasihoidlik. Eks oma osa ole ka võimalustel.

Suvistes laagrites osaleb aastaid keskmiselt 7 õpilast, laagrituusikute eest tasumist toetab kohalik omavalitsus (vt ptk 2 punkt 2 alapunkt 1.4, Tabel 32). Õpilastele sobivate suviste töökohtade osas on suur puudus.

Lastele ja nende vanematele on kättesaadav õppenõustamisalane teenus Valga Jaanikese kooli nõustamiskeskuses, kus osutatakse psühholoogilist, eripedagoogilist, logopeedilist ja sotsiaalpedagoogilist nõustamist. Nõustamiskeskus korraldab spetsialistide nõustamise 2010 aasta kevadel soovijatele lasteaeda tulijatele lastele, nende vanematele.

Ujumiseõpetust viiakse kooliõpilastele läbi Pühajärve SPA ujulas. Huviringide ja spordiklubide tegevust toetab vallavalitsus valla eelarvest. Lapsevanemal tuleb tasuda ringis/trennis osalemise eest osaliselt. Küsitluslehti analüüsides võib järeldada, et laste spordiringides ja treeningutel osalemisega ei saa rahul olla. Probleemiks transport, sest kohapeal koolis pakutav on vaid kooliõpilastele ja siingi valik väike. Eriti tuntakse puudust pallimängudest (võrk- ja korvpall), kergejõustikust, suusatamisest ja tüdrukutele mõeldud aladest (aeroobika, tantsud).

Laste tervise teenuste toetustest saab ülevaate ptk 2 punkt 2 alapunktis 1.4, Tabel 32.

Lasteaia, kooli ja hooldekeskuse personal peavad olema läbinud tervisekontrolli vastavalt Nakkushaiguste ennetamise ja tõrje seadusele. Tööandja on kohustatud tervisetõendit nõudma enne töötaja tööleasumist. Hiljem peab tööandja saatma töötaja vastavalt riskihindamise tulemustele korrapärasele tervisekontrollile, sealhulgas iga kahe aasta järel kopsude röntgenuuringule. Kui tööandja ei nõustu töötajale töötamisele eelnevat tervisekontrolli maksumust kompenseerima, teeb seda töötaja ise. Edaspidised tervisekontrollid, ka eelpool kirjeldatud iga kahe aasta tagune kopsude röntgenuuring, on

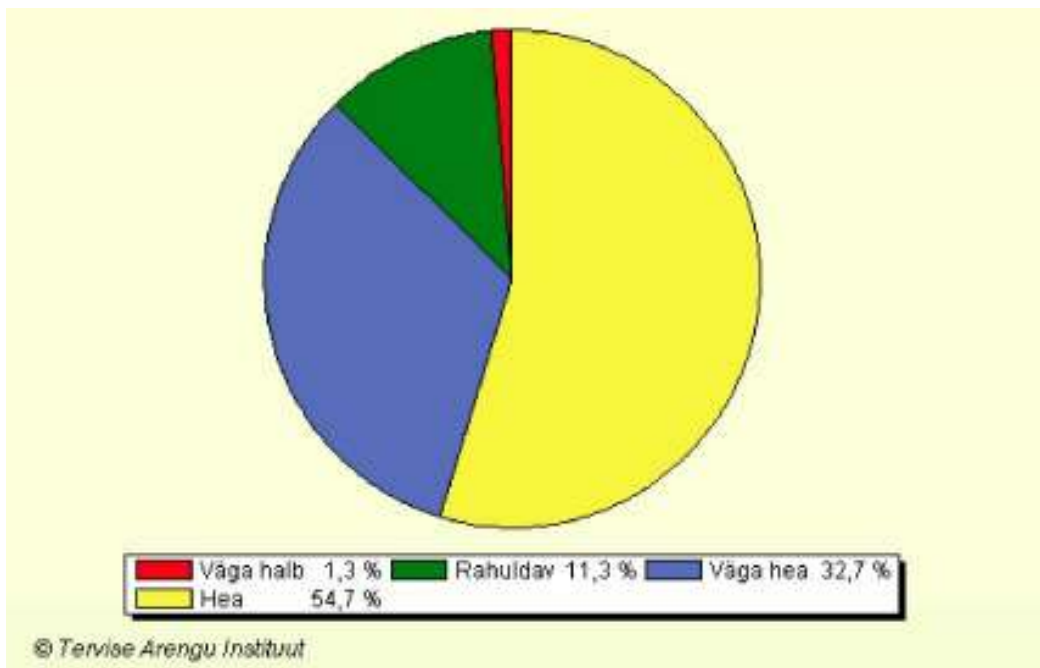
käsitletavad tervisekontrollidena töötervishoiu ja tööohutuse seaduse tähenduses ning need peaks kompenseerima tööandja.

Palupera valla lasteasutustes puudub tervishoiutöötaja. Tervishoiuteenus on jagatud erinevate ametite vahel (nakkushaiguste esinemist jälgib ja leviku tõkestamise nõuete täitmist kontrollib koolis kooliõde, hammaste tervishoidu regulaarselt hambaarst, toitlustamist jälgivad menüüde koostajad koos majandusalajuhatajatega, kasutades selleks programmi ANC, haiguste ennetamise ja tervise edendamise projekte viib läbi huvijuht, esmaabikoolituse on läbinud kõik õpetajad, med.abi saab ka med.töötajatelt hooldekeskusest). Hooldekeskuse hambaarsti ja kooli pedagoogilise personali vahel on hea koostöö õpilaste hambaraviks (registreerimine, transport).

3.7. LASTE TERVISEHINNANG

Järgnevates indikaatoris kajastatakse laste tervisekäitumise olukorda, mille aluseks on *Tervise Arengu Instituudi „Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring 2005/2006 õppeaastal“*. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuringusse on kaasatud 11-, 13- ja 15-aastased lapsed, kes ise ankeetküsitluses andsid hinnangu oma tervise ja tervisekäitumisele. Tulemuste esitlusel on 15 maakonda rühmitatud viieks administratiivseks piirkonnaks. Uuringutulemustes kuulub Valgamaa ühte piirkonda Tartu, Jõgeva, Põlva ja Võru maakonnaga.

Käesolevas indikaatoris käsitletakse uuringus osalenud laste enese hinnangut oma tervisele. Joonisel 20 on esitatud graafiliselt laste hinnangu jagunemine oma tervisele piirkonnas, millised näitajad on Eesti mujal piirkondades enam-vähem samasugused.



Joonis 20: Laste tervise enesehinnang piirkonnas graafiliselt (Allikas: Tervise Arengu Instituut, 2009).

Hinnang oma tervisele muutus kehvemaks, mida kehvem oli pere majanduslik olukord. Nii näiteks hindas oma tervist väga halvaks juba 6 % halvas majanduslikus olukorras olevate perede lastest.

Depressiooniepisoode viimasel 12 kuul esinenud 26 % lastest piirkonnas, teistes piirkondades samaväärselt, kuid Harju- ja Raplamaal juba 40 %. Mitte-eestlastest laste hulgas on depressiooni esinenud 57,6 %, eestlastel 26,2 %. Depressiooni lastel esineb 56,4 % juhtudest halva majandusliku olukorraga peredes, seejuures kui heas majanduslikud olukorras peredest lastel on depressiooni esinenud 30 % lastest.

3.8. KEHALINE AKTIIVSUS JA KEHAKAAL

Inimese optimaalne kehakaal sõltub paljudest faktoritest, nagu pikkus, lihaste ja luude mass, vanus, sugu. Kuid olulisem kui kaal, on rasvkoe osa selles. Ülekaalulisuse näitajana peetakse käesoleval ajal usaldusväärseks Quetelet indeksi e. kehamassiindeksi (KMI) määramist. Seda arvutatakse valemi järgi, kus:

$$\text{KMI} = \frac{\text{Kehakaal (kg)}}{\text{Pikkuse ruut (m)}}$$

Keha massi indeksi hindamine:

KMI	Hinnang	Ülekaalu %
alla 19	alatoitumine	-
19-24	normaalne kaal	-
24,1-27	kerge ületoitumine	1-10
27,1-30	keskmise ületoitumine	11-20
30,1-40	mõõdukas ületoitumine	21-60
üle 40	tugev ületoitumine	üle 60

Keha massi indeksi normväärtused sõltuvalt vanusest:

Vanusegrupp	Keha massi indeks
19-24 aastat	19-24
25-34 aastat	20-25
35-44 aastat	21-26
45-54 aastat	22-27
55-64	23-28
>65 aasta	24-29

Liigsed kalolid ja vähene füüsiline aktiivsus viivad liigse kehakaalu tekkele. Mõõdukas füüsiline aktiivsus aitab põletada liigselt toidust saadud kaloreid, on väga soodsa mõjuga südametegevusele ja veresoonkonnale ning üldisele tervisele ja heale enesetundele. Niisiis, tuleb muuta laste eluviis aktiivseks - jalutuskäigud lõunavaheajal, jõukohane trenn, matkad jm. Spordi ja kehakultuuriga tegelemine on üheks aluseks laste ja noorte harmooniliseks ja tervislikuks arenguks ning täiskasvanuile tervise hoidmiseks ja parandamiseks. Olulise tähtsusega on spordi ja kehakultuuri sotsiaalne roll vaba aja organiseeritud tegevusega täitmisel. Kehakultuuriga tegelemise võimalus aitab leevendada sotsiaalse tõrjutuse probleemi ja on kättesaadav ka väiksema sissetulekuga inimestele, pakkudes seega võrdseid võimalusi tervise hoidmiseks ja parandamiseks. Aktiivse puhkuse veetmise võimalused toetavad ka turismi arengut.

Kehalise aktiivsuse tõstmiseks tuleb vallas:

- lähtuda spordiarendustegevuses terviseedenduse põhimõtetest;
- erilist tähelepanu pöörata laste- ja noortesportile;
- propageerida tervise- ja rahvasporti;
- kaasajastada olemasolevaid ja luu uusi spordirajatisi;
- jätkata aktiivse kehalise tegevuse kaudu tervislike valikute tegemise võimaluste väljaarendamist koostöös kogukonna, valitsusväliste organisatsioonide ja erasektoriga.

Palupera põhikoolis kooliõe andmetel ülekaalulisi ja kõrge vererõhuga lapsi pole.

3.9. SÕLTUVUSAINETE TARVITAMINE

Uuringust „Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring 2005/2006 õppeaastal” :

Alkoholi on piirkonnas (Valgamaa koos Tartu, Jõgeva, Põlva ja Võru maakonnaga) proovinud 63 % lastest, samas suurusjärgus teiste piirkondadega, Ida-ja Lääne-Virumaal mõnevõrra rohkem. 11. eluaastaks on alkoholi proovinud 41,4 % poistest ja 21,6 % tüdrukutest, 15. eluaastaks aga 87-89 % poistest-tüdrukutest. Eestlastest laste alkoholi tarbimise kogemus on mõnevõrra suurem: 67,6 %, mitte-eestlaste hulgas 52,9 %. Alkoholi tarvitavad rohkem halva majandusliku olukorraga peredest lapsed: 74,8 %, samas kui hea majandusliku olukorraga perede lastest on alkoholi tarvitanud 61,8 %.

Esmakordne purju joomise kogemus on 12 % lastest 13. eluaastaks. Iga kuu ja harvemini alkoholitarbimise sagedus on suurem eestlaste hulgas, sagedasem alkoholitarbimine on eestlaste ja mitte-eestlaste hulgas ühesugune, igapäevane alkoholitarbimine mitte-eestlaste hulgas 3,1 %, eestlaste hulgas 1,2 %. Alkoholitarbimise sagedus on majanduslikult halvas olukorrast peredest laste hulgas suurem, iga päev tarvitab alkoholi 5,5 %, samas teistes gruppides on see protsent 1,5.

3.10. KOOLI/LASTEAIATOIT

Koolitoit Palupera vallas on tasuta kõigile 1. – 12. klassis õppivatele vallakodanikele, kus iganes koolis nad õpiksid (alg-, põhikool ja gümnaasium). Kutseharidust omandavad vallakodanikud saavad selleks toetust 2 korda õppeaastas, 600 krooni/kord. Koolide juures töötab pikapäevarühm, lisatoitlustusega. Lisaks toetatakse ka õpilaskodu kasutavate õpilaste toitlustamist. Toidupäev koolis maksab 20 krooni (sellest 11.35 toiduained, lisaks elekter, töötasud jm). Toidupäeva maksumus lasteaias on 13 krooni (hommikusöögita 10 krooni), millest vallavalitsus doteerib 3 krooni päevas. Kõik Palupera põhikooli õpilased ja Hellenurme lasteaias lapsed söövad kooli/lasteaiatoitu. Kooli/lasteaiatoidu hindamiseks kohalikul tasandil viiakse iga-aastaselt läbi toidu analüüsid, mis on olnud normidele vastavad. Kool osaleb piimanina ning puu- ja köögivilja programmis, mida toetab Euroopa Liit ja see on õpilaste poolt väga hästi vastu võetud.

Tervisliku toitumise põhitingimuseks on, et alates varasest lapseast peaks lapse toidusedel sisaldama iga päev vajalikus koguses ja vahekorras põhitoitaineid, vitamiine ja mineraalaineid. See soodustab lapse eakohast arengut. Tervisekaitseõuete kriteeriumid laste toitlustamisele:

- üldnõuded – söögiajad, kestvus, nõuetekohane joogivesi, määratud menüü jms.;
- toiduenergia-ja põhitoitainete sisaldus – päevasest koguenergiast peavad süsivesikud moodustama 55-60%, toidurasvad 25-30% ja toiduvalgud 10-15%;
- menüü koostamine – mitmekesisus, kahe nädala menüü intervall toitainevajaduse tagamisel, lubamatu toiduenergia saavutamise osa toitainete ülenormatiivse lisamisega, õige sagedus puu- ja köögivilja, kalatoitude, vorstitudete pakkumisel,

võimalikult töötlemata ja värsketest toiduainetest toit (aurutamine, hautamine, keetmine, vähendada praadimist), piimatoodete, leivatoodete õige valik, kala- ja linnuliha eelistamine jms.;

- dokumentatsioon – tehnoloogilised juhendid valmistoidule, nädalamenüü nähtaval kohal jms.;
- toidu serveerimine – temperatuur, saastumine, puhtad ja terved nõud.

Mitmekesise ja tasakaalustatud toidu menüüde koostamisel kasutatakse Tervise Arengu Instituudi poolt välja töötatud juhendmaterjali ja lisaideid.

Lasteasutused peavad korraldama vajadusel ka eritoitu vajava lapse toitlustamise – pakkuma lasteasutuses või kui laps/lapsevanem toob eritoidu kaasa, tagama selle säilitamine, soojendamine.

Kasulik on korraldada lasteasutustes lapsevanematele küsitlusi. See aitab juhtkonnal saada ülevaadet lapsevanemate arvamustest ning õigeaegselt teha võimaluse piires korrektiivse lasteasutuse menüüs.

3.11. ÕPILASTRANSPOORT

Palupera vallas on tasuta koolibussi teenus, mis tagab lastele Palupera põhikooli ja Otepää gümnaasiumi jõudmise. Bussi graafik on koostatud arvestades koolitundide algust ja lõppu ning vajadusel korrigeeritakse sõidugraafikut. Koolibussi graafikujärgne veomaht on ca 170 liinikilomeetrit õppepäevas. Õpilaste vedu ühistranspordiluba omava teenuse osutaja poolt teostatakse vaid tehniliselt korras bussiga. Kohalikul omavalitsusel on õigus tehnilise seisukorra väljaselgitamiseks suunata buss ARK ülevaatuspunkti erakorralisele ülevaatusetele teenuse osutaja kulul.

Teiste gümnaasiumite, keskkoolide õpilastele kompenseeritakse kooli ja koju sõit aruandluse, bussi/rongipiletite alusel. Küsitluslehtedel on toodud ettepanek toetada ka kutse- ja kõrghariduse omandajaid, kes ei tööta.

3.12. PROBLEEMID LASTE JA NOORTE TURVALISE NING TERVISLIKU ARENGU INDIKAATORITE PÕHJAL

Alaealiste väärtegade arv on tõusutrendil.

Alaealiste poolt alkoholi ja tubakatoodete tarbimisega seotud väärtegade arv on tõusutrendil.

Lasteaia mänguväljak vajab lõplikult väljaehitamist ja mööbel ei vasta tervisekaitse nõuetele.

Vajadus on õpilastele sobivate suviste töökohtade järele.

Üle pooltes halvas majandusliku olukorraga peredest lastel on esinenud depressiooni.

Kehaline aktiivsus väheneb, mida halvem on pere majanduslik olukord.

Alkoholi on proovinud 63 % lastest.

11. eluaastaks on alkoholi proovinud 41,4 % poistest ja 21,6 % tüdrukutest, 15. eluaastaks aga 87 – 89 % poistest-tüdrukutest.

Eestlastest laste ja halvemas majanduslikus olukorras peredest laste alkoholi proovimise kogemus mõnevõrra suurem.

Esmakordne purju joomise kogemus on 12 % lastest 13. eluaastaks.

Igapäevasuitsetajate osakaal on piirkonnas väikseim, küll aga joonistub välja jällegi halvemas majanduslikus olukorras peredest laste suurem osakaal igapäevasuitsetajate hulgas.

24 % poistest ja 13 % tüdrukutest on 11. eluaastaks kanepit suitsetanud, 15. eluaastaks on kanepit proovinud pooled lastest. Kanep on populaarsem eestlaste hulgas ja majanduslikult paremal järjel peredest laste hulgas.

4. TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND

Tervist mõjutab oluliselt ka füüsiline keskkond. Füüsilise keskkonna tähtsaimad komponendid, mis avaldavad mõju tervisele on õhk, vesi, toit ning töö- ja elukeskkond. Kui atmosfääri õhu saastetase on Eestis üldiselt vähenenud, siis tänu mootorsõidukite arvu pidevale kasvule ja nende liiklustiheduse suurenemisele on nende heitgaasidest tingitud õhusaaste suurenenud. Siseroomides on peamisteks õhusaaste allikateks puudulik ventilatsioon, fossiilse kütuse kasutamine, ehitus- ja sisustusmaterjalid, tarbekemikaalid ja sünteetilised tarbekaubad. Kvaliteetse joogivee tagamine kogu elanikkonnale on seni lahendamata probleemiks. Tervisele ebasoodsat mõju avaldava joogivee peamisteks põhjusteks on põhjavee saaste pinnase kahjustustest inimtegevuse hoolimatuse tagajärjel. Toidukeskkonnas on tervise suurenenud riskideks toiduainete saastatus mikroobidest ja lisatud keemilistest ainetest ning vitamiinide ja mineraalainete puudumine. Töö- ja elukeskkonnas on endiselt peamisteks füüsilisteks tervisemõjuriteks müra, ebasoodne mikrokliima ja ebasanitaarsed ning otseselt tervistkahjustavad töötingimused.

Käesoleval ajal on elu- ja töökeskkond peamiseks tervist määravaks teguriks (ligikaudu 60% ulatuses). Inimest ümbritseva keskkonna mõju on pidev ja arvestatav. Inimese töö- ja elukeskkonna korraldus määrab oluliselt inimese psühhosotsiaalse heaolu ja tema tervisliku seisundi. Tervise säilitamiseks ja parandamiseks on vaja korraldada keskkond selliselt, et vähendada või kõrvaldada keskkonnast tulenevate ohutegurite kahjulik toime (keskkonnareostus, müra, nakkushaiguste levik jms).

4.1. HUVITEGEVUSE JA VABA AJA VEETMISE KOHAD

Kultuurielus osalemine aitab tugevdada inimese mina-identiteeti ning kogukonda kuuluvuse tunnet. Seos rahvakultuuriga on rahvusliku identiteedi aluseks. Kultuurivaldkond annab inimestele võimaluse vaimsete vajaduste rahuldamiseks ja vaimse tervise tugevdamiseks.

Rahvakultuuri traditsioonidest on Palupera vallas mõnedki juba pikaajalised (jaanipäevad, mälumäng, tantsu-, laulu- ja näiteringid, erinevate tähtpäevade tähistamised, spordiüritused) ning nende jätkamine on oluline kultuuri- ja ajaloopärandi säilitamise seisukohalt. Vallas on aktiivne kultuurielu selle erinevates vormides. Vallas on kaks raamatukogu, lisaks kooli raamatukogu, kaks kultuurimaja, Leigo järvemuusikakontsertide traditsioon, kus propageeritakse kõrgkultuuri. Aasta kestel saab nautida mitmeid külalisteatrite etendusi, oma näitetrupi etendusi, meelelahutusüritusi erinevatele maitsetele jpm.

Ehitistest tegeletakse vaba aja veetmisega, huvitegevusega Palupera vallas lisaks järgmises alapunktis toodud tegevuskohtadele õues ka Palupera mõisahoones, kultuurimajades, raamatukogudes, noortekeskuses ja külamajas. Eelkooliealised veedavad suure osa oma päevast aga Hellenurme mõisahoones. Ehitiste olukorda inimese tervise seisukohalt on Palupera vallas uuritud viimastel aastatel põhjusel, et teada, kuis peaks toimima probleemide olemasolul. Seda tööd on plaanis ka jätkata. Radooni mõõtmine toimus lisaks elamutele ka Palupera mõisahoones (koolimaja) ja Hellenurme mõisahoones (lasteaed). Tulemustest saab ülevaate ptk 4 punkt 4 alapunktist 1.1. Energiaaudit on koostatud Palupera mõisahoonele, Palupera külamajale, Hellenurme mõisahoonele ja Nõuni maakultuurimajale. Termografeerimine ja rõhutest teostati 2009 aastal ka uuele Nõuni raamatukogule. Renoveeritud lasteasutustes ja Nõuni raamatukogus on teostatud valgustatuse, ventilatsiooni mõõtmised. Kõik mõõtmiste tulemused jäävad normide piiresse, vajakajäämised on likvideeritud või plaanis.

4.2. ÜLDKASUTATAVAD SPORDIRAJATISED JA TERVISERAJAD

Palupera vallas on sportimiseks Palupera põhikooli juurde rajatud staadion ja Nõuni maakultuurimaja juures asuv palliväljak. Valda läbib Tartu Maratoni nelikürituse rada. Spordiüritustest on olulisemad Nõunis võrkpalliturniir Põrsas Cup, samuti Nõuni Triatlon. Räbi külas statsionaarsetel viburadadel toimuvad treeningud, võistlused vibulaskmises. Valda läbib Elva jõgi, mis on Emajõe lisaharu ja siit tulenevalt on Palupera vald seotud ka Emajõe Jõeriigi projektiga (kanuu- ja süstamatkad mööda Elva jõge, puhke- ja ööbimiskohad kallastel).

Puhkealadel on oluline osa inimeste jõuressursside taastamisel, sotsialiseerumisel ning vallaelu kvaliteedi tagamisel. Palupera vallas on viis puhkeala – Hellenurmes, Lustimäel, Päidlas, Paluperas ja loodav ala Nõunis, mis kõik avalikuks kasutamiseks, juhindudes puhkealade kodukorda. On korrastatud mitmed mängu- ja spordiväljakud, kasutada saab Tartu Maratoni radasid. Vallas on veel mitmeid perspektiivseid vaba aja aktiivset veetmist võimaldavaid piirkondi, mis nõuavad arendamist. Samuti vajavad olemasolevad puhkealad edasiarendamist, hooldamist. Haljastus on aluseks õhupuhtuse säilitamisel, müra

summutamisel ning valla esteetilise väärtuse tõstmisel. Väärtuslikumateks haljasmaadeks on 19. saj. rajatud mõisapargid ja Lustimäe park, kus leidub mitmeid haruldasi puuliike. Mõisaparkides on sõelmetega kaetud rajad jalutamiseks ja jooksmiseks. Puud on tähistatud, et harida parkides jalutajat ka dendroloogia temaatikas.

Et võimaldada vallaelanikele aastaringselt kehalist tegevust vabas õhus on oluline puhkealade ja radade väljaarendamine kaasates era- ja kodanikualgatust. Perioodiline infovahetus, vastastikune tegevusplaanide tutvustamine ja kooskõlastamine ning ühiste ideede genereerimine võimaldab tagada arendatava vaba aja veetmise infrastruktuuri otstarbekohasuse ja kasuteguri piirkonna atraktiivsuse tõstmisel ja tarbijaskonna ligimeelitamisel. See omakorda motiveerib ettevõtjaid osalema ühiskondlikus kasutuses vaba aja veetmise infrastruktuuri väljaarendamisel ja hilisemal haldamisel. Toetatakse erinevate sektorite omavahelist võrgustumist ühiste tootepakettide loomisel.

Palupera valla arengukava toetab polüfunktsionaalsete teenustega loodus- ja spordipunktide väljaarendamist ning erasektori poolt rahvaspordi- ja aktiivse vaba aja veetmise võimaluste loomist, vajaliku infrastruktuuri väljaarendamisega ja arendusprojektide kaasfinantseerimisega (looduse õpperajad, matkarajad, suusarajad, jalgrattarajad, orienteerumine, kalapüük, piknikud, telkimine, karavaniplatsid, matka- ja suusapäevad koolidele, looduse õppepäevad jms.). Elva-Vitipalu maastikukaitseala, mis ulatub ka Palupera valda on eeldatavasti huvipakkuv üha enam mitte ainult vallaelanikele vaid ka külalistele, seda eelkõige Via Hanseatica arengukoridori arenedes. Miljööväärtuse parandamiseks rakendatakse ühtseid heakorranõudeid ning tõhustatakse heakorrajärelvalvet.

Küsitluslehti analüüsidest ollakse Palupera valla olemasolevate ehitistega suures osas rahul. Ettepanekutest, märkustest on toodud – rulluisu-, jalgratta- ja kepikõnnitee vajadus maantee äärde Hellenurmest Paluperani ning Nõunist Otepääni; suusarajad Nõuni järvele; Nõuni järve ringmatkarada; sisesaal valda; jõusaal.

4.3. TRANSPORT JA TEEDE VÕRK

Palupera vallas on olulisemateks valda läbivateks riigimaanteedeks Tatra-Otepää-Sangaste ja Rõngu-Otepää-Kanepi tugimaantee ning Elva-Palupera-Kähri ja Hellenurme- Päidla kohalik maantee. Riigiteed jäävad Kagu Teedevalitsuse Valga osakonna haldusalasse. Valda läbib Tartu-Valga raudteeliin. Paluperas asub raudteejaam.

Aasta→	2006		2007		2008	
Peatus/jaam↓	Peale	Maha	Peale	Maha	Peale	Maha
Palupera reisirajad	1457	1342	1942	1809	325	304

Tabel 38: Reisirajate vedu Palupera jaamas (Allikas: AS Edelaraudtee). Märkus: reisirongide liiklus peatus raudtee remondi tõttu alates 01. aprillist 2008.

Eestimaa raudteetransiidi arenedes võiks Palupera jaamast kujuneda kauba ladustamise ja ümberlaadimiskoht. See eeldab infrastruktuuride parandamist ning logistika arendamist. Vallateede pikkus on 87,3 km, millest vaid 6,7 km on mustkattega.

Tervislik ja säästlik transport tähendab mootorsõidukite hulga vähendamist ja käimise ning jalgrattasõidu propageerimist, mida toetab ühiskondliku transpordi süsteem. Kogu Euroopas propageeritakse lühikeste sõitude (kuni 5 km) tegemiseks jalgratast, mis annab olulise panuse tervislikkuse edendamisele, õhusaaste, müra ja loodusressursside kasutamise vähendamisele ning majanduslikule kokkuhoiule.

Rakendatud on meetmeid liiklusohutuse suurendamiseks külakeskustes (kergliiklusteed ja tänavavalgustus Hellenurmes ja Paluperas, ülekäiguraja märgistamine Nõunis, kiirusepiirangud jm), kuid seda on ilmselgelt vähe. Kergliiklusteid oleks vaja enam, samuti tänavavalgustust ja lahendada parkimisprobleeme. Parandada tuleks liikumiskustega inimeste liikumisvõimalusi. Kruusakattega teede tehniline seisukord pole samuti mitte kõikjal rahuldav (Nõuni-Neeruti-Lutike, Hellenurme-Päidla, Kintsli-Laguja jt). Ühistranspordina on kasutuses bussid ja rong.

4.4. KESKKONNAMÕJURID

4.4.1 ELUASE

Eluruumide kvaliteedil on oluline roll inimese tervisele ja heaolule. Viletsad elutingimused tingivad viletsa tervise.

Palupera valla elamufondi moodustab 300 majapidamist, millest 20 on korterelamud, ülejäänud ühepereelamud. 80% valla puitelamutest on ehitatud ajavahemikus 1890-1970, 95% kiviellamutest on ehitatud pärast 1960-ndaid. 79% elanikest elab ühepereelamutes, mis moodustavad 93% kõigist Palupera valla elamutest.

2008 aastal teostati Kiirguskeskuse poolt mõõtmised Palupera valla erinevates külates, et mõõta radooni hoonete siseõhus. Iga objekt on individuaalne ning pinnas millel see asub on erineva radooni kontsentratsiooniga.

Mõõtmise tulemused Palupera vallas:

Aadress	Koht	Tulemus (Bq/m ³)
Astuveres küla (rehielamu)	köök-elutuba	41
Astuveres küla (rehielamu)	magamistuba	37
Hellenurme küla, Ridaelamu 1-1	köök, I korrus	28
Hellenurme mõisahoone (lasteaed)	noorem rühm	12
Hellenurme mõisahoone (lasteaed)	vanem rühm	18
Lutike küla (elamu)	elutuba	91
Miti küla (elamu)	II korrus	13
Miti küla (elamu)	I korrus	9
Mäelooga küla (elamu)	elutuba, I korrus	19
Neeruti küla (elamu)	köök	58

Neeruti küla (elamu)	tuba	52
Nõuni küla (elamu)	magamistuba	73
Nõuni küla (elamu)	elutuba	60
Palupera küla (elamu, raudtee lähedus)	elutuba	50
Palupera põhikool	klass nr 44, II korrus	35
Palupera põhikool	klass nr 56, I korrus	38
Palupera põhikool	aula+võimla, I korrus	27
Palupera põhikool	õpetajate tuba, I korrus	36
Pastaku küla (elamu)	magamistuba	76
Pastaku küla (elamu)	elutuba	59
Räbi küla (elamu)	I korrus	95
Räbi küla (elamu)	I korrus	7
KOKKU 22 majapidamist	KESKMINE TULEMUS VALLAS	42

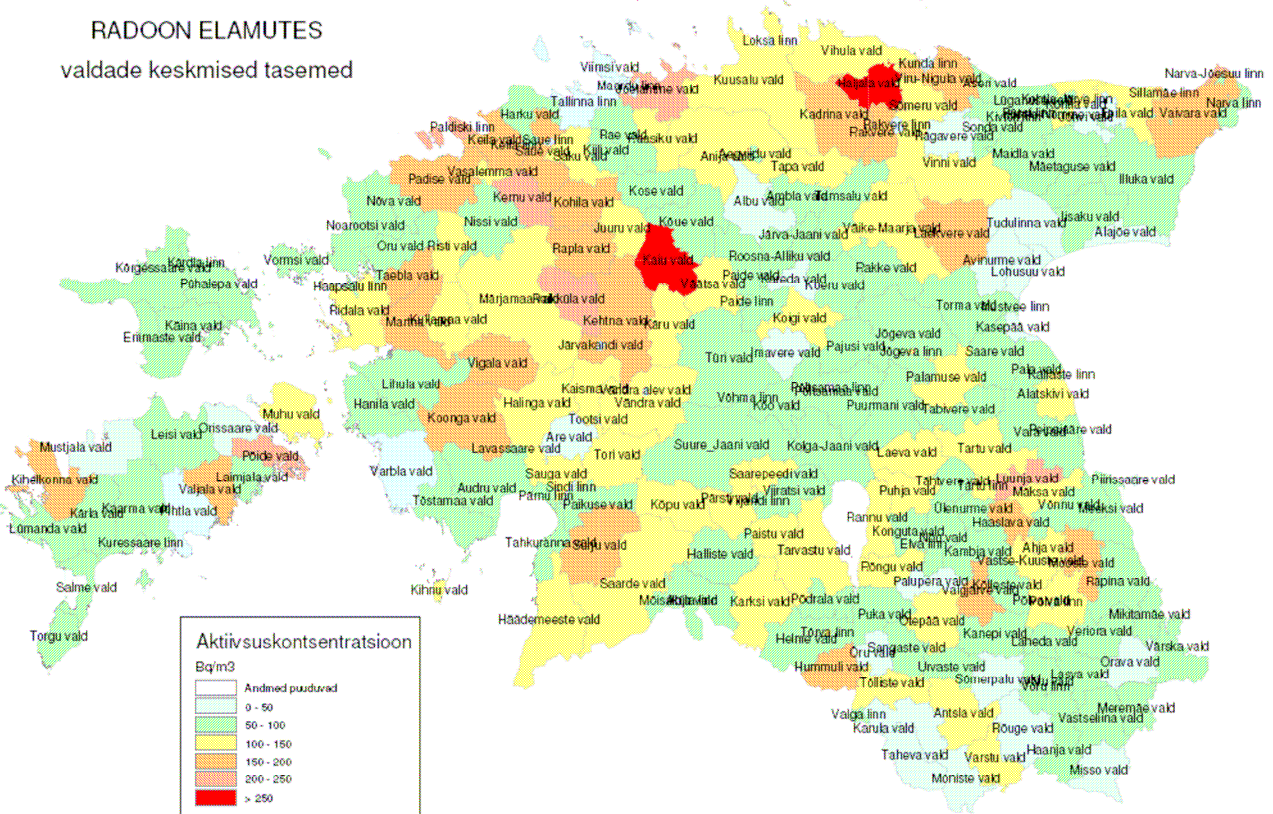
Tabel 39: Radooni mõõtmise hoonete siseõhus (Allikas: Kiirguskeskus, Keskkonnainvesteeringute Keskus).

Radoon on radioaktiivne looduslik, värvitu ja lõhnatu inertgaas, mis ei osale keemilistes reaktsioonides ja eraldab lagunemisel ioniseerivat alfa-kiirgust (α -kiirgust). Radoon on üks vahelüli loodusliku uraani (U^{238}) lagunemisel stabiilseks pliiiks. Uraani leidub suuremal või vähemal määral kõikjal maakoos, samuti ka kõikides mineraalsetes ehitusmaterjalides, mis tähendab, et ka radooni leidub kõikjal. Radoon siseneb hoonesse ehitise all olevast pinnasest, ehitusmaterjalidest ja tarbitavast veest. Hoone siseruumides on õhurõhk tavaliselt väiksem hoonet ümbritsevas pinnases, mistõttu on gaasil (ka radoon) hõlbus imbuda majja läbi vundamendi pragude või siis läbi erinevate kommunikatsiooni ja kanalisatsioonide avausi.

Radooni radioaktiivse lagunemise tulemusena tekivad radioaktiivsed metalliioonid (tütarisotoobid), mis kinnituvad õhus lenduvate tolmuosakeste külge või mitmesugustele pindadele (seintele, kardinale jne) ning emiteerivad alfa- või beeta-kiirgust. Tolmuses ja suitsuses õhus on radooni ja tema tütarprodukte rohkem kui näiteks puhtas õhus. Looduslikud radionukliidid põhjustavad elanikule aastase doosi, mis on umbes 2,4 mSv/a ja millest ligi poole põhjustab siseõhu radoon.

α -kiirgus neeldub mõne sentimeetri paksuses õhukihis ning ei suuda läbida paberilehte ega ka nahka. Seega pole radoon väliselt ohtlik ning ei põhjusta probleeme seni kuni ta ei ole sattunud organismi. Õhuga sisse hingatud radoonist ja tema tütarproduktidest vabanev α -kiirgus suurendab kopsuvähki haigestumise riski. Mida suurem on radoonist põhjustatav kiirgusdoos, seda suurem on risk haigestuda kopsuvähki. Kopsuvähki haigestumise riski mõjutavad veel lisaks mitmed faktorid: näiteks suurendavad riski rohke viibimine siseruumides ning seal suitsetamine. Ruumis suitsetamisel tekib õhus palju osakesi, mis sobivad radooni ja tema tütarisotoopide kandjateks. Suitsuse õhu sissehingamisel satub kopsu rohkem α -kiirgust emiteerivaid aatomeid, põhjustades täiendava kiirgusdoosi ka limaskestadele.

RADOON ELAMUTES
valdade keskmised tasemed



Kaart 2: Ülevaade keskmistest siseõhu radoonisaldustest Eestis (Allikas: Kiirguskeskus, Keskkonnainvesteeringute Keskus).

1 Bq/m³ (bekerelli kuupmeetri kohta) - aktiivsuskontsentratsioon, mille juures õhu igas kuupmeetris ühe sekundi jooksul laguneb üks radionukliidi aatom.

Seega pole Palupera vallas radooni ohuga tegemist, keskmine näitaja jäi madalaimasse aktiivsuskontsentratsiooni vahemikku. Hoone projekteerimisel tuleb lähtuda, et radooni kontsentratsioon siseõhus ei ületaks taset 200 Bq/m³. Kui olemasolevas eluhoones radooni kontsentratsioon on vahemikus 400 Bq/m³ kuni 600 Bq/m³, siis on soovitatav rakendada kergemaid ja vähekulukaid radoonitõkestusmeetodeid. Elukohtades on radoonitõkestusmeetmed õigustatud kui radooni kontsentratsioon ületab 600 Bq/m³, töökohtadel 1000 Bq/m³.

4.4.2 JOOGIVEE KVALITEET

Joogivesi sisaldab mitmesuguseid mineraalsoolaid (joodi, fluori, seleeni, koobaltit, vaske jms), mis on väikestes kogustes organismile vajalikud. Joogivee kvaliteedile esitatakse hulk kindlaid nõudeid:

I Mikrobioloogilised näitajad (kõrvalekalded tingitud eelkõige avariidest, joogiveetorustiku amortiseerumisest);

II Keemilised näitajad (nt. fluor (F), mida peetakse liigseks siis, kui seda esineb joogivees üle 1,5 mg/l);

III Indikaatornäitajad (nt. raud (Fe), mangaan (Mn), ammoonium, kloriid (Cl), naatrium (Na), sulfaat (SO₄)).

Esimesed kaks võivad otseselt mõjutada veejoojate tervist ja peavad seetõttu kindlasti vastama normidele. Kolmanda rühma näitajad võivad küll halvendada joogivee lõhna, värvust, kuid vesi ise on tervisele ohutu. Seda muidugi siis, kui komponendi on joogivees normi piires. Vesi, mille rauasisaldus on rohkem kui 200 mg/l, on tervisele siiski juba lausa ohtlik. Hiljutised uuringud on näidanud, et kõrge rauasisaldus vees võib põhjustada oksüdatiivset stressi, mida peetakse mitmete haiguste, nagu põletike, südame-veresoonkonna haiguste, suhkurtõve, kasvajate jm põhjustajaks. Rauaärastuse juurutamine on kahtlemata üks prioriteetsemaid ülesandeid ühisveevärgisüsteemide arendamisel.

Palupera vallas asub 4 ühisveevärgisüsteemi: Palupera, Hellenurme, Nõuni ja Kullipesa (individuaalelamurajoon Nõunis). Kommunaalteenuseid pakub 100% valla osalusega OÜ Palu-Teenus. OÜ-le Palu-Teenus (veekasutaja VA-0950) on välja antud veevõtu- ja saasteluba nr 139, mis kehtib 28.06.2010. Praegu on kehtiv ka erikasutusluba nr L.VV.VA-149803, kehtivusega kuni 11.06.2012. 2001. aastal renoveeriti kõik 4 veehaaret, s.h. joogiveetorustik ja paigaldati veepuhastusseadmed.

Joogivee kvaliteet peab vastama järgnevatel dokumentides sätestatud nõuetele (edaspidi “veekvaliteedi nõuded”):

- EL Joogivee Direktiiv 98/83 EC;
- Sotsiaalministri määrus nr 82, 31. juuli 2001, “Joogivee kvaliteedi- ja kontrollinõuded ning analüüsimeetodid”;
- Sotsiaalministri määrus nr 1, 2. jaanuar 2003, “Joogivee tootmiseks kasutatava või kasutada kavatsetava pinna- ja põhjavee kvaliteedi- ja kontrollinõuded”.

Vastavalt vee erikasutusloale on vee-ettevõtjal kohustus teha puurkaevude vee keemiline analüüs üks kord aastas. Joogivee käitlejal OÜ Palu-Teenus on Tartu Tervisekaitsetalituse Valgamaa osakonnaga kooskõlastatud kõigi puurkaevude vee kvaliteedi kontrolli kavad aastateks 2007-2010 vastavalt Sotsiaalministri 02. jaanuari 2003. a määrusele nr 1 “Joogivee tootmiseks kasutatava või kasutada kavatsetava pinna- ja põhjavee kvaliteedi- ja kontrollinõuded”. Palupera valla elanikkonnast on ühinenud ühisveevarustusega 47% elanikkonnast (Palupera külas 27%, Hellenurme külas 67% ja Nõuni külas 50%). Eraomandis olevaid puurkaevusid on Palupera vallas üle 20.

Näitaja→	Ammoonium	Mn	Fe	Värvus	Hägusus
Küla↓	Piirsisaldus <0,5 µg/l	Piirsisaldus <50 µg/l	Piirsisaldus <200 µg/l	Piirsisaldus 5 mg/l Pt	Piirsisaldus 1,5 NHÜ
	Tegelik µg/l	Tegelik µg/l	Tegelik µg/l	Tegelik mg/l Pt	Tegelik NHÜ
Hellenurme	<0,05	<10	<20	0	<1

Nõuni	<0,05	16	<20	0	<1
Palupera	0,1	189	33	0	<1

Tabel 40: Palupera valla joogivee kvaliteet ühisveevarustusest seisuga 16.11.2009 (Allikas: OÜ Palu-Teenus).

Mikrobioloogilistest näitajatest Coli-laadseid, enterkokk- ja Escherichia coli baktereid meie ühisveevärgi joogivees viimase proovivõtmise ajal ei leidunud. Sellest järeldub, et Palupera vallale kuuluvatest veepuhastusjaamadest väljuva vee kvaliteet vastab igati euronormidele. Vaid Palupera küla puurkaevus sisalduv mangaan on üle normi kolmekordselt.

Tarbijatel assotsieerub pudelivesi sageli tervisliku eluviisiga. Omati baseerub umbes 40% pudeliveest kraaniveel, sageli on ainsaks erinevuseks vaid lisatud mineraalid, millel pole täheldatud kasu tervisele. Pudelivee jahutusega/soojendusega automaadid asuvad Nõuni raamatukogus ja Palupera koolis.

Mangaani ööpäevaseks vajaduseks loetakse 2,5-5,0 µg/l. Liigne mangaan põhjustab organismis raua kasutamise häireid. Sümptomiteks on nõrkus, ärrituvus. Mangaanirohke vesi põhjustab ka mustja sette tekkimist, mis määrib pesu, valamuid jne. Vee-ettevõtja tegeleb ka Palupera külas üleliigse mangaani ärastusega joogiveest.

Just hammaste tervishoiu huvides on vaja väga täpselt teada, kui palju fluori kellegi joogivees on. Kui fluori on joogivees alla 0,5 µg/l, soodustab see hambakaariese teket ja organismile on vaja anda fluori lisaks. Kui aga fluori on üle 1,5 µg/l, tuleb ilmsiks tema toksiline toime, eeskätt hambafluoroos, mis tekib jäävhammastel lõikumisel ja jääb kogu eluks ning on ravimatu. Kaob ära hamba valge läige, tekivad tuhmid laigud, mis lähevad kollakaks, siis pruunikaks ja lõpuks hakkavad hambad lagunema. Hiinas on avastatud, et kõrge fluorisisaldusega joogivee toksiline toime pidurdab laste intelligentsuse arengut. Kindlasti on liigse fluoriga seotud ka skeletifluoroos. Kui fluori on vähe, on fluoriga rikastatud hambapastad omal kohal. Kui aga fluorisisaldus on liiga kõrge, tuleks vähendada riski nii, et tarvitame joogiks vähem fluoririkast vett ja teeme kohvi, teed, morssi jm pudeliveega. Fluorisisaldus ei mängi rolli vee puhul, mida asutame olmes – nõudepesuks, pesu pesemiseks jne.

4.4.3 HEITVEE PUHASTAMINE

Palupera vallas asub 4 kanalisatsioonisüsteemi: Palupera, Hellenurme, Nõuni ja Kullipesa (individuaalelamurajoon Nõunis). Kommunaalteenuseid pakub 100% valla osalusega OÜ Palu-Teenus. 2002.a. ja 2008.a. renoveeriti 4 küla reoveepuhastid, -pumplad, -süsteemid.

Palupera valla elanikkonnast on ühinenud ühiskanalisatsiooniga 55% elanikkonnast. Palupera küla teenindab reoveepuhasti (pinnasfilter) ja 2 biotiiki, Hellenurme külas on aktiivmudapuhasti ja Nõuni külas puhasti Bioclere B-150 ning kaks järelpuhastuse biotiiki.

Kanalisatsioonitorustikud (~ 4 km) ja drenivad kanalisatsioonikaevud vajavad rekonstrueerimist peaaegu koguulatuses külades. Eraomandis olevaid omapuhasteid (imbväljakud, septikud jm) on Palupera vallas ligi 20. Palju on kasutusel veel ka kogumiskaeve.

Nõuded heitvee pinnasesse või veekogusse juhtimiseks on kehtestatud Vabariigi Valitsuse määrusega nr 269, 31. juuli 2001. Määrus on vastavuses Asulaheitvee direktiiviga 91/271/EEC.

Näitaja→	BHT₇	HA	Nüld	Püld
Küla↓	Piirsisaldus	Piirsisaldus	Piirsisaldus	Piirsisaldus
	15 mg/l	25 mg/l	pole limiteeritud	1,5 mg/l
	Tegelik mg/l	Tegelik mg/l	Tegelik	Tegelik mg/l
Hellenurme	3,1	18	19	2,8
Nõuni	5,6	12	11	3,7
Palupera	7,2	10	3,2	1,0

Tabel 41: Palupera valla reoveepuhastite analüüsi tulemused 2009 (Allikas: OÜ Palu-Teenus).

Sellest järeldub, et Palupera vallale kuuluvatest reoveepuhastitest väljuva vee kvaliteet vastab euronormidele, vaid fosforiäristust tuleb alandada Hellenurmes ja Nõunis. Hellenurme aktiivmudaprotsessidel põhinevas raudbetoonkonstruktsiooniga reoveepuhastis toimub fosfori bioäristus mikroorganismide vahendusel. Puhastusprotsessis ei kasutata käesoleval ajal fosforiäristusel sadestuskemikaale. Seoses üldfosfori kõrgema sisaldusega Hellenurme küla olmereovees, tuleb seega heitveele kehtestatud piinormi saavutamiseks, lisaks bioloogilisele fosforiäristusele kasutada ka keemilist fosforiäristust. Mikroorganismide elutegevus saab kindlasti parendatud ka 2010 aastal teostuvate drenivate kanalisatsioonikaevude rekonstrueerimisega, mis vähendab pinnavee üleliigset sissevoolu puhastisse.

4.4.4 AVALIKUD SUPLUSKOHAD

Jrk. nr.	Registrikood	Nimi, suurus (ha)
1.	vee2101100	Väike-Nõuni järv (6,1)
2.	vee2101200	Mõrtsuka järv (19,7)
3.	vee2101300	Nõuni järv (81,95)
4.	vee2101400	Uibujärv (Päidla Uibujärv) (2,7)
5.	vee2101500	Kõverjärv (Päidla Kõverjärv) (8,8)
6.	vee2101600	Räbi järv (6,8)
7.	vee2101700	Kalmejärv (3,0)
8.	vee2102000	Mõisajärv (Päidla Mõisajärv) (13,8)
9.	vee2102100	Suurjärv (Näkijärv e Päidla Suurjärv) (11,7)
10.	vee2102200	Ahvenjärv (Päidla Ahvenjärv) (5,6)
11.	vee2102300	Väikejärv (Päidla Väikejärv, Toovere järv) (2,8)
12.	vee2102500	Neeruti järv (1,8)
13.	vee2102600	Vahejärv (Neeruti Vahejärv) (5,9)
14.	vee2101820	Hellenurme paisjärv (5,1)
15.	vee2102400	Palu paisjärv (2,9)

Tabel 42: Palupera valla avalikult kasutatavate järvede ja paisjärvede nimekiri .

Lisaks avalikult kasutatavatele järvedele asuvad Palupera vallas veel järved, mis pole avalikuks kasutamiseks tunnustatud, nagu Keldu järv (4 ha), Kāpajärv (0,7 ha), Linajärv (0,4 ha), Mudajärv (1,3 ha), Roopjärv (0,7 ha), Mādajärv (6,6 ha), Vanajärv/tehisjärv Lutike külas (1,2 ha) ja osa (0,2 ha) Vahejärvestki jääb Palupera valda. Suurematest vooluveekogudest läbib Palupera valda Elva jõgi, Purtsi jõgi, Laguja oja, Ilusa oja ja Palu jõgi.

Kuna aktiivsetele puhkamismeetoditele on hakatud senisest suuremat tähelepanu pöörama ka Emajõe jõgikonnas, siis loodab siit väljundi leida ka Palupera vald. Nimelt läbib valda Elva jõgi, mis on Emajõe lisaharu ja siit tulenevalt on Palupera vald seotud ka Emajõe Jõeriigi projektiga (kanuu- ja süstamatkad mööda Elva jõge, puhke- ja ööbimiskohad kallastel).

Ametlikud supluskohad Palupera vallas puuduvad, küll on aga inimesed ise leidnud üles kaunid kohad ja parimad võimalused suvel end ujudes värskendada. Nii näiteks on Hellenurme paisjärv ja Päidla Mõisajärv saanud kohalikele elanikele ja ka puhkajatele sagedaseks külastus-puhkekohaks. Mõlemas kohas on loodud ka puhkekohad järvede äärde. Nõuni järve ääres on aga lausa kolm kohta, kust võimalus ujuma minna. Kaks neist kuulub eraomandisse, kuid maaomanikuga suheldes saab ka soovi korral võimaluse. Tartu-Otepää maanteelt pääseb aga ujumiskohta, mis 2010 aastal rajatud. Siia munitsipaalmaale on ehitatud ka ujumis-randumisplatvorm, lõkkekoht, paigaldatud stendid.

4.4.5 SISEÕHK

Siseõhu kvaliteedil on inimese tervise seisukohalt väga oluline roll, sest me viibime siseruumides olenevalt aastaajast isegi kuni 90% ööpäevast. Ruumide siseõhu kvaliteedi seisukohalt on oluline käsitleda ruumides suitsetamist, mis mõjub negatiivselt nii suitsetajale kui ruumides viibivatele mittesuitsetajale. Ruumides suitsetamise olukorrast annab ülevaate *Tervise Arengu Instituudi läbiviidud „Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 2008“*.

	Viibimise aeg	Vanuserühmad, %					
		16-64	16-24	25-34	35-44	45-54	55-64
2008	Ei viibi	78,5	61,2	77,5	81,5	83,5	89
	<1 tund päevas	15,2	27,5	18,2	12,7	11,5	5,8
	1-5 tundi päevas	4,6	8,5	3,6	4,5	3,4	2,9
	> 5 tundi päevas	1,7	2,8	0,7	1,4	1,6	2,3
2006	Ei viibi	65,6	36,4	56,1	67,6	78,6	86,6
	<1 tund päevas	24,5	42,3	31,7	23,9	15,9	10,3
	1-5 tundi päevas	7,8	17,4	9,5	6,4	4,5	1,9
	> 5 tundi päevas	2,1	3,9	2,6	2,1	1	1,2

Tabel 43: Tubakasuitsule eksponeeritus ühiskondlikes ruumides (Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 19.01.2010).

Tabelist 43 nähtub, et ühiskondlikes ruumides tubakasuitsus viibimine on võrreldes 2006. aastaga 2008. aastaks vähenenud 13 %, oluline vähenemine on toimunud 16 – 24-aastaste hulgas, 25 %. Ilmselt on siin olulist mõju avaldanud ühiskondlikes ruumides suitsetamise keeld, just nooremas vanusegrupis, kes käivad kohtades, kus suitsetatakse rohkem (lõbustusasutused).

	Viibimise aeg	Vanuserühmad, %					
		16-64	16-24	25-34	35-44	45-54	55-64
2008	Ei viibi	71,8	65	74,6	70,3	70,4	79
	<1 tund päevas	15,2	19,6	13,7	15,3	17,5	9,6
	1-5 tundi päevas	7,1	8,3	6,4	8,8	7	4,9
	> 5 tundi päevas	5,8	7,2	5,2	5,6	5,1	6,5
2006	Ei viibi	67,4	60,7	66,1	65,3	69,9	74,6
	<1 tund päevas	15,9	18,1	17,7	14,9	15,6	13,3
	1-5 tundi päevas	8,4	9,9	9,3	9,3	7,3	6,2
	> 5 tundi päevas	8,3	11,3	6,9	10,5	7,2	5,9
2004	Ei viibi	60,6	50	57,5	58,7	66,1	71,2
	<1 tund päevas	19,6	26,7	19,5	21,4	16,4	14,4
	1-5 tundi päevas	10,2	14,4	11,8	11	7,1	6,9
	> 5 tundi päevas	9,6	8,8	11,2	8,8	10,4	7,5
2002	Ei viibi	64,4	59,2	68	64,6	59,9	73,5
	<1 tund päevas	15,8	19,7	13,8	13,5	20,3	9,7
	1-5 tundi päevas	10,7	11	8,9	12,2	11,9	8,4
	> 5 tundi päevas	9,1	10,1	9,4	9,6	7,9	8,4

Tabel 44: Tubakasuitsule eksponeeritus töökohas (Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 19.01.2010).

Tabelist 44 nähtub, et töökohas suitsuses ruumis viibimise vähenemine on väiksem kui ühiskondlike asutuste puhul, tubakasuitsuvabas tööruumis oli 2008. aastal 72 % isikutest. Teistest rohkem viibivad tubakasuitsuses tööruumis 16 – 24-aastased ja 35 – 44-aastased ja mehed.

	Kodus suitsetamine	Vanuserühmad, %					
		16-64	16-24	25-34	35-44	45-54	55-64
2008	Ei	73,3	67,4	76,8	78	70,9	73,5
	Jah	26,7	32,6	23,2	22	29,1	26,5
2006	Ei	68,4	61,9	74	68,4	65,6	72,3
	Jah	31,6	38,1	26	31,6	34,4	27,7
2004	Ei	65,2	55,5	69,6	64,6	64,7	71,7
	Jah	34,8	44,5	30,4	35,4	35,3	28,3
2002	Ei	55,9	51,6	56,1	53,9	56	62,2
	Jah	44,1	48,4	43,9	46,1	44	37,8

Tabel 45: Tubakasuitsule eksponeeritus töökohas (Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 19.01.2010).

Tabelist 45 nähtub, et kodus suitsetajate arv väheneb järjest, 2004. aasta 44 %-lt 2008. aasta 27 %-ni. Kodus suitsetajate osakaal meeste ja naiste hulgas on enam-vähem võrdne, mõnevõrra rohkem 16 - 24 aastaste hulgas (33 %).

Palupera vallas on avalikult kasutatavates hoonetes Tubakaseaduse nõuete täitmine tagatud, kuid eraldi nõuetekohane suitsuruum on välja ehitatud vaid hooldekeskuse uutes korpustes. Enamasti väljub suitsetaja õuealale. Korterelamute trepikodades ja koridorides suitsetamist piiravad korteriühistud ja –ühisused oma sisekorraeskirjade ja teiste isikute hukkamõistu abil.

Oluline on ka õhu temperatuur ja niiskus eluruumis ja töö-, ning õppekohas. Temperatuur ruumides peab olema optimaalne, looma inimesele hubase soojatunde ning aitama kaasa tervisliku ja nõuetekohase sisekliima tekkimisele ja püsimisele. Tuulutamine on hügieenilisest aspektist asendamatu abinõu ruumiõhu kvaliteedi parandamiseks. Sage ning õige tuulutamine vähendab mikroorganisme ja tolmu õhus 3–5 korda. Siit ka nõuded lasteaias ja koolis ruumide nõuetekohase koosseisu ja pindala ning ruumala osas, et tagada võimalus tuulutada ruume, puhas siseõhk, vältida vigastusi, luua võimalused laste arenguks ja päeva-, õppekava korraldamiseks. Õhu puhtuse hügieeninäitajana kasutatakse süsihappegaasi määramist siseõhus, millest lähtuvalt tuleb juhtida ruumide ventileerimise intensiivsust. Halvasti koristatud ruumid ja ebapiisav tuulutamine, ventileerimine tõstavad ülitundlike laste arvu ning raskendavad allergiliste laste probleeme. Õietolmuperioodil peab akna kaudu tuulutamisel arvestama võimaliku allergiariskiga ja soovitatav on kasutada spetsiaalseid õietolmu kaitsevõrke.

4.4.6 VÄLISÕHK

Antud indikaatoris analüüsitakse õhu saastamist paiksetest allikatest. Õhuseire poolt mõõdetavad saasteainete kontsentratsioonid loovad ka tausta ehitus-, rekonstrueerimis-, arendusprojektide keskkonnamõjude hindamiseks, õhusaaste poolt materjalide degradeerumise arvestamiseks ja ökosüsteemidele tekitatava mõju hindamiseks. Õhusaaste mõõtmisi Palupera vallas vallavalitsuse andmetel teostatud ei ole.

Mõningased suuremad õhusaaste probleemid on kevadel, kui aedades põletatakse lehti ja oksa, mis tegelikult on keelatud. Tegemist on korraldusliku küsimusega. Tervikuna on atmosfäärse õhu olukord Palupera vallas hea ning koostatava üldplaneeringuga kavandatud tegevused seda ei halvenda. Probleemiks on teatud perioodidel just lõhna osas suurfarmid ja sigala Hellenurmes. Need kolm objekti on tekitanud probleemseid situatsioone, kus on täheldatav siiski inimese heaolu mõjutavaid keskkonnamõjulisi negatiivseid faktoreid.

Orgaanilisi ja mineraalväetisi ei tohi laotada 1.detsembrist 31.märtsini ja muul ajal, kui maapind on kaetud lumega, külmunud või perioodiliselt üleujutatud või veega küllastunud maale. Saasteallika valdaja annab hinnangu lõhnaainete võimalikust esinemisest välisõhus keskkonnakompleksloa, saasteloa vm. tegevusloa taotlusmaterjalides. Keskkonnalubade infosüsteemi andmetel omavad Palupera vallas 01.04.2010 seisuga kompleksluba OÜ Helde PM Tootmine ja OÜ Palupera-Agro. Kompleksluba vaadatakse iga-aastaselt üle Keskkonnaameti poolt. Välisõhu saaste lubasid Palupera valda väljastatud ei ole.

Välisõhus liikudes on oluline näitaja inimese tervisele tuule-külma indeks. Iga inimene on kogenud, et madalamate külmakraadide ja tugeva tuule korral tekib külmatunne kiiresti ja on palju tugevam kui tuuleta külma ilma korral. Tegemist on asjaoluga, et tugev tuul jahutab lisaks külmakraadidele väga intensiivselt nahapinda, mille tulemusena algab organismi jahtumine ehk vaegsoojumuse tekkimine juba suhteliselt väikese külma, kuid tugeva tuule mõjul. Seega tuleb organismi mahajahtumise ja külmumise vältimiseks arvestada külma ja tuule koosmõju ehk tegelikult inimesele toimivaid külmakraade. Sel eesmärgil on välja töötatud nn tuule-külma indeks, mis arvestabki külma ja

tuule tugevuse koosmõju inimese organismile, st kui tugev külm tegelikult organismile toimib ja milline on külmakahjustuste tekke oht. Tuleb silmas pidada, et tuule-külma indeks ei arvesta päikesepaiste mõju - heledas päikesepaistes võib tuule-külma indeksi väärtus olla 6 - 10 kraadi väiksem. Eriti tähtis on tuule-külma indeksit arvestada ja sellele vastavalt riietuda või üldse mitte ruumideest väljuda väga külmade ilmade korral koolide õppetöö ja eelkoolilasteasutuste tegevuse korraldamisel, samuti kaitseväs, merelaevastikus, pikkadel suusa- või jalgsimatkadel, mägimatkadel jm. Tuule- külma indeks näitab, kui tugev külmakraad tegelikult katmata nahale/ kehale toimib.

Tuule kiirus m/sek	Õhutemperatuur °C																		
	10	7	4	1	-2	-5	-8	-11	-14	-17	-20	-23	-26	-29	-32	-35	-38	-41	-44
2	9,2	5,7	2,2	-1,3	-4,8	-8,3	-12	-15	-19	-22	-26	-29	-33	-36	-40	-43	-47	-50	-54
3	8,5	4,9	1,3	-2,3	-5,9	-9,5	-13	-17	-20	-24	-28	-31	-35	-38	-42	-46	-49	-53	-56
4	8	4,3	0,6	-3,1	-6,8	-10	-14	-18	-22	-25	-29	-33	-36	-40	-44	-47	-51	-55	-58
5	7,6	3,8	0,1	-3,7	-7,4	-11	-15	-19	-23	-26	-30	-34	-38	-41	-45	-49	-53	-56	-60
6	7,2	3,4	-0,4	-4,2	-8	-12	-16	-19	-23	-27	-31	-35	-39	-42	-46	-50	-54	-58	-61
7	6,9	3,1	-0,8	-4,6	-8,5	-12	-16	-20	-24	-28	-32	-36	-39	-43	-47	-51	-55	-59	-63
8	6,7	2,8	-1,1	-5	-8,9	-13	-17	-21	-25	-29	-32	-36	-40	-44	-48	-52	-56	-60	-64
9	6,4	2,5	-1,5	-5,4	-9,3	-13	-17	-21	-25	-29	-33	-37	-41	-45	-49	-53	-57	-61	-65
10	6,2	2,2	-1,8	-5,7	-9,7	-14	-18	-22	-26	-30	-34	-38	-42	-46	-50	-53	-57	-61	-65
11	6	2	-2	-6	-10	-14	-18	-22	-26	-30	-34	-38	-42	-46	-50	-54	-58	-62	-66
12	5,8	1,8	-2,3	-6,3	-10	-14	-18	-23	-27	-31	-35	-39	-43	-47	-51	-55	-59	-63	-67
13	5,6	1,6	-2,5	-6,6	-11	-15	-19	-23	-27	-31	-35	-39	-43	-47	-51	-55	-59	-64	-68
14	5,5	1,4	-2,7	-6,8	-11	-15	-19	-23	-27	-31	-35	-40	-44	-48	-52	-56	-60	-64	-68
15	5,3	1,2	-2,9	-7	-11	-15	-19	-24	-28	-32	-36	-40	-44	-48	-52	-56	-61	-65	-69
16	5,2	1	-3,1	-7,2	-11	-16	-20	-24	-28	-32	-36	-40	-45	-49	-53	-57	-61	-65	-69
17	5	0,9	-3,3	-7,5	-12	-16	-20	-24	-28	-32	-37	-41	-45	-49	-53	-57	-62	-66	-70
18	4,9	0,7	-3,5	-7,6	-12	-16	-20	-24	-29	-33	-37	-41	-45	-50	-54	-58	-62	-66	-70
19	4,8	0,6	-3,6	-7,8	-12	-16	-20	-25	-29	-33	-37	-42	-46	-50	-54	-58	-63	-67	-71
20	4,7	0,4	-3,8	-8	-12	-17	-21	-25	-29	-33	-38	-42	-46	-50	-55	-59	-63	-67	-71
21	4,5	0,3	-3,9	-8,2	-12	-17	-21	-25	-29	-34	-38	-42	-46	-51	-55	-59	-63	-68	-72
22	4,4	0,2	-4,1	-8,3	-13	-17	-21	-25	-30	-34	-38	-42	-47	-51	-55	-60	-64	-68	-72
	Madal risk alajahtuda			Risk alajahtuda, kui ilma vastava kaitseta liiga kaua õues viibida				Risk tõuseb: katmata nahk kahjustub 10-30 minutiga				Kõrge risk: katmata nahk kahjustub 5-10 minutiga		Katmata nahk kahjustub 2-5 minutiga		Kõrge risk: katmata nahk kahjustub alla 2 minutiga. Õues viibimine on tervistkahjustav			

Tabel 46: Eesti Meteoroloogia ja Hüdroloogia Instituudi poolt koostatud tuule-külma indeks (Allikas: Terviseamet 2010).

4.4.7 JÄÄTMED JA JÄÄTMEKÄITLUS

Palupera vallas on jäätmekäitluse valdkonnas kaks põhilist teemavaldkonda:

- korraldatud jäätmevedu;
- jäätmete liigiti kogumine.

Palupera vallal on kehtiv jäätmehoolduseeskiri (Palupera vallavolikogu kehtestas nimetatud eeskirja määrusega 22. novembril 2007 ja muutis eeskirja ühe lõike osas 31.10.2008 määrusega), mis töötati välja koos kõigi Valgamaa 13 omavalitsusega ühtsetel alustel. Palupera vallavolikogu kehtestas 3. aprillil 2008 määruse „Palupera valla korraldatud jäätmeveo rakendamise tingimused ja kord” ja 31. oktoobril samal aastal nimetatud korra muutmise kahe lõike osas. Korraldatud jäätmevedu on Jäätmeseaduse kohaselt olmejäätmete kogumine ja vedamine määratud piirkonnast määratud jäätmekäitluskohta (Valga prügilasse. Peale Valga prügila sulgemist tuleb jäätmete käitlemisel ja ladestamisel prügilasse lähtuda läheduse põhimõttest) kohaliku omavalitsuse organi korraldatud konkursi korras valitud ettevõtja (2009-2011 Veolia Keskkonnateenused AS) poolt. Ehk siis vald määras veopiirkonnaks kogu valla territooriumi, jäätmeveo teenustasu piirmäärad ja jäätmeveo tüüptingimused ning andis konkursi võitnud vedajale kaheks aastaks jäätmeveo ainuõiguse.

Korraldatud olmejäätmeveoga on korraldatud kõikide Palupera valla kodumajapidamistes, ettevõtetes ning asutustes tekkivate segaolmejäätmete, vanapaberi ja papi ning suurjäätmete kogumine ja vedu. Korraldatud olmejäätmeveoga ei korraldata olmejäätmete hulgast eraldi kogutud ohtlike jäätmete, taaskasutatavate tavajäätmete, pakendijäätmete, aia- ja haljastusjäätmete, biolagunevate toidujäätmete ning elektroonikajäätmete (nt külmkapp, pesumasin) kogumist. Samuti ei ole korraldatud jäätmeveoga hõlmatud tootmismaa sihtotstarbega kinnistul tekkivad jäätmed ja jäätmeluba või kompleksluba omava ettevõtte jäätmed. Vanapaber ja papp on kohustuslik koguda liigiti elamumaal kui kinnistul on vähemalt 5 korterit ning kaugküte või vedel- või gaasikütust kasutav lokaalküte. Ning mitteelamumaal, kus neid jäätmeid tekib rohkem kui 50 kg nädalas. Vanapaberikonteineri tühjendamine toimub vastavalt selle täitumisele või vastavalt jäätmekäitluslepingule. Biolagundatavad köögi- ja sööklajajäätmed tuleb liigiti koguda alates 16 korteriga elumajast koos korraldatud jäätmeveo rakendamisega alates 2010. aasta 16. juulist. Suurjäätmed, mis on paigutatud jäätmemahutite juurde, tuleb ära vedada kolme päeva jooksul alates tellimuse esitamisest.

Palupera vallas korraldatakse jäätmete vedu kogu valla haldusterritooriumil. Korraldatud olmejäätmevedu vallas on moodustatud kahetasandilisena. Kahetasandilise jäätmeveo süsteemi eesmärk on pakkuda hajaasustuspiirkondades kokkukandepunktide võimalust. See aga ei tähenda, et elanikud ei või omada individuaalseid jäätmemahuteid. I tasandi moodustavad valla detailplaneeringu kohustusega alad ehk keskused Hellenurmes, Paluperas ja Nõunis ning II tasandi moodustavad hajaasustusega alad (külad).

Korraldatud jäätmeveo rakendamisest on möödas peagi aasta, mille jooksul on laekunud mitmeid ettepanekuid uue korralduse väljatöötamiseks. Kõne all on ka Jäätmeseaduse muutmine.

Jäätmete liigiti kogumiseks on Palupera vallas paigaldatud mitmeid pakendikonteinereid:

Hellenurme külas:

- 1.Mitmekorteriliste elamute juures, Mäenurga korteriühisuse konteineri kõrval paber- ja segapakendi konteinerid .
- 2.Hellenurme kaupluse juures segapakendi konteiner .
- 3.Hellenurme mõisahoone juures segapakendi konteiner .

Palupera külas:

- 1.Palupera koolimaja taga, paber- ja segapakendi konteinerid .
- 2.Palupera mitmekorteriliste elamute juures, kõige koolimaja poolsema maja ees, paber- ja segapakendi konteinerid .
- 3.Palupera raudteejaamahoone juures segapakendi konteiner.

Päidla külas:

- 1.Päidla mitmekorteriliste elamute juures, heki ääres, paber- ja segapakendite konteinerid .
- 2.Päidla end. töökoja juures, kauplus-bussi peatuskohas, segapakendi konteiner .

Nõuni külas:

- 1.Kullipesa elamurajoonis, Kullipesa ringil, paber- ja segapakendi konteinerid.
- 2.Nõuni suurfarmi juures, segapakendi konteiner .
- 3.Nõuni suures parklas, paber-papi konteiner ja segapakendi konteinerid .
- 4.Nõuni mitmekorruseliste elamute juures, Ragn Sells'i konteineri kõrval segapakendi konteiner .
- 5.Nõuni keskuse parklas segapakendi konteiner ja vanapaberi-kartongi konteiner.

Neeruti külas:

- 1.Neeruti külaplatsil, segapakendi konteiner .

Lutike külas:

- 1.Lutike bussipeatuse ja külakivi läheduses segapakendi konteiner.

4.4.8 MUUD MÕJURID

Muudest mõjuritest on suurimaks Palupera vallas eeldatava pikema keskkonnamõjulise faktorina müra – raudtee- ja mootorsõidukite liikluse osas ning reostused.

Mootorsõidukite liiklus

Säästliku transpordipoliitika üheks eesmärgiks on inimeste liikumisvajaduste rahuldamine võimalikult väikese ressursikuluga. Maapiirkonnas kasutatakse päris palju jalgratast

liikumiseks, kuid see on seotud sageli ohtlikkusega, ilmastiku ja õhtupimedusega. Raskendab jalgrattasõidu harrastajatel liikumist ka kruusakattega tee ja selle olukord.

Autode hulk on viimastel aastatel oluliselt kasvanud, mida on soodustanud ka mõne aasta tagune elanikkonna elujärje paranemine ning autot peetakse maal juba hädavajalikuks, elementaarseks. Ühistransport on sageli ebamugav, ei sobi ajagraafik, sõit on aeglane ja osa liine pikad. Pileti hindki suhteliselt kõrge.

Tolmu terviseohtlikkust hinnates on oluline teada, milliseid keemilisi ühendeid see sisaldab ja kui väikesed tolmuosakesed võivad organismi sattuda. Kruusatee kohal hõljuv paekivi tolmu on inimese tervisele suhteliselt vähe ohtlik, samas siiski väga häiriv. Märksa ohtlikumad on tervisele aga auto heitgaasides sisalduvad kahjulikud ühendid, mida inimene koos tolmuga sisse hingab.

Organismi sattunud tolmu võib põhjustada ülemiste hingamisteede haiguste sagenemist, krooniliste haiguste (näiteks astma) või erinevate allergiate ägenemist ning ärritada silma limaskestasid.

Raudteemüra

Raudteeliiklus on levinud ja Euroopa Liidu transpordipoliitika kohaselt eelisarendatav transpordiliik. Rõhutada tuleb, et raudteetransport on autotranspordiga võrreldes oluliselt keskkonnasäästlikum transpordiliik, sh ka müratekke aspektist, samas aga küllaltki oluline kohaliku müra allikas. Hoolimata sellest, kas raudteejaamad ehitati ajalooliselt külakeskustesse või kasvas hoonestus raudteejaamade ümber, läbivad rongid tänapäeval Paluperaski suhteliselt tiheda hoonestusega piirkonda. Raudteeliiklusega kaasnev müra võib saada häirivaks raudteeäärsetele elanikele, kelle jaoks see negatiivne ilming on alati ainsaks kohaliku raudtee tegevusega siduvaks teguriks. Tänavaliiklusest põhjustatud müraga võrreldes iseloomustab raudteeliiklusest põhjustatud müra kõrgem müratase ning samas suhteliselt lühike kestus. Sellega harjunud inimesed tundsid aga ca 2 aastat kestnud raudtee remondi perioodil, et midagi on nende eluolust puudu.

Raudteemüra põhjustavad eelkõige:

- ratta ja rööpa kokkupuude (mõjub raudteest kaugemale, eriti suurel liikumiskiirusel);
- mootorid, ventilatsiooni-, jahutus- ja soojendusseadmed, helisignaaliid (mõjub raudtee läheduses, aeglasel liikumiskiirusel).

Väikestel kiirustel on seega raudteemüra peamiseks allikaks veduri mootor, kuid kiiruse suurenedes ületab selle rataste ja rööbaste vahelises kontaktis tekkiv müra. See müra sõltub rataste parameetritest ja seisukorrast, veeremi konstruktsioonist, kiirusest ning rööbaste seisukorrast. Raudteetransport on müraallikaks nii veeremi liikumisel kui ka manööverdamisel (liikumiskiirus 5-15 km/h). Nendest viimane on inimesele mõju suhtes ebasoodsam ja enam häirivam. Kirjanduses on andmed, et veeremi manööverdamisel tekkiv müra häirib elanikke 400-500 m (mõnedel juhtudel koguni kuni 600-800 m) kaugusel.

Müratundlikke piirkondi läbivates raudteelõikudes on levinud müratõrjevahendiks kiirusepiirangud. Raudteeliiklus häirib elanikke kõige enam öisel ajal. Sellest lähtuvalt on ettepanekud töökorralduslike võtetega raudteelt kanduva müra vähendamiseks järgmised:

- vähendada miinimumini rongiliiklust öisel ajal, st öine rongiliiklus peaks jääma harvaks erandiks;
- vähendada rongide kiirust külakeskust läbides ja rongikoosseisude pikkust;
- keelata ööpäevaringselt täisvõimsusega vedurivile kasutamine elamute läheduses, rakendades summutatud helisignaali nagu see on nõutav linnades.

Eeldatavalt tuleks edaspidi läbi viia uuring raudteemüra mõju kohta Palupera vallas.

Reostused

Veevarude aastasisesele jaotusele ja veekvaliteedile (nii põhja- kui pinnavee) avaldavad mõju piirkonnas paiknevad ning kavandatavad tehiskeskkonna rajatised. Palupera valla peamised riskid ja probleemid, mis on seotud potentsiaalsete reostusallikatega oleksid:

- kruusa-liivakarjäärid: karjääri laiendamisel on vajalikud hüdrogeoloogilised uurimised, et selgitada depressioonilehtri ulatus, s.h. mõju inimeste kaevuveele. Palupera vallas on ka valdajata karjääre, mis tuleb ohutusse seisundisse viia ja rekultiveerida;
- tammid;
- raudtee: Palupera raudteejaama läheduses asus Nõukogude Liidu armeele kuulunud kütusehoidla, mille tõttu tekkinud pinnasereostuse kõrvaldamise teostas firma EcoPro Keskkonnauuringute Keskuse rahastusel. Eelnevalt läbiviidud uuringute alusel hinnati pinnasereostuse ulatuseks kuni 2500 m² ja mahuga kuni 5000 m³. Kohati oli AS TETRA hinnangutel naftaproduktide sisaldus kuni 13 000 mg/kg. Sealset pinnast kobestati regulaarselt ja kobestamiste vaheajal bioventileeriti. Enimreostunud kohtades kaevati pinnas sügavalt läbi ja segati saepuru ning peamiste toitainetega. Pinnaseproovidega määrati pinnase naftaproduktide sisaldus. 1997 aastal võetud kõikides proovides oli naftaproduktide sisaldus alla sihtarvu, kuid soovitatavalt sobib nimetatud ala tööstustsooniks;
- tööstushooned, väetise- ja mürgkemikaalide hoidlad: võimalikud lekked, sadeveega edasikandumine pinnasesse;
- gaasimahutid: majandiaegsest ajast on likvideerimata Hellenurmes mitmekorruseliste majade maa-alused gaasimahutid.
- sõnniku- ja märgsilohoidlad: asuvad valla tegutsevate loomakasvatustehaste juures;
- maaparandus: üks mõjutegur veevaruse aastasisesele jaotusele ja veekvaliteedile. Kuivendussüsteemid juhivad kevadise suurvee kiiresti ära, seetõttu suurenevad maksimaalsed vooluhulgad, kuivendatud põldudel ja rohumaadel alaneb dreenaazi mõjul kiiresti põhjavee tase. Intensiivne põhja- ja pinnavee varude ümberjaotamine kuivendussüsteemide kaudu soodustab biogeenide sattumist järvedesse, s.t. nad nõrgendavad maastike looduslikku kaitsevõimet. Marusoo maaparandusobjekt (225 ha) eraldab lõunapoolse kõrgema, reljeefilt liigestatuma ja põhjapoolse madalama ja

tasasema ala. Siin on tegu turba aluse 2,9 m paksuse järvelubja kihi aluse kinnikasvanud allikajärvega, eesvooluks Laguja oja. Objekti uus põhjasuunaline laiendamine on veekaitse seisukohalt lubamatu! Samuti tuleks loobuda Neeruti (165 ha) ja Väike-Nõuni (13,5 ha) kuivendusobjektidel suurte süsteemide ja väljakute rajamisest, millega juhitakse ära tulutult põhjavesi ja muudetakse maastiku looduslikku kaitstust. Samas on kuivendussüsteemid meie kliimas vajalikud, sest tänu kuivendusele on võimalik kevadel õigel ajal külvata ja sügisel saaki koristada. Palupera vallas paiknevad liigniisked maad nõrga läbivooluga või läbivooluta orgudes, Elva jõe lammil ja Laguja jõe äärsel lainjal tasandikul (nn. Marusoo). Viimastel aastatel on oluliselt vähenenud uute дренаazide ehitus, kui ka vanade дренаazide korrastustööd. Seda eelkõige tingituna maaomanike huvist, soovist, teadmatusest kasutada finantseerimise süsteeme. Siin on üks võimalus organiseeruda maaomanikel näiteks maaparandusühistusesse. MTÜ Hellenurme Maaparandusühistu asutati küll 1999 aastal, kuid kahjuks tegusalt maaparandussüsteemide hoiuga ei tegeleta.

- settekaevud ja reoveepuhastid: kohaliku omavalitsuse omandis ja hallata olevatest settekaevudest ja reoveepuhastitest on antud ülevaade ptk 4 punkti 4 alapunktis 1.3. Vähemoluline potentsiaalne reostaja pole sugugi ka eraomandis talumajapidamiste juures asuv settekaev, kogumiskaev.

4.5. KURITEOD

REGISTREERITUD KURITEOD – Valga maakond, Kuriteo aste/liik ning Aasta			
	2006	2007	2008
Kuriteod kokku	1 097	1 063	982
I astme kuriteod	42	74	74
II astme kuriteod	1 055	989	908
Inimsuse ja rahvusvahelise julgeoleku vastane kuritegu	0	0	0
Isikuvastane kuritegu	113	207	160
..tapmine	0	0	2
..mõrv	1	0	0
..raske tervisekahjustuse tekitamine	3	4	2
..kehaline väärkohtlemine	81	166	130
..pantvangi võtmine	0	0	0
..vägistamine	4	3	4
Poliitiliste ja kodanikuõiguste vastane süütegu	0	0	0
Süütegu perekonna ja alaealiste vastu	13	19	17
Rahvatervisevastane kuritegu	8	52	53
..narkootikumidega seotud kuritegu	7	50	52
Varavastane kuritegu	669	447	434
..vargus	562	323	342

..röövimine	12	17	9
..omastamine	22	10	13
..kelmus	25	46	28
..väljapressimine	3	2	2
..asja omavoliline kasutamine	23	24	16
Intellektuaalse omandi vastane kuritegu	0	0	0
Riigivastane kuritegu	0	0	0
Avaliku rahu vastane kuritegu	96	104	107
Ametialane kuritegu	5	2	7
Õigusemõistmisevastane kuritegu	21	42	27
Avaliku usalduse vastane kuritegu	19	12	33
..maksevahendi ja väärtpaberi võltsimine	0	0	0
..võltsitud maksevahendi ja väärtpaberi kasutamine	4	3	6
Keskkonnavastane kuritegu	6	1	2
Majandusalane kuritegu	12	5	4
Üldohtlik kuritegu	11	22	17
..tulirelva, selle olulise osa ja laskemoona ebaseaduslik käitlemine	6	10	7
Liikluskuritegu	124	150	121
..mootorsõiduki juhtimine joobeseisundis	120	144	115
Kaitseteenistusalane kuritegu	0	0	0

Märkus:

Andmed ei ole võrreldavad varem avaldatud aegridadega metoodika ja andmeallika muutumise tõttu.

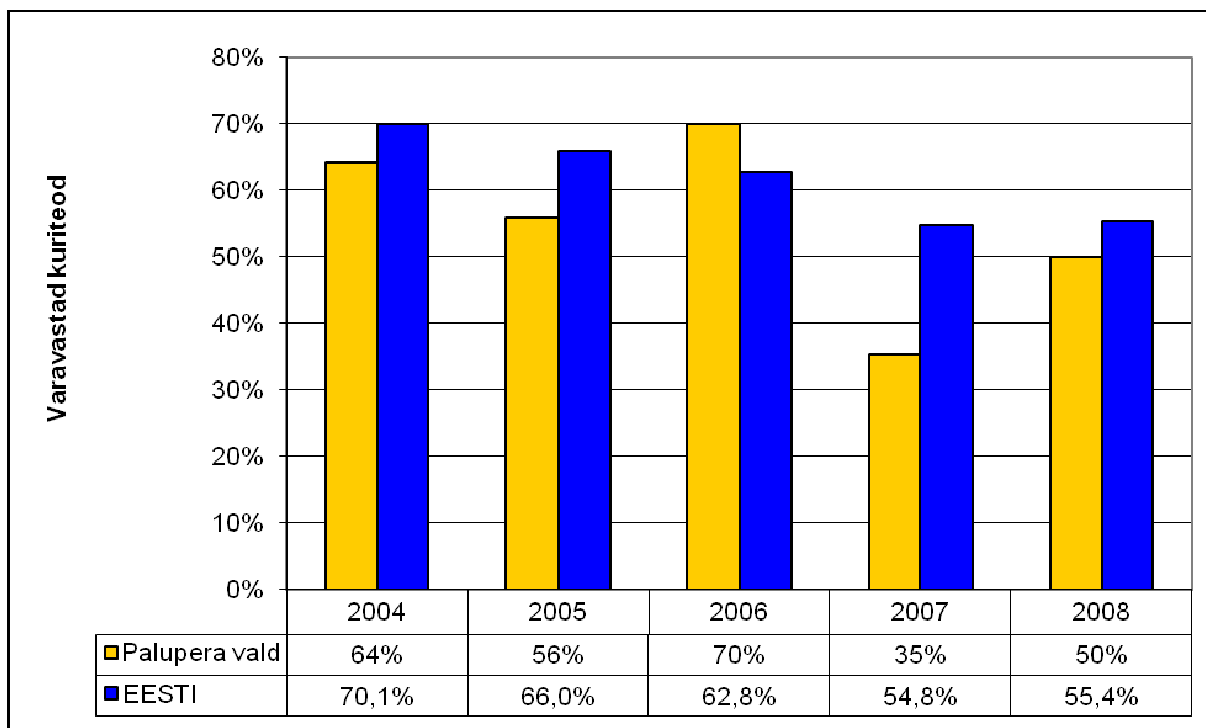
Tabel 47: Valga maakonnas registreeritud kuriteod (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Aastatel 2006 – 2008 on kuritegevus Valgamaal järjest vähenenud, 2008. aastal vähenes võrreldes 2007. aastaga 18%. Palupera valla kohta sama aga väita ei saa:

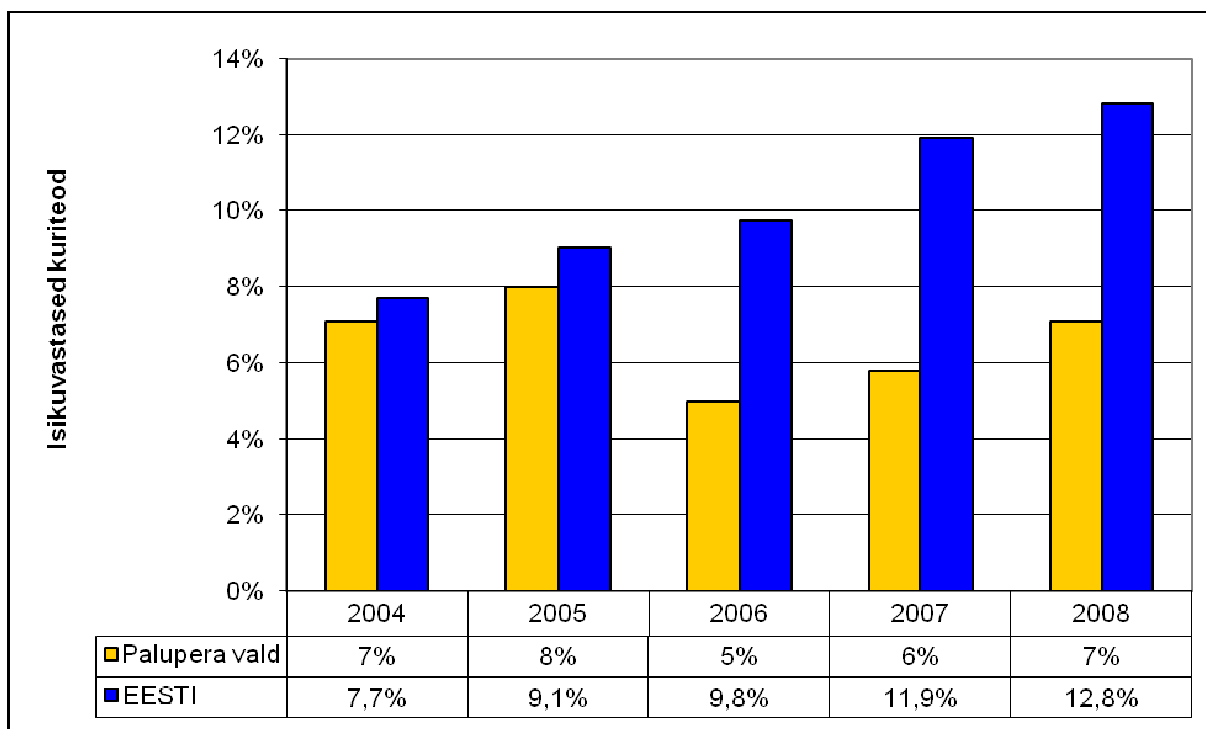
	2005	2006	2007	2008	2009
Kuritegude arv kokku	25	20	17	28	19
Avastamine kokku	15	8	15	20	3
Avastamise %	62,5	40	88,2	71	15,7

Tabel 48: Palupera vallas registreeritud kuriteod (Allikas: Lõuna Prefektuuri Valga Politseijaoskonna Otepää Konstaablijaoskond 2010).

sest kasvas nii isikuvastaste, kui ka varavastaste kuritegude arv:



Joonis 21: Palupera valla ja Eesti varavastased kuriteod %-lt kuritegude kogumist graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).



Joonis 22: Palupera valla ja Eesti isikuvastased kuriteod %-lt kuritegude kogumist graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

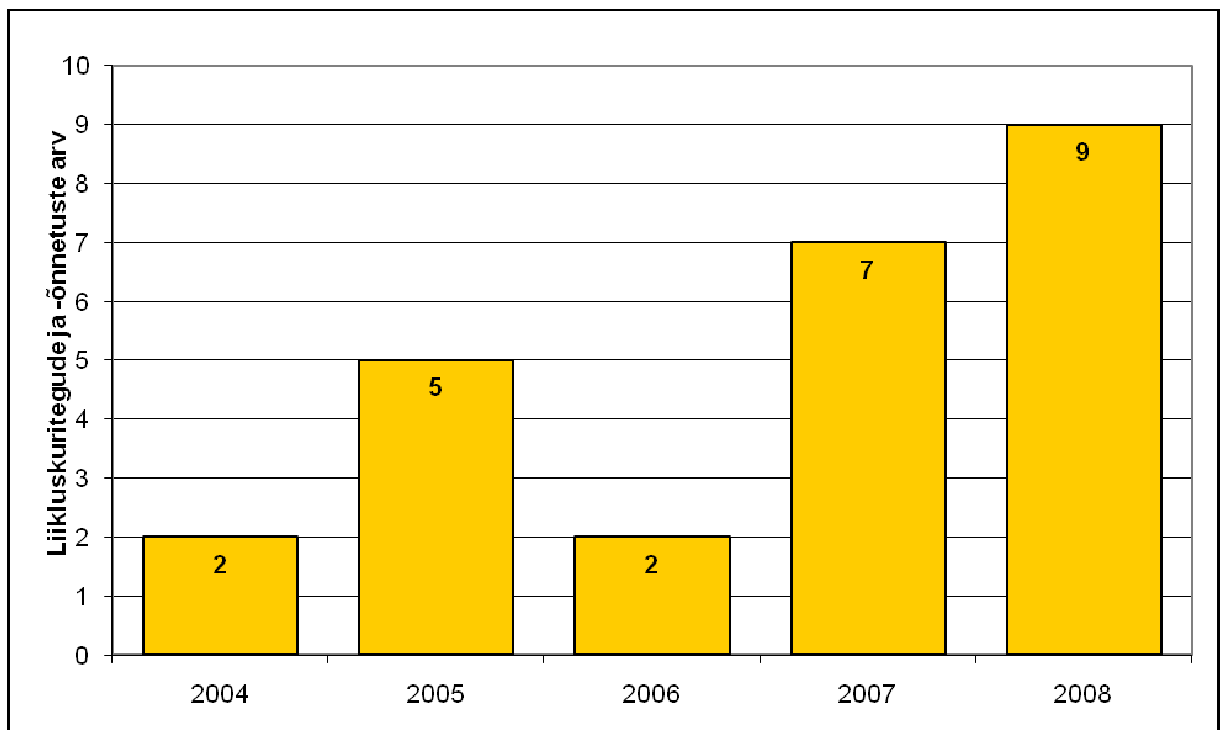
2009 aastaks kuritegevus Palupera vallas küll stabiliseerus, kuid avastamise % on madal. Jäeb loota, et 2010 neid avastatakse. Kuritegude kogumist vallas on suurenenud varavastaste ja

isikuvastaste kuritegude osakaal võrreldes 2007 ja 2008 aastat. Veel ajas ettepoole vaadates, on osakaal võrdlemisi samale tasemele jäänud – varavastaste kuritegude osakaal kogumist 55% ja isikuvastaste kuritegude osakaal kogumist 7%. Mõlemad näitajad jäävad Eesti mastaapides samadest näitajatest siiski õnneks allapoole.

Avaliku korra rikkumised Palupera vallas on see seotud peamiselt alkoholi tarvitamisega. Ebaseadusliku alkoholi tootmine/edasimüümine on siiski veel probleemiks nii Palupera vallas, kui ka naaberpiirkondades.

Kuritegevuse ohvriks langemise näitajad 2008/2009 aasta kohta on Lõuna õiguskaitsepiirkonnas kõige väiksemad.

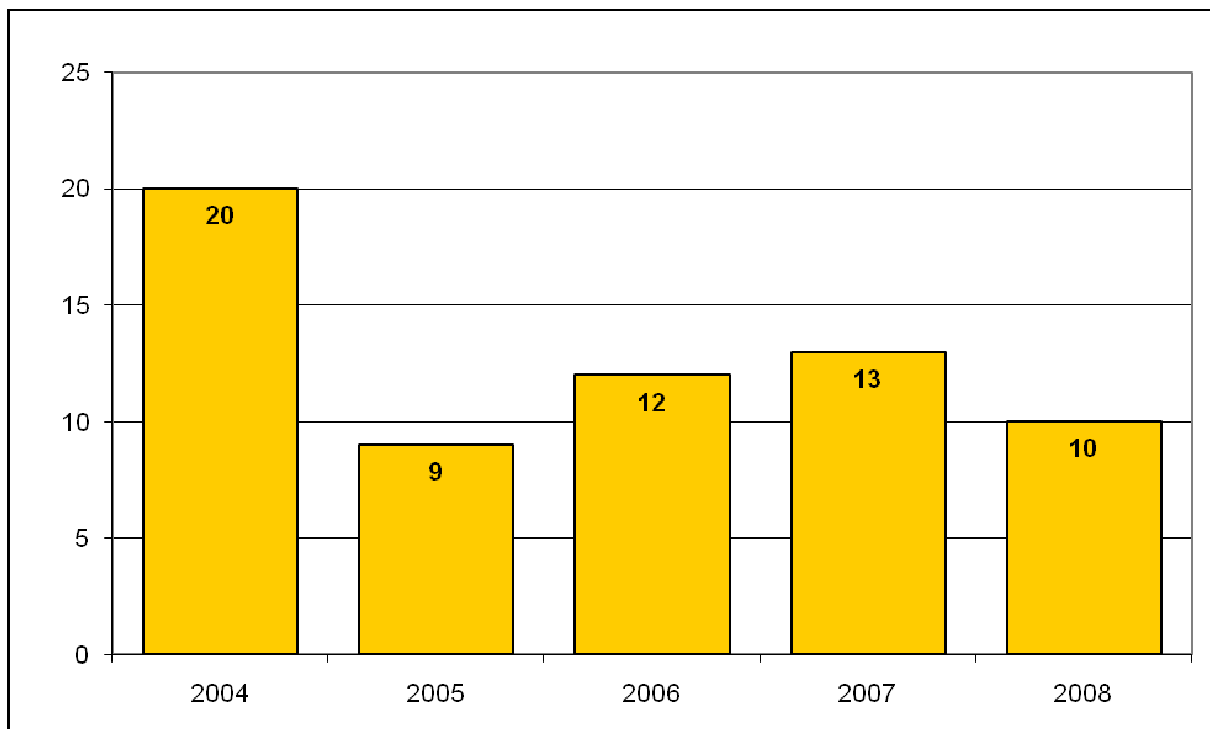
4.6. LIIKLUSKURITEOD JA -ÕNNETUSED PALUPERA VALLAS



Joonis 23: Palupera valla liikluskuritegude ja -õnnetuste arv graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Liikluskuritegude arv vähenes 2008. aastal Valga maakonnas võrreldes eelmiste aastatega, näiteks 2007. aastaga võrreldes kokku 29 juhtumit, ehk 20 % võrra. Palupera vallas on kahjuks liikluskuritegude ja -õnnetuste arv kasvanud.

4.7. TULEKAHJUD PALUPERA VALLAS



Joonis 24: Palupera valla tulekahjude arv graafiliselt (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Tulekahjude arv on viimastel aastatel Palupera vallas vähenenud. Tulekahjude arvu mõjutavad aastaajati talvised külmemad ilmad, mil tekivad probleemid amortiseerunud küttekolletega. Suurem osa tulekahjudest on põhjustatud lahtise tulega hooletust ümberkäimisest ja hooletust suitsetamisest, milliste osakaal ei lange eriti.

Päästeameti tellitud uuringus „Elanikkonna tuleohutusteadlikkuse seire 2008” hinnati tuleohutuse teavitustöö täitumist. Indeksi maksimumväärtus 200, Eestis keskmiselt 120, Valga maakonnas 118, maakondadest 11. kohal. Uuringus toodi välja teavitustöö seisukohast olulised sihtrühmad.

Edasise teavitustöö seisukohalt on kriitilise tähtsusega sihtrühmad:

- pensionärid, kelle kodu varustatus tuleohutusseadmetega on madal, suitsuanduri vajalikkust hinnatakse vähem ning tuleohutuslaste teadmiste oskuste näitajad on keskmisest madalamad;
- korterelamutes elavad inimesed, kelle kodu varustatus tuleohutusseadmetega on madal, suitsuandurit ei peeta vajalikuks ning alahinnatakse tulekahju tagajärgi ning selle arengukiirust. Naabrite juurest algusesaavat tulekahju osatakse rohkem karta, kui oma kodust algavat;
- mehed, kel on küll head teadmised (komando, 112, 5 minutit) ja oskused, kuid kes kalduvad alahindama tulekahju tõenäosust ning suitsuanduri vajalikkust. Samuti on meeste seas oluliselt rohkem kodus suitsetajaid.

Tulekahju puhkemist oma kodus peetakse erinevatest riskidest kõige vähemtõenäoliseks, kuid kõige raskemate tagajärgedega õnnetuseks.

Tuleohtu peavad oluliselt tõenäolisemaks naised. Suhteliselt rohkem on neid ka omaette majas elavate inimeste ning madalama sissetulekuga inimeste seas. Kõrgema sissetulekuga ja sotsiaalse staatusega inimesed peavad tulekahju tõenäosust väiksemaks, kuid samal ajal on nende varustus suitsuanduriga kõrgem (võimalik, et uuemate eluruumide tõttu).

Leibkondades, kus leidub kodus (eluruumides) suitsetajaid, peetakse tulekahju puhkemist pisut tõenäolisemaks, kuid suitsuanduritega varustus on seal madalam.

Suitsuandurit peab väga vajalikuks 75 % elanikest (2009. aasta tuleohutusala seire).

Suitsuanduri vajalikkust teadvustavad oluliselt enam eesti keelt kõnelevad inimesed, maa-asulates elavad inimesed, oma majas ja/või ahiküttega elavad inimesed, samuti tööealistest inimestest koosnevad pered, 20-40-aastased ning naised.

Suitsuandur on olemas 78 % leibkondadest (2009. aasta tuleohutusala seire andmetel). Suitsuanduriga on keskmisest paremini varustatud väiksemate linnade ahiküttega elamud (61 %) ning maa-asulate kombineeritud küttega elamud (63 %). Kõige madalam on suitsuanduriga varustus suurte linnade keskküttega majades - ainult 26 %. Erinevatest peretüüpidest on suitsuanduriga vähem varustatud ka pensionäripered (30 %) ja venekeelne elanikkond (17 %), kes peavad seda keskmisest sagedamini ka mittevajalikuks.

Varustatustase seostub ka sissetulekutasemega pereliikme kohta: kuni 5000 krooni pereliikme kohta teenivates peredes on varustatud suitsuanduriga 34 % ja üle 8000 kroonise sissetulekutaseme korral 43 %.

Piirkondlikult on suitsuanduriga paremini varustatud Lääneregioon (keskmine 50 %). Kõige madalam on suitsuanduritega varustus Ida-Virumaal (16 %), järgmisena Valgamaal 34 %.

Peresid, kus keegi kodus ei suitseta on 62 %, Valgamaal 59 %. Suhteliselt rohkem on neid pensionäriperede seas ning väiksemates linnades. Kodus suitsetavate inimeste seas on statistiliselt rohkem mehi, oskustöölisi, korterelamute inimesi, venekeelt kõnelevaid inimesi ning 20-40 aastaseid.

Avalikult kasutatavates hoonetes on Palupera vallas kõikides normarv kontrollitud tulekustuteid, automaatne tuletõrjesignalisatsioon on Palupera mõishoones (kool), Hellenurme mõisahoones (lasteaed, hooldekodu), Nõuni raamatukogus ja Hellenurme noortekeskuses. Ülejäänud hoonetes on vajalik kiiresti paigaldada suitsuandurid. Ka Palupera vallas käivitus maakondlik projekt „Kodu tuleohutuks”, mis kutsus inimesi muutma oma kodud tuleohutuks ja turvaliseks paigaks. Kampaniat toetasid erinevad üleriigilised meediakampaniad. Nõustati mitmeid majapidamisi ja päästeteenistuse abiga paigaldati nõustatud kodudesse ka suitsuandurid.

4.8. ALKOHOLI MÜÜVAD KAUPLUSED

Kaubanduse vallas töötab Palupera vallas 2 kauplust – üks Hellenurmes ja üks Nõunis. Ringi sõidab ka väike rändkauplus. Indikaator alkoholi müüvate kaupluste kohta kirjeldab alkoholi kättesaadavust. Alkoholi müüvate kaupluste osakaal vähenes oluliselt Eestimaal 2006. aastal, ilmselt mõjutatud kohalikust öise alkoholi jaemüügi keelu kehtestamisest. Subjektiiivse hinnangu kohaselt on alkoholi müüvate kaupluste puhul endiselt probleemiks alkoholi müük alaealistele, eriti just väikekaupluste puhul. Palupera valla kauplused suletakse tööpäevadel juba kell 18-19, seega hilisemad alkoholi juurde otsijad kiirustavad lähedal asuvasse linnadesse, asulatesse. See on omakorda seotud lisaohutudega – joobes sõitmine, kiiruse ületamine, lubadeta sõit jms.

4.9. KOHALIKU OMAVALITSUSE ALKOHOLIPOLIITIKA

Antud indikaator kirjeldab kohaliku omavalitsuse poolseid sekkumisi alkoholimüügi reguleerimisse lisaks üleriiklikele regulatsioonidele, seega kohaliku omavalitsuse initsiatiivi vähendada alkoholi tarbimist ja sellest tulenevaid probleeme.

Alkoholi müük Palupera vallas on aastaid rangelt keelatud kõikidel avalikel üritustel. Palupera vald koostöös politseiga jälgib alkoholimüügi seaduslikkust. Politsei, ettevõtjate, kooli ja vallavalitsuse esindajatega on läbi viidud nõupidamisi, kus on käsitletud probleeme seoses alkoholsete jookide müügiga alaealistele, avaliku korra tagamisest avalikel üritustel.

4.10. TERVIST EDENDAVID ASUTUSED



Tervist edendavate töökohtade, lasteaedade ja koolide võrgustikud koosnevad vabatahtlikkuse alusel ühendunud asutustest ja ettevõtetest, kes lähtuvad oma töös tervist edendava töökoha põhimõtetest ning näitab terviseedenduse tähtsustamist.

Kättesaadav on vaid maakondlik statistika. Tervise Arengu Instituudi statistika kohaselt (19.02.2010) ei olnud Valgamaal 2009. aastaks mitte ühtegi tervist edendavat töökohta registreeritud ning seda ei olnud enamikes väiksemates maakondades.

Tervist edendavateks lasteaedadeks oli Valga maakonnas registreeritud 01.01.2010 seisuga 1 lasteaed – Hummuli valla lasteaed Sipsik. Tervist edendavate lasteaedadega liitumiseks teevad ettevalmistusi Valga linna lasteaed Kaseke ja Otepää valla lasteaed Pähklike. Tervist edendavateks koolideks oli Valga maakonnas registreeritud 12.03.2010 seisuga 3 kooli – Otepää gümnaasium, Valga vene gümnaasium ja Keeni põhikool. Liitumistegevuste ettevalmistamisega on alustanud Palupera, Pühajärve, Hargla ja Valga põhikoolid.

Lasteaedadel on võimalus ühineda projektiga „Nublu aitab“, mis kujutab endast praktilist teooriaõpet lasteaiaviiimastele rühmadele (6- 7aastased). Eesmärk on anda lastele edasi põhiteadmised tuleohutuse valdkonnast, mida väikesel lapsel on vajalik teada. Lisaks on mitmeid teadlikkust tõstvaid projekte ka koolidele.

4.11. TÖÖÕNNETUSED

Tööõnnetus on töötaja tervisekahjustus või surm, mis toimus tööandja antud ülesannet täites või muul tema loal tehtaval töö, tööaja hulka arvataval vaheajal või muul tööandja huvides tegutsemise ajal.

	2007	2008	2009
Kerged tööõnnetused	35	22	36
Rasked tööõnnetused	11	10	8
Surmaga lõppenud tööõnnetused	0	0	0
KOKKU	46	32	44

Tabel 49: Tööõnnetusi kokku Valgamaal 2007-2009 (I-III kvartal kõik aastad). (Allikas: Tööinspeksioon 2009).

Tänapäeval muutlikul ajal, mil tööpuudus on ühiskonnas märkimisväärselt suur, on seda olulisem pöörata tähelepanu nende töötajate olukorrale, kes võivad töökaotushirmus kannatada suure vaimse surve all. Tööstressi üks tekkepõhjuseid on töökohal valitsev õhkkond, suhted kolleegide ja ülemustega ning üldised töötingimused. Tõestust on leidnud ka see, et tööstressil on omadus kanduda edasi inimeselt inimesele, teisisõnu, stress, mis võib alguse saada ettevõtte juhtkonna tasandil, nakatab ka töötajaid. Inimesele võib liigne stress põhjustada südamehaigusi, depressiooni, maohaavandeid, luu- ja lihaskonnavaevusi. Ettevõtte tulemustes on aga tööstressi tulemused majanduslikult mõõdetavad: vähene pühendumine, kõrge töövõimetuse tase, suur personalivoolavus, suurenev tööõnnetusrisk ja kvaliteediprobleemid, mis tingivad otseseid lisakulusid.

Uuringud näitavad küll Eestis kõrget stressitaset, kuid enamasti ei seostata seda töötingimustega,” märgib Rakendusuuringu Keskuse CentAR. Tööinspeksioon koos Tööandjate Keskkliidu ja Eesti Ametiühingute Keskkliiduga on Euroopa Sotsiaalfondi toel teinud esmakordselt Eestis kättesaadavaks interaktiivse tarkvara, mille abil iga ettevõtja saab uurida oma töökollektiivis eksisteerivaid psühhosotsiaalseid riske. Kodulehelt www.stressivastu.ee alla laaditava Exceli faili abil on võimalik võrrelda oma ettevõtte tulemusi teiste ettevõtetega omaga. Täna on vähe teada fakt, et psühhosotsiaalsete riskidega tegelemine on kohustuslik igale tööandjale. Just sel otstarbel loodud interaktiivne stressikaardistaja annab selleks aga mugava ja anonüümse võimaluse.

Töötervishoiuteenust maakonnas pakub AS Valga Haigla.

4.12. KÕRGENDATUD RISKIGA OBJEKTID JA JUHTUMIKORRALDUSKEEMID

Kõrgendatud riskiga objektid Palupera vallas on ühiskondlikud hooned (kool, kauplused, lasteaed, kultuurimajad jm); hooldekeskuse kompleks; tootmishooned; raudtee ja transpordivahendid/seadmed. Antud indikaatoris tuleb kirjeldada, palju on kohalikus omavalitsuses kõrgendatud riskiga objekte ning kas on olemas juhtumikorralduskeemid ning elanike teavitussüsteem õnnetuse korral.

Koostatud on Palupera valla riskianalüüs (2004, uuendatud 2008), millele eelnes ettevõtete, asutuste ja organisatsioonide uuring võimalike riskide suhtes. Paljusid küsitleti, külastati, eeldades teatud riskide olemasolu. Vallavalitsuse andmetel on töökeskkonna riskianalüüs Palupera vallavalitsusel, Palupera põhikoolil ja OÜ-l Nõuni Puit. Tehiskeskkonna riskianalüüs on Palupera raudteejaamal. Teistel ettevõtetel, asutustel endil koostatud konkreetset tegevuskavad õnnetuste korral sageli puuduvad, olemasolevad on väga erineva tasemega ja erineva põhjalikkusega tehtud, piirdudes mõne objekti puhul üksnes evakuatsiooniplaaniga. Riskianalüüsid ja töökeskkonna sisekontrollid on vajalikud koostada tulenevalt Töötervishoiu ja tööohutuse seaduse §13 lg 1. Töökeskkonna riskianalüüsi võib viia läbi ettevõtte ise, kaasates riskianalüüsi läbiviimisse nii töökeskkonnaspetsialisti, töökeskkonnavoliniku kui ka ettevõtte teisi töötajaid. Soovi korral võib kaasata riskianalüüsi läbiviimisse ka ettevõttevälise teenuseosutaja või tellida riskianalüüs teenuseosutajalt.

Sageli kõigi vallakodanike kasutada olevad hooned ja rajatised peaksid olema eelkõige turvalised. Soovida jätab aga näiteks kasvõi juurdepääski Nõuni kauplusesse, aastaid auklik kauplusesine on lisaks porimülkale kevadel ja sügisel lausa ohtlik.

Õnnetuste riskid Palupera vallas kokkuvõtvalt oleksid:

- tulekahjude risk elu- ja olmehoonetes (katlad, vedelgaasi balloonid, ahjud, tulekustutusvahendid, kulu põletamine, metsatöö jne);
- plahvatused, reostused (lõhkamine, ohtlikud ained, lõhkekehad, kütuseaurud jne);
- transpordiõnnetused (maanteetransport, raudteetransport, veetransport);
- lennuõnnetused (lennukoridor, harrastuslennundus);
- joogivee reostus;
- õnnetused veekogudel (paadiõnnetused, uppumised);

- kommunikatsioonisüsteemide avariid (veevarustus, kanalisatsioon, elektrienergiasüsteemid, sidesüsteemid);
- gaasitorustike avariid (gaasiballoonid ja lisaseadmed);
- üleujutused (paisud, veekogud, tammid);
- varingud (karjäärid, ehitised);
- erakorralised loodusnähtused (torm, lumesadu);
- epideemiad, loomataudid, loomade põhjustatud ohud;
- sotsiaalsed ohud (tööpuudus, joogivee puudus jm).

Maakonnas on kriisi reguleerimise skeem olemas. Palupera vallal on olemas alates aprillist 2010 kriisikomisjon ja selle põhimäärus. Komisjoni esimees on seadusest tulenevalt vallavanem. Vallavalitsuse maakorraldaja-ehitusnõunik on maakondliku kriisikomisjoni liige, kes on osalenud vastavatel seminaridel ja õppustel. On välja töötatud teavitussüsteem. Lisaks kriisikomisjoni liikmele on õnnetuste puhul kontaktisikuteks ka OÜ Palu-Teenus juhataja.

4.13. HULKUVAD LOOMAD

Üldine pilt hulkuvate loomade suhtes vallas on rahuldav. Elanike hulgas on tehtud selgitustööd loomade hoidmise ja pidamise kohta (ajalehes, kohtumistel). Rohkesti on vallapildis hulkuvaid kasse hooldekeskuse ja farmide juures, vähe kortermajade juures. Koeri on vähem püütud põhjustel, et omanikud on hakanud rohkem hoolitsema selle eest, et loomad välja ei pääseks oma territooriumilt ja paljusid koeri ei ole võimalik linguga kinni püüda. Uinutipüssi kasutamine toimub aga ainult loomakliiniku poolt ja sageli on koer(ad) uinutipüssi kohaletoomise ajaks teadmata suunas lahkunud.

Edukalt on läinud viimastel aastatel omanikuta loomadele uue omaniku leidmine, milles on abiks olnud valla koduleht ja inimestega suhtlemine, reklaam. Kasutatakse ka valla eelarvelisi vahendeid hulkuvate koerte/kasside varjupaika toimetamisel, põhjendatud taotlusel ka eutanaasiateenuse ostmisel.

4.14. PUUKBORRELIOOSI JA -ENTSEFALIITI NAKATUMINE

Entsefaliiti haigestumise esimesed juhud ilmnevad tavapäraselt mais, aga puukborrelioosi registreeritakse meil aastaringselt. See ei tähenda veel, et puugid aastaringselt aktiivsed on, lihtsalt osad haigusjuhud tulevad ilmsiks alles tüsistuste kaudu ja oluliselt hiljem, kui puuk tegelikult nahale on sattunud. Puukentsefaliidi vastu kaitsesüstimisega oleks hea alustada aprillikuus, siis jõuab immuunsus puugiohtlikuks ajaks välja kujuneda. Enam haigestumisi puukentsefaliiti on juunist oktoobrikuuni. Vaktsineerimine koosneb kolmest süstist. Kaks esimest tehakse 1-3-kuulise vaheajaga, kolmas kuni aasta hiljem. Pärast kaht süsti on immuunsus hea, kuid kestab ainult ühe hooaja, kolmas süst pikendab immuunsust. Iga kolme aasta tagant on aga taas vaja teha üks kordussüst, kuna Eesti on puuknakkuste suhtes endeemiline piirkond. Eriti on kasvanud viimaste aastatega puukborrelioosi haigestumine. Puukborrelioosi vastu vaktsiini ei ole ning immuunsust haiguse vastu ei teki ka pärast borrelioosi läbipõdemist. Enam haigestutakse borrelioosi juulist septembrikuuni.

	2000	2002	2004	2006	2008	2009
Entsefaliidijuhud	272	90	182	171	90	179
Borrelioosijuhud	601	319	480	482	1423	1787

Tabel 50: Entsefaliidi- ja borrelioosijuhud Eestis 2000-2009 (Allikas: Terviseamet 2010).

4.15. PAIKKONNA PROBLEEMID TERVISLIKU ELU-, ÖPI- JA TÖÖKESKKONNA INDIKAATORITE PÕHJAL

Kanaliseerimistorustike amortiseeritus, halb ehituskvaliteet.

Kasutusel mitteolevad ja nõuetekohaselt konserveerimata/tamponeerimata puurkaevud ja väikereoveepuhastid ohustavad põhjavett.

48 % kogu elanikkonnast on varustamata ühiskanalisatsiooni teenusega, laialdane ühiskanalisatsiooni puudumine on otseseks ohuks keskkonnale, eelkõige veekogude reostusele.

Kanaliseerimise puudumine ja vanad kanalisatsioonitorustikud ohustavad salvkaevude ja madalate puurkaevude veekvaliteeti.

Raudteemüra võib mõjutada raudteega piirnevate eluhoonete elanike tervist.

Kuritegevuses on probleemne avaliku korra rikkumised alkoholijoobes.

Paarissuhte vägivaldaga on kokkupuude pooltel paarissuhte kogemusega inimestel. Füüsilist vägivalda paarissuhtes on kogenud 37 % naisi ja 28 % mehi.

Liiklusõnnetustes hukkub enim kergliiklejaid (jalakäijad, ratturid, mopeedijuhid).

5. TERVISLIK ELUVIIS

Eluviis on üheks olulisemaks tervisliku seisundi kujundajaks kogu elu vältel. Eluviisi osas saab iga inimene teha kõige otsemaid valikuid. Tervishoidlike valikute tegemine sõltub paljuski inimeste teadlikkusest aga ka võimalustest, mille vahel valikuid teha. Inimese tervisekäitumisel on olulised sotsiaalsed ja majanduslikud mõjud.

Sotsiaalmajanduslikud indikaatorid nagu haridus, sissetulek ja tööhõive on tihedalt seotud inimeste käitumisega. Kehvemal sotsiaalmajanduslikul positsioonil olevaid inimesi iseloomustab tervist kahjustavate käitumisriskide rohkus. Käitumisriskide osakaal meeste seas on oluliselt suurem võrreldes naistega. Kordades suurem on see tubaka ja alkoholi tarbimises ning sooline ebavõrdsus nimetatud tarbimisliikide osas pole oluliselt vähenenud. Soolised erinevused meeste kahjuks on suured ka värske puu- ja juurvilja tarbimises, suu hügieenis,

loomsete rasvade tarbimises, soola lisamises valmistoidule, sõiduki turvavööde kasutamises jne.

Üldine suundumus eelnimetatud käitumisiikides eelmise kümnendi vältel kogu täiskasvanud elanikkonna seas on küll toimunud tervislikumas suunas, kuid ebavõrdsus analüüsitud sotsiaalmajanduslike indikaatorite alusel (haridus, sissetulek, tööhõive) on pigem suurenenud kui vähenenud. Elupaigast olenevalt on maal ülekaalulisi, kange alkoholi pruukijaid ja suitsetajaid enam kui suuremate linnade elanike seas, milline ebavõrdsus on samuti püsima jäänud. Turvalisust liikluses selle traagiliste tagajärgedega pole senini suudetud märkimisväärselt tagada.

Kehalise aktiivsuse ja tervisliku toitumise positiivne mõju paljude haiguste ennetamisele ja tervisepotentsiaali väljaarendamisele on leidnud laialdast tõendust. Vaatamata sellele teadmusele ei ole normaalse kehakaaluga inimeste osakaal juba palju aastaid üle 60% jõudnud ning kehaliselt aktiivsete inimeste osakaal saavutanud 1990. aasta taset. Võimalused tasakaalustatud ja tervisliku toidu saamiseks ja juurdepääs spordi- ja terviserajatistele peavad olema oluliselt kättesaadavamad kõikidele Eesti elanikele hoolimata haridusest, sissetulekust või elukohast.

Seksuaalse identiteedi küsimused, suhted partneriga, seksuaalne vägivald ja seksuaalne ärakasutamine on peamisteks probleemideks kujunenud mitte ainult Lääne-Euroopas vaid ka Eestis. Võttes arvesse neid arenguid, on vaja reproduktiivset ja seksuaalset tervist käsitleda komplekselt läbi valikuvabaduse ja inimõiguste prisma.

Nagu kogu Eesti, nii on ka Palupera valla elanikkonda mõjutanud kiired muutused ühiskonnas. Tervist väärtustatakse küll kasvavalt, kuid vajadus hoolitseda oma füüsilise vormi eest on tõusnud minimaalselt. Ka Paluperas on viimastel aastatel tõusnud inimeste huvi tervisega seotud ürituste vastu, millest võetakse aktiivselt osa ja tuntakse huvi oma tervisenäitajate vastu. Aktiivsemad elanike grupid on lapsed.

5.1. JOOBES JUHID

Sõidukit ei tohi juhtida, kui juht on joobeseisundis (joobeseisund on alkoholi, narkootilise või psühhotroopse aine tarvitamisest põhjustatud terviseseisund, mis avaldub häiritud või muutunud kehalistes või psüühilistes funktsioonides ja reaktsioonides), samuti juht, kes on seisundis, mille puhul alkoholisisaldus ühes liitris juhi väljahingatavas õhus on 0,1 milligrammi või rohkem või mille on põhjustanud alkoholisisaldus juhi veres 0,2 promilli või rohkem.

Joobes juht:

- ei taju hästi ümberringi toimuvat;
- ei taju õigesti oma sõiduki liikumiskiirust;
- vaateväli aheneb, silm ei jõua kõike vajalikku märgata;
- olukord teel jõuab teadvusesse moonutatuna;

- ei suuda õigesti otsustada ja kiirelt reageerida;
- ei hinda oma suutlikkust kriitiliselt, muutub liiga uljaks ja julgeks;
- ei suuda kontrollida emotsionaalseid impulsse, võib minna kurjaks;
- väsib kiiresti ära, vajub ära või jääb roolis magama.

Viimased aastad liikluses on Eestis kujunenud igati edukaks. Kui veel aastal 2007 hukkus Eesti teedel kokku 196 inimest, siis aastal 2009 registreeriti 100 liiklusruma ja viimase 12 kuu jooksul 2009.aasta aprillist 2010.aasta märtsini kogunes liiklusõnnetustes hukkunuid 86. Samas vähenesid ka inimvigastustega liiklusõnnetuste ja neis vigastadasaanute arvud. (Allikas: Maanteeamet). Ülikiirelt on vähenenud just joores autojuhtidega toimunud õnnetuste arv.

	2007	2008	2009
Liiklusõnnetuste arv	58 hukkunuid 4, vigastatuid 71	54 hukkunuid 3, vigastatuid 69	34 hukkunuid 4, vigastatuid 50
s.h. liiklusõnnetuste arv joores mootorsõidukijuhtide osalusel	14 hukkunuid 2, vigastatuid 16	22 hukkunuid 0, vigastatuid 24	5 hukkunuid 0, vigastatuid 8

Tabel 51: Liiklusõnnetused ja liiklusõnnetuses joores mootorsõidukijuhtide osalusel Valgamaal 2007-2009 (Allikas: Maanteeamet 2010).

Politsei ja Maanteeameti hinnangul on paremale liikluskäitumisele aidanud kaasa liiklejate teadlikkuse kasv ja varasemast tõhusam liiklusjärelvalve. Liiklusjärelvalve tööd näitab ka statistika Palupera vallas, mis aga kahjuks ei näita inimeste teadlikkuse kasvu. Jääb loota, et ka see olukord paraneb:

	2005	2006	2007	2008
Tabatud joores juhte kokku	12	13	18	20
kriminaalkorras (korduvalt joores)	5	2	4	8
väärteokorras	7	11	14	12

Tabel 52: Palupera vallas tabatud joores juhid (Allikas: Lõuna Prefektuuri Valga Politseijaoskonna Otepää Konstaablijaoskond 2010).

5.2. TERVISEALASE TEABE KÄTTESAADAVUS

Antud indikaatori all tuleb välja tuua välja viisid, milliste kanalite kaudu kohalik omavalitsus levitab tervisealast infot. Indikaator võimaldab hinnata teabe kättesaadavust ja planeerida vajadusel efektiivsemaid viise tervisealase teabe edastamiseks.

Tervisealase teabe edastamisel on juhtroll Valgamaal Maavalitsuse Tervisetöal, kellele on pandud kohustuseks tagada info kättesaadavus kõigile maakonna elanikele. Tervistuba asub Valga Maavalitsuses, kabinet 142, töötab kõigil tööpäevadel 8.00-16.30.

Info edastamise võimalused on paber kandjal infomaterjalide ja trükiste jagamine, info edastamine läbi maakonna meedia, kodulehel www.valgamaa.ee ja www.valgamv.ee ning erinevate ametkondade, organisatsioonide listid. Kodanikele on tagatud nõustamine tervisetöas.

Maakonna kohaliku ajalehe Valgamaalane kaudu teatatakse elanikkonnale uudistest, uutest uuringu võimalustest, ennetustegevusele suunatud ettevõtmistest, kutsutakse osalema üritustel. Ajalehe veergusid kasutatakse ka elanikkonda harivate artiklite avaldamiseks ja elanikkonna kiireks informeerimiseks näiteks epideemiade korral.

Kohalikus raadios Ruut toimuvad regulaarselt tervisetunnid (korraldatud maakonna tervisenõukogu poolt). Soovi korral saab alati eetriaega elanikkonnale informatsiooni edastamiseks.

Palupera vald näeb teabe leviku võimalustena:

- valla kodulehekülg, mida pidevalt täiendatakse ja lisatakse informatsiooni. Kodulehekülg kajastab informatsiooni lingil Valla funktsioonid-Sotsiaalhoolekanne lähimatest võimalustest meditsiinilises teeninduses, perearsti nõuandetelefonist, hooldekeskuses pakutavatest võimalustest jms. Kodulehe informatsioon on kõige operatiivsem, seda on kõige käepärasem uuendada;
- kohalik ajaleht Otepää Teataja, mille kaudu teatatakse elanikkonnale uudistest, uutest uuringu võimalustest, ennetustegevusele suunatud ettevõtmistest, kutsume osalema üritustel. Ajalehe veergusid kasutatakse ka elanikkonda harivate artiklite avaldamiseks ja elanikkonna kiireks informeerimiseks näiteks epideemiade korral. Ajaleht on koheselt reageerinud vallavalitsuse soovile midagi avaldada, selles osas koostöö hea;
- trükitud infovoldikud meditsiinasutustelt, puuetega inimestele, Valga Maavalitsuse haridus- ja sotsiaalosakonnalt jt.;
- külakeskustes ja asutustes on infotahvlid, mille kaudu saab kohapeal informatsiooni edastada.

5.3. TERVISLIKU ELUVIISI TOETAVAD ÜRITUSED VALLAS

Olulisemad regulaarsed üritused on vallas seotud terviseradade ja spordirajatiste võimaluste kasutamisega (kirjeldatud ptk 4 punktis 2). Et neist ülevaadet anda, toome näite 2009 aastal toimunud üritustest vallas ja saavutustest:

- jätkusid värsked spordiüritused – küladevaheline jalgpalliturniir II (võitjaks tuli Räbi küla) ja Nõuni noored korraldasid jüriöö orienteerumisvõistluse II;
- toimus Nõuni triatlon (100 m ujumine, 7,5 km jalgrattasõit, 1,1 km jooks) ja tilluuaatlon (rattasõit ja jooks);

- toimus võrkpalliturniir Põrsas Cup V Nõunis;
- jalgpalliklubi FC ELVA eestvedamisel toimus Palupera staadionil jalgpalliturniir Palupera Cup V 7 võistkonnaga. Treeningud toimumvad Palupera staadionil 2 korda nädala, lisaks käivad hooajal mängimas ka mehed;
- aastaid toimub vallasisene lauamängude (male-kabe) turniir;
- suusapäev Eesti Suusaliidu suusabussi osalemisel, lasti vastlaliugu;
- osaletakse Vapramäe-Vellavere-Vitipalu SA ja Otepää looduskeskuse korraldatud rahvamatkadel;
- Räbi külas toimusid juunikuus Eesti Meistrivõistlused vibujahis, juulikuus Jahiretk ja oktoobrikuus Eesti Maastikuvibu Liidu Klubide Karika 9.etapp/Mardinoole turniir;
- valla esindusvõistkond osaleb Tartu Maratoni üritustel. Rajad on kasutatavad vallarahvale vastavalt hooegadele aastaringselt;
- kõnniti üheskoos käimiskeppidega ja matkati Neerutis ning Leigol. Osaleti matkade sarjas „Valgamaa liigub 2009” ning VVV SA matkasarja 4.matk, jalgratastel, toimus meie mail, alguspunktiks Palu veski;
- Eesti Punane Rist toetas esmaabikursuse läbiviimist ja reisi Pärnu Terviseparadiisi Palupera põhikoolile. Põhikooli õpilased kasutavad ujumisõppena Pühajärve SPA ujulat;
- MTÜ Avatud Hellenurme Noortekeskus soetas projekti toel noortekeskusele matkavarustuse. Käidi paintballi turniiril Tartus ja räätsamatkal Kakerdaja rabas
- MTÜ Avatud Hellenurme Noortekeskus korraldas liikluspsühholoogia-alase koolituse „Selge pilt...?!” alkoholi ohtlikkusest. Koolitajaks Tallinna Tehnikaülikooli liikluse õppejõud Gunnar Meinhard;
- MTÜ Avatud Hellenurme Noortekeskus korraldas noortele MD, Ph M Mare Liigeri empiiriliste andmetega, tähelepanekutega, mõtlemapaneva arutelu „Alkohol-noored-Eesti rahva saatus” ;
- Tervise Arengu Instituut toetas esmaabikursuse läbiviimist Nõuni noortele;
- Palupera põhikool sai GLOBE-programm Eestis liikmeks. Programm kujundab õpilastes loodusteadlikku suhtumist ümbritsevasse;
- valla pensionäride ühendus korraldab keskmiselt kaks korda aastas tervisepäevi;
- terviseprobleemide ennetamiseks korraldatakse spetsialistide vastuvõtupäevi, kus tehakse olulisemaid analüüse (kolesterooli, vererõhu-, luutiheduse mõõtmine jmt.

Kõiki eelpoolnimetatud üritusi finantseeritakse nii valla eelarvest kui ka ühekordsetest projektidest, parimatele ja aktiivsematele jagatakse auhindu. Traditsioone üritatakse jätkata.

5.4. SUBJEKTIIVNE TERVISE ENESEHINNANG

Tervise Arengu Instituudi poolt läbi viidud „Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 2008”, ankeetküsitlus vanuses 16 - 64 seas, vastuseid kokku 3004 inimeselt. Analüüsi tulemused on esitatud piirkondade (maakondlike gruppide) kaupa. Valgamaa asus grupis koos Tartu, Jõgeva, Põlva ja Võru maakonnaga, kus oli kokku vastanuid 651. Valgamaalt vastanuid koguhulgast 2,4 %, maakondlik grupp moodustas 21,7 % vastanutest.

Hinnang	Sugu	Piirkond	2008	2006	2004
Hea või väga hea	Mehed	Harju ja Rapla maakond	52,7	50,6	50,3
		Ida-Viru ja Lääne-Viru maakond	43,9	40,2	38,4
		Tartu, Jõgeva, Põlva, Valga ja Võru maakond	42,4	40,7	38,1
	Naised	Järva, Pärnu ja Viljandi maakond	47,1	44,6	39
		Lääne, Saare ja Hiiu maakond	51,3	35,1	43,5
		Harju ja Rapla maakond	54,7	50,1	47,5
Keskmine	Mehed	Ida-Viru ja Lääne-Viru maakond	44,8	35,7	34,8
		Tartu, Jõgeva, Põlva, Valga ja Võru maakond	53	45,3	40,4
		Järva, Pärnu ja Viljandi maakond	57,2	45,6	36
	Naised	Lääne, Saare ja Hiiu maakond	46,9	47,7	36,5
		Harju ja Rapla maakond	40,7	41,6	42,2
		Ida-Viru ja Lääne-Viru maakond	46	50,4	52,7
Halb või väga halb	Mehed	Tartu, Jõgeva, Põlva, Valga ja Võru maakond	42,7	43,2	44,2
		Järva, Pärnu ja Viljandi maakond	40,7	42,8	45,9
		Lääne, Saare ja Hiiu maakond	40	50	42,4
	Naised	Harju ja Rapla maakond	40,1	43,4	43,8
		Ida-Viru ja Lääne-Viru maakond	44,4	55,1	50,8
		Tartu, Jõgeva, Põlva, Valga ja Võru maakond	36,1	40,6	48,5
Keskmine	Mehed	Järva, Pärnu ja Viljandi maakond	35,6	44,4	53,4
		Lääne, Saare ja Hiiu maakond	41,7	42,1	51
		Harju ja Rapla maakond	6,7	7,8	7,5
	Naised	Ida-Viru ja Lääne-Viru maakond	10,2	9,4	9
		Tartu, Jõgeva, Põlva, Valga ja Võru maakond	14,9	16,1	17,7
		Järva, Pärnu ja Viljandi maakond	12,2	12,7	15,1
Halb või väga halb	Mehed	Lääne, Saare ja Hiiu maakond	8,8	14,9	14,1
		Harju ja Rapla maakond	5,2	6,5	8,8
		Ida-Viru ja Lääne-Viru maakond	10,8	9,2	14,4
	Naised	Tartu, Jõgeva, Põlva, Valga ja Võru maakond	10,8	14,1	11,1
		Järva, Pärnu ja Viljandi maakond	7,2	9,9	10,5
		Lääne, Saare ja Hiiu maakond	11,5	10,3	12,5

Tabel 53: Tervise enesehinnang soo ja piirkonna järgi, %-des (Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 19.01.2010).

Isikliku tervise hinnangu kohaselt pidas heaks või üsna heaks oma tervist (ülejäänud hindasid keskmiseks või halvaks/väga halvaks):

- 42 % piirkonna meestest, mis on väikseim näitaja Eestis;
- 53 % piirkonna naistest (keskmiste hulgas näitaja);
- 45 % valgamaalastest, aastate lõikes on hinnang heale tervisele vähenenud. Eesti keskmine on 56 %, veel väiksemad näitajad on Ida-Virumaal, Põlvamaal, Võrumaal;
- 43 % mitte-eestlastest (mehed-naised enam-vähem võrdselt);
- 29 % töötutest meestest;

- 43 % töötutest naistest;
- 50 % ravikindlustusega hõlmamata isikutest;
- 38 % alla 4000 kr sissetulekuga isikutest, 70 % üle 10 000 kr sissetulekuga isikutest.

Pikaajaline haigus on:

- 45 % Valgamaa elanikel 2008. aastal, Eesti keskmine 38 %; veel kehvemad näitajad on Ida-Virumaal 49 %, Võrumaal 58 % ja Põlvamaal 61 %;
- 56 % töötutest meestel;
- 36 % ravikindlustuseta isikutel;
- 56 % alla 4000 kr sissetulekuga isikutel.

Igapäevategevus on tervise tõttu tugevalt piiratud:

- 17 % Valgamaa elanikest, olles kõige kehvem näitaja Eestis;
- 17 % töötutest, töötavatel inimestel 7 %;
- 4 % ravikindlustusega hõivamata meestel, 11 % naistel; ravikindlustuse olemasolul samad näitajad 11 % ja 10 %;
- 20 % alla 4000 kr sissetulekuga meestel, samas kui üle 10 000 kr sissetulekuga meestel 5 %.

Üsna tihti või peaaegu alati tunneb üleväsimust:

- 47 % piirkonna meestest, seejuures suurim näitaja Eestis. Piirkonnas on üleväsimuse näitajad suurimad Eestis just 35 - 44-aastaste (49 %) ja 55 - 64-aastaste (65 %) meeste hulgas. Piirkonnas on üleväsimuse näitajad 25 - 34-aastaste (36 %) naiste hulgas väikseimad Eestis, samas vanusegrupis 35 - 44 aastat (61 %) ja 45 - 54 aastat (66 %) on need kõrgeimad Eestis. Ehk siis, kui piirkonna mehed ei ole parasjagu üleväsinud, siis on naised;
- 45 % töötutest, samas kui töötavate hulgas on see protsent 47;
- 72 % töövõimetuspensionäridest, samas kui ülejäänute hulgas on see 45 %, meestel 37, naistel 50 %;
- 53 % alla 4000 kr kuus teenivatest isikutest, samas 7000 - 10 000 teenivad mehed 30 %, naised 53 %.

Rohkem kui tavaliselt või talumatus stressis on:

- 27 % lahutatud meestest ja 16 % naistest, abieluinimesi 14 %;
- 20 % piirkonna elanikest (kõrgeim Eestis), seejuures kõrgeim on see näitaja 16 - 34-aastaste meeste hulgas (24 %, samas mujal Eestis 6 - 13 %); naistest 35 - 44-aastastel 30 % (Eestis 9 - 21 %) ja 45 - 54-aastastel 25 % (Eestis 11 - 18 %);
- 19 % eestlasi ja 5 % mitte-eestlasi;
- 21 % töötutel ja 14 % töötavatel;
- ravikindlustamata isikutel pea sama kui kindlustatud isikutel, vastavalt 13 ja 15 %.

Diagnoositud haigused viimase 12 kuu jooksul (alljärgnevalt esitatud piirkondliku statistika kõige kehvemad näitajad Eestis):

- kõrgeenenud veresuhkur/suhkrutõbi 55 - 64-a meeste hulgas (15 %), suurem näitaja mitte-eestlaste ja väikseima sissetuleku hulgas;
- kõrge vererõhu/kõrgvererõhu 55 - 64-a meeste hulgas (40 %), suurem näitaja mitte-eestlaste, töövõimetuspensionäride, väiksema sissetulekuga meeste hulgas;

- liigesehaiguse diagnoosi/ravi saanud 55 - 64-a meeste hulgas (42 %), suurem näitaja eestlaste, töövõimetuspensionäride ja väiksema sissetulekuga meeste hulgas;
- osteoporoosi diagnoosi/ravi saanud 45 - 54-a mehed ja 55 - 64-a naised, suurem näitaja mitte-eestlastel, töövõimetuspensionäride ja väikseima sissetulekuga meeste kui naiste hulgas;
- mao ja 12-sõrmiku haavandi diagnoosi/ravi saanud 45 - 54-a mehed (15 %) ja 55 - 64-a mehed (12 %), suurimad näitajad mitte-eestlaste, töötute, töövõimetuspensionäride, üksielavate, madala sissetulekuga meeste hulgas.

5.5. FÜÜSILINE AKTIIVSUS

Istuv eluviis on oluliseks suremuse, haiguste ja invaliidsuse algpõhjuseks. Vähenenud füüsiline aktiivsus põhjustab kehaliste funktsioonide langust ja põdurust, samas kui vähemalt pool tundi aktiivset kehalist tegevust päevas aitab ära hoida südame-veresoonkonna ja hingamisteede haiguste, ülekaalulisuse, suhkruhaiguse ja kõrgvererõhutõve riski ning parandab üldist füüsilist ja vaimset enesetunnet. Kogu Eestis on kasvanud suuremas osas istumist nõudva töö tegijate arv eeskätt naiste arvel. Probleemiks on väheliikuva eluviisi väljakujunemine juba koolieas. Palupera valla, kui maapiirkonna taust on siin kindlasti Eestiga võrreldes parem. Liigutakse palju jalgrattaga, jalgsi, tehakse aiatööd. Samuti on Paluperas viimaste aastate jooksul pööratud olulist tähelepanu erinevate kehaliste tegevustega tegelemise võimaluste mitmekesistamisele kõigis eas inimestele.

- väga vähenenud füüsiline aktiivsus iseloomustab 28 % mehi ja 36 % naisi;
- kerge füüsiline aktiivsus 23 % meeste ja 30 % naiste hulgas;
- keskmine füüsiline aktiivsus 34 % meeste ja 26 % naiste puhul;
- piirkonnas on väga vähesed kehalise pingutuse näitajad suuremad võrreldes teiste piirkondadega, enim iseloomustab see noori mehi (43 %) ja 55 - 64-a mehi (30 %);
- kehvemad näitajad vähesed füüsilise aktiivsuse osas on tööturul mitteaktiivsete (nt töövõimetuspensionär, kuid mitte töötu) noorte meeste ja naiste hulgas, üksielavate ja kõrge sissetulekuga isikute hulgas;
- rohkem kui kord nädalas harrastab tervisesporti maakondlikus grupis 36 % meestest ja naistest, mis on kõrgeim näitaja teiste gruppidega võrreldes. Kõrgeimad näitajad on just noorte meeste hulgas (65 %), samas järgmise vanusegrupis 25 - 34-aastastel on näitaja juba 35 % ja väheneb. Vähemalt kord nädalas tervisesporti harrastanute hulgas on väiksemad näitajad mitte-eestlastest ja tööturul mitteaktiivsete naiste ning väiksema sissetulekuga isikute hulgas;
- arstilt kehalise aktiivsuse tõstmise soovitusi saanud näitaja on maakondlikus grupis kõrgeim: 10 % meestel (teistes gruppides 2 - 6 %), samamoodi naistel 8 % (teistes gruppides 4 - 7 %);
- töökoha poolt tasutud tervisespordiga tegelejad on maakondlikus grupis 13 % meestest ja 12 % naistest (keskmised näitajad võrreldes teistega). Suuremad

näitajad olid kõrgemat sissetulekut saavate isikute hulgas;

- suvel tegeletakse tervisespordis kõige enam ujumise ja jalgrattasõiduga, vastavalt 48 ja 44 %. Järgmisena tervisekäimine (14 % mehi ja 24 % naisi) ning tervisejooksuga (15 % mehi ja 13 % naisi). Talvel tegeletakse kõige enam ujumisega (26 % mehi, 29 % naisi), järgmisena mehed suusatamisega (17 %) ja naised tervisekäimisega (24 %);
- vähese tervisespordiga tegelemise põhjustest toodi välja enim sportimiskohtade puudus (74 %), meeste puhul halb tervislik seisund (68 %, naistel 58 %), liiga kallis (68 % mehi, 51 % naisi), transpordi puudus (85 % mehi, 76 % naisi), sportimisoskuste puudus (80 % mehi, 73 % naisi).

5.6. TOITUMINE

Õigel toitumisel ja piisaval toidul on keskne koht tervise ja heaolu edendamises. Tervislik ehk tasakaalustatud toit koosneb erinevatest toiduainetest, mille koosmõju rahuldab inimese kasvamiseks ja organismi tervislikuks funktsioneerimiseks vajaliku toiduvajaduse.

Paluperalaste teadmised tervislikust toitumisest on viimase aastakümne vältel paranenud, kuid edasiliikumiseks on veel piisavalt ruumi. Kõige rohkem on muutunud toidurasvade tarvitamine. Loomne rasvaine on paljudel asendunud taimsega. Kasutatakse palju kolesteroolivabu määrdevõideid. Siiski esineb täiskasvanud elanikkonnal probleeme kolesterooli tasemega, mis on veres normist kõrgem ning mis osutab liigsele rasva tarbimisele. Koolis ja lasteaias jälgitakse rangelt köögi- ja puuviljade jagamist, söömist, neid tarvitatakse sagedamini. Mingil määral on siiski probleemiks leiva söömine, sest rohkelt tarvitatakse saia- ja kondiitritooteid. Kasvav organism vajab eriti vitamiinirikast ja suure mineraalidesisaldusega toite. Kõik meie kooli- ja lasteaialapsed söövad sooja toitu. Vähenenud pole õnneks meie laste hulgas ka piima joomine. Tööd tuleks teha lastevanematega, et harida neid ka koduse toidulaua menüü komplekteerimisel.

- 93 % inimestest kasutab toidu valmistamisel toiduõli, väiksem oli see näitaja piirkonnas 55 - 64-a meeste hulgas (82 %), seejuures väiksemad näitajad iseloomustavad mitte-eestlasi, pensionäridest väiksema sissetulekuga mehi;
- 70 % kasutab toidu valmistamisel tavalist keedusoola, 11 % pansoola ja samasuur hulk inimesi jodeeritud soola;
- vähemalt 6-l päeval nädalas sööb värsket juurvilja 14 % maakondliku grupi meestest ja 17 % naistest (keskmised näitajad), suurimad näitajad olid 16 - 24-a noorte hulgas, väikseimad muudes vanusegruppides;
- vähemalt 6-l päeval nädalas sööb värsked puuvilju 17 % meestest ja 32 % naistest piirkonnas, seejuures väikseimad näitajad olid noorte meeste vanuserühmas (11 %, kõrgeim näitaja 29 %) ja 35 - 54-a naiste hulgas (29 - 32 %, samas teistes maakondlikes gruppides 41 - 46 %). Kehvemad näitajad iseloomustavad eesti mehi, töötuid, üksielavaid inimesi ja madalama sissetulekuga naisi;

- arstilt toitumisharjumuste muutmise soovitus saanud oli piirkonnas väikseim näitaja (8 % meestest ja 9 % naistest, samas kui mujal gruppides vähemalt 11 kuni 16 %).

5.7. ÜLEKAALULISUS

- ülekaalulisi on piirkonna meeste hulgas 58 % ja naiste hulgas 49 % (keskmised Eesti näitajad), seejuures suuremad näitajad iseloomustavad 25 - 34-a ja 45 - 54-a mehi ning 55 - 64-a naisi;
- suuremad näitajad on töötavate inimeste hulgas;
- kaalulangetamise soovitus arstilt on saanud piirkonnas 18 % inimesi, rohkem naisi.

5.8. ALKOHOLI TARBIMINE

Sõltuvusainete tarvitamine on nii vastus sotsiaalsele murdumisele kui ka tervise ebavõrdsuse suurendamise oluline faktor. Alkoholi, uimastite ja tubaka kasutamist piiravad strateegiad põhinevad elanikkonna arvamusel ja teadmistel nende ainete mõjust. Alkoholi ja uimastite tarvitamine sõltub mitmest tegurist, nagu ootused uimastava aine toimele ja selle tarvitamisharjumused; sisemised (enesekontroll) ja välised (väline kontroll) hirmud, mis määravad uimastitarvitamise ja erinevate mõjustusvõtete aktsepteerituse taseme ühiskonnas.

Vähemalt mõned korras nädalas alkoholi tarbimine:

- piirkonnas meeste hulgas 44 % (keskmine näitaja Eestis);
- piirkonnas naiste hulgas aga kõrgeim (30 %), suurim näitaja 16 - 34-aastaste naiste hulgas 22 % (teistes maakondlikes gruppides 5 - 15 %), 35 - 44-a naiste hulgas 25 % (teistes gruppides 11 - 23 %);
- suurimad näitajad eestlaste, töötute, üksielavate noorte naiste hulgas. Nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi tarbinud;
- piirkonnas 51 % meestest (keskmine näitaja) ja 35 % naistest (kõrgeim näitaja);
- suurimad näitajad naiste hulgas piirkonnas 25 - 34-aastaste naiste hulgas (23 %, kui mujal gruppides 7 - 17 %), rohkem eestlaste, töötavate, üksielavate, üle 10 000 teenivate naiste hulgas.

Probleemi eitamine on alkohooliku puhul väga tavaline. Esimesena võib alati pöörduda oma perearsti poole. Alkoholiprobleemide lahendamisele spetsialiseerunud asutustest lähimad Palupera valla kodanikele on Tartus SA Tartu Ülikooli Psühhiaatrikliinik, A-Kliinik OÜ ja E.G.U. Erapraksis OÜ. Lisaks on alkoholisõltuvuse küsimusega kompetentsed tegelema kõik psühhiaatrid üle Eesti. Psühhiaatri vastuvõtule pöördumiseks ei ole vaja saatekirja. Enne vastuvõtule minekut tasub kindlasti küsida, milline on vastava asutuse hinnakiri ja kas seal on võimalus saada abi Eesti Haigekassa kindlustatuna. Ravile võib alati minna anonüümselt, tasudes ise ravikulud. Sõltuvushäirete ravi toetab 2010 aastast ka Palupera vald, kuni 1500

krooni avalduse ja kuludokumendi esitamise järgselt. Alkoholsõltuvuse raviks parim on täielik alkoholist loobumine. Selle otsuse tegemine ja pidamine vajab terve elu kestvaid jõupingutusi ja toetust. Üks paremaid ja olulisemaid abivahendeid kainuse säilitamisel on Anonüümsete Alkohoolikute (AA) eneseabi grupid.

5.9. SUITSETAMINE

Igapäevasuitsetajad:

- piirkonnas 36 % meeste hulgas, mis on väikseim näitaja Eestis; naiste näitaja keskmiste hulgas (27 %);
- suurimad näitajad töötute meeste (66 %) hulgas vanuses 45 - 54-a (82 %) ja töötute naiste (52 %) hulgas vanuses 25 - 34-a (60%); vrld töötav naine 25 - 42-a 15 %;
- rohkem kui 20 sigaretti suitsetavate meeste hulk maakondlikus grupis 13 % (keskmine näitaja) suurim näitaja 55 - 64-a meeste hulgas (27 %), eestlaste, töövõimetuspensionari saajate, üle 10 000 kr teenivate meeste hulgas.

Eesti täiskasvanute rahvastiku tervisekäitumise uuring näitab, et 1990-2006 suitsune töökeskkond ohuna väheneb, kodus suitsule eksponeeritus on aga suurenenud ja igapäevasuitsetajate arv on aga jäänud stabiilseks.

Suitsetamine on krooniline sõltuvushaigus (X RHK-F17). 70 % igapäevasuitsetajatest soovivad pahest loobuda, kuid nad tegelikult ei ole selleks valmis ja vajavad nõustaja toetust. Mõõduka ja tugeva nikotiinsõltuvuse korral ei ole suitsetamisest loobumine ilma nikotiinasendus-või tabletravita mõeldavgi. Suitsetamisest võõrutamine kestab 2 kuud või vajadusel kauem (kokku 8 –10 nädalat) ja vajab kestvat kliendi/patsiendi ja nõustaja omavahelist koostööd. Seda ka jätkuvalt kogu järgneva aasta vältel peale loobumist. Mittesuitsetajaks loetakse klienti/ patsienti alles aasta peale suitsetamisest loobumise päeva. Kui ilma nõustamiseta loobub suitsetamisest ja saab püsi- mittedesuitsetajaks ainult 3-6 % nikotiinsõltlastest, siis nõustamise korral 10-20% ja enam. Kestev nõustamine koosneb vähemalt 6 nõustamiseseansist (4 nõustamist esimese kahe-kolme kuu jooksul, 2 nõustamist loobumisejärgse aasta jooksul). Praeguseks on Palupera valla elanikule, kes on otsustanud suitsetamisest loobuda lähim kasutada nõustamiskabinetti SA Valga Haigla või SA Tartu Ülikooli Kliinikumi kardioloogia- ja kopsukliiniku juures. Suitsetamisest loobumise nõustamise teenus on kliendile/ patsiendile tasuta.

5.10. NARKOOTILISTE AINETE TARBIMINE

Narkootikumide proovinud/tarvitanud:

- piirkonnas 21 % meestest ja 10 % naistest (keskmised näitajad);
- kõrgeim näitaja oli piirkonnas 16 - 24-aastaste meeste hulgas (52 %), muudes vanusegruppides on näitajad väikseimate hulgas, suuremad näitajad seejuures lahutatud, töötute ja kõrgema sissetulekuga meeste hulgas.

Noorte teadlikkuse tase probleemist on madal ning teadmatuses ja uudishimust alustatakse uimastavate ainete proovimisega. Praegusel lastevanemate põlvkonnal puuduvad piisavad teadmised ja oskused olukorda kontrollida ja lapsi aidata.

Narkomure korral saab abi kasutades anonüümset narko, HIV ja AIDSi nõustamistelefoni 1707, kus kõnedele vastavad psühholoogid. Sinna võib alati helistada nii lisainfo küsimiseks kui ka oma muredest rääkimiseks. Helistamine on tasuta kõikjalt Eestist, helistada saab kl 9.00-20.00, eesti ja vene keeles. Abi saab ka SA Tartu Ülikooli Psühhiaatriakliinikust.

5.11. KONDOOMI KASUTAMINE

Seksuaalne tervis ühendab endas inimese seksuaalse olemise kehalisi, intellektuaalseid ja sotsiaalseid aspekte sellisel viisil, mis positiivse mõjurina rikastavad ja arendavad isiksust.

Palupera põhikoolis toimib juba pikemat aega reproduktiiv- ja seksuaaltervisega seotud teadmiste edastamine kooliealistele lastele. Kooliarsti, -õe, terviseõpetaja ja noortenõustamise kabineti koostöös on edukalt läbi viidud erinevaid teadlikkust tõstvaid projekte. Erinevaid vaatenurki käsitlevaid projekte tuleb noortele pakkuda ka noortekeskuses, noorte kooskäimiskohtades, eesmärgiga parandada inimeste elukvaliteeti ning rikastada inimestevahelisi suhteid. Vajalik on soodustada kohapeal noorte nõustamiskeskuse tegevuse arendamist preventiivse töö läbiviimisel ja teadlikkuse tõstmisel.

- piirkonnas juhupartneriga seksuaalvahekorras olles on kondoomi kasutanud alati 36 % meestest ja 31 % naistest, seejuures näitajad muutuvad kehvemaks vanuse tõustes;
- mitte kunagi kondoomi kasutavate hulk piirkonnas kõrgeim Eestis (48 % meestest ja 49 % naistest). Kõige väiksem näitaja on see noorte meeste ja naiste hulgas, vastavalt 29 ja 23 %. Meeste teadlikkus halveneb oluliselt 25. eluaastast (62 - 70 % ei kasuta), naistel 35. eluaastast (70 - 100 % ei kasuta). Kehvemad näitaja on mitte-eestlaste, töötute ja tööturul mitte-aktiivsete ja väiksema sissetulekuga isikute hulgas.

Seksuaalelu teadlikkusest annab kindlasti ülevaate ka raseduskatkestuste statistika:

Naiste vanus → Aasta ↓	15-17	18-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	Kokku katkestusi	Sündide arv
2000	2	0	1	1	1	2	2	0	9	14
2002	2	1	2	0	4	1	1	0	11	14
2004	0	1	1	1	1	3	1	0	9	12
2006	0	2	1	2	0	2	1	0	8	11
2008	0	1	0	2	0	0	0	0	3	17
2009	0	1	2	2	2	0	1	0	8	11

Tabel 54: Raseduskatkestuste arv Palupera vallas naise vanuse järgi (Allikas: Raseduskatkestusandmekogu 2010).

Võrdlemiseks vaatame Valgamaa statistikat, et teada saada Palupera valla naiste positsiooni maakonnas:

Naiste vanus→ Aasta↓	15-17	18-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	Kokku katkestusi	Sündide arv
2000	14	24	71	74	82	48	14	0	327	384
2002	15	29	68	65	73	52	24	2	328	336
2004	18	16	62	47	36	44	18	2	243	311
2006	12	20	55	52	43	51	15	0	248	325
2008	14	26	52	45	41	39	12	2	231	330

Tabel 55: Raseduskatkestuste arv Valga maakonnas naise vanuse järgi (Allikas: Raseduskatkestusandmekogu 2009).

Viimaste aastate raseduskatkestuste põhjal võib järeldada (erandiks on aasta 2008 15%-ga), et ca 42% rasedustest Palupera vallas katkestatakse. Kahjuks ei saa järeldada ka seda, et naiste vanuse kasvuga kasvaks nende teadlikkus. Seega ei tule harida vaid mitte ainult meie tüdrukuid koolides. Kindlasti aga pole kõik katkestatud rasedused seotud vaid teadlikkusega. Naiste vanuse kasvades on siin oma roll ka tervisel, riskidel. Valga maakonna statistika on aga veel kurvem, katkestatakse ca 45% rasedustest.

Kuigi terviseprofiil vaatleb indikaatorina vaid kondoomi kasutamist, on soovimatute raseduste vältimiseks mitmeid muidki meetodeid, mis turvalisemadki, kuigi ka kondoomi peetakse usaldusväärseks. Usaldusväärseteks rasestumisvastasteks vahenditeks loetakse veel rasestumisvastaseid tablette (pillid), süstitavaid pille, spiraale, pessaari. Spermitsiide (kreemid, vahud, tabletid, želeed), vahekorra katkestamist, kalendri- ja temperatuurimeetodit peetakse ebausaldusväärseteks rasestumisvastasteks vahenditeks.

Kui aga vaadata kondoomi, kui vahendit HIV/AIDS-nakkuse vältimiseks, siis on Eesti statistika kurb. Põhiliselt levib HIV-nakkus küll süstimise kaudu. 1988-2010 aprill vältel on HIV-viirust diagnoositud Eestis 7446 korral, s.h. AIDS-i 291 korral. 1990-ndatel peeti Eestit madala HIV-levimusega riigiks, kus peamiseks ohuks oli nakkuse levik eelkõige seksuaalsel teel. 2000. aastast alates on Eestist saanud kontsentreeritud epideemiaga riik, kus on tuvastatud kõrgeim HIV-levimus süstivate narkomaanide (SN) seas Euroopa regioonis. Uute juhtude registreerimise kõrghetk oli aastal 2001, mil avastati 1 474 uut HIV-nakatunut. 2007. aastal diagnoositi 633 ja 2008. aastal 545 juhtu. 2007. aastal registreeriti Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) Euroopa Regiooni riikides kokku ligi 49 000 uut HIV-nakkuse juhtu (76 miljoni elaniku kohta). Kõige kõrgem oli uute juhtude arv järgmistes riikides: Eesti (472 juhtu 1 miljoni elaniku kohta), Ukraina (285), Portugal (217) ja Moldova (204). Eesti HIV-epideemia vananeb – uutest HIV-nakkusega registreeritustest oli alla 30-aastasi 2001. aastal 92%, 2007. aastal 67% ja 2008. aastal 62%. (Allikas: Tervise Arengu Instituut).

Mõiste **turvaline seks** tuli kasutusele AIDS-i ohu tõttu 80. aastatel. Turvaseks ei ole mitte ainult kondoomi kasutamine: see on arukas ja ohutu käitumine; see tähendab armastust, hoolt ja asutust enda ja oma partneri vastu; see tähendab HIV-nakkuse ennetamist.

	Eestis	Valgamaal
2006	34	1
2007	57	1
2008	61	0
2009	38	0

Tabel 56: HIV-tõvejuhtumite avastamine Eestis ja Valgamaal 2006-2009 (Terviseamet 2010).

	Eestis	Valgamaal
1999	12	0
2000	390	0
2001	1474	1
2002	899	0
2003	840	0
2004	743	0
2005	621	0
2006	668	0
2007	633	2
2008	545	0
2009	411	1
2010 3 kuud	104	0

Tabel 57: HIV-nakkusjuhtumite avastamine Eestis ja Valgamaal 1999-2010 märts (Terviseamet 2010).

5.12. SEKSUAALSEL TEEL LEVIVAD HAIGUSJUHUD

Igasugune seksuaalsel teel leviv haigus on tõsine, mõnikord valulik ja muresid kaasatav haigus. Mõned seksuaalsel teel levivad haigused võivad kahjustada inimese suguorganeid. Mõned nagu HIV-nakkus, hepatiit-B ja süüfilis, võivad põhjustada nakkusi kogu organismis. AIDS-i põhjustab HIV, viirus, mis vereringesse sattudes hävitab inimese immuunsüsteemi. Enamikke seksuaalsel teel levivaid haigusi saab välja ravida. Paraku ei ole kõigil seksuaalsel teel levivatel haigustel tunnuseid, mis sunniksid inimest kohe arsti juurde minema. Osade haiguste sümptomid tulevad ja siis kaovad. See tähendab, et haigus on taandunud. Kõiki seksuaalsel teel levivaid haigusi tuleb ravida ja sobiva ravi määrab arst.

HIV-valdkonnas on laiemale elanikkonnale suunatud kampaaniaid teostatud 90-ndate aastate algusest. Viimastel aastatel on toimunud kaks kampaanialist tegevust aastas:

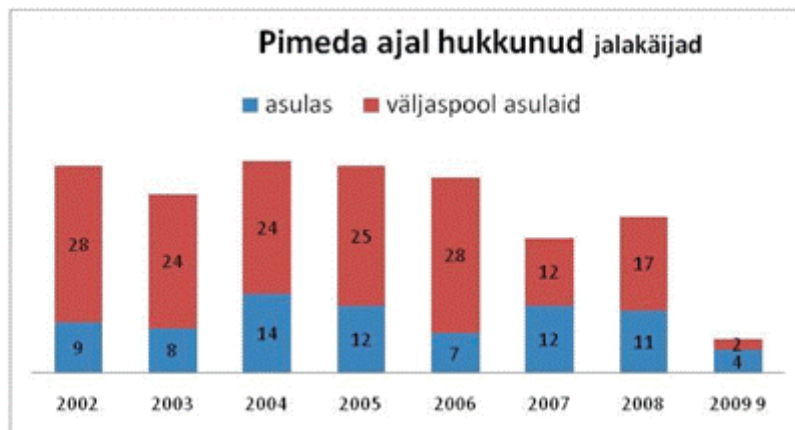
- maikuu kampaania, mis on oma sõnumiga suunatud eelkõige noorele ja kondoomi kasutamisele ning pädib AIDS-i ohvrite mälestuspäeva tähistamisega mai kolmandal pühapäeval
- novembrikuu kampaania, mis on suunatud elanikkonnale laiemalt ning on tõmmanud tähelepanu erinevatele teemadele (testimine, suhtumine HIV-i nakatumisse, nakatunud naistele sündinud lapsed). Aasta lõpu kampaaniad on kulmineerunud traditsioonilise AIDS-i vastu võitlemise päeva kontserdiga Tallinna Kaarli kirikus.

5.13. HELKURI KASUTAMINE

- üldiselt alati kasutab helkurit 34 % meestest ja 51 % naistest, väikseimad näitajad olid vanemas vanusegrupis. Mitte kunagi ei kasuta helkurit 19 % meestest ja 12 % naistest;
- helkuri vähese kasutamise näitajad on suuremad mitte-eestlaste ja väiksema sissetulekuga isikute hulgas.

Jalakäija ja jalgratturi risk sattuda liiklusõnnetusse on pimedal ajal mitmekordne võrreldes hea nähtavusega päeva ajal. Aastate lõikes võib täheldada, et liiklusõnnetuste tagajärjel üle poolte jalakäijate ja iga viienda jalgratturi vigastumine või surmajuhtum leiab aset pimedal või hämaral teel. Helkurit kandsid vaid üksikud õnnetusse sattunud inimesed.

On iseloomulik, et suurem osa pimedal ajal jalakäijatega toimunud raskete tagajärgedega õnnetustest on aset leidnud asulavälisel teel, samuti täiskasvanud inimestega. Ligikaudu kolmveerand asulavälistel teedel hukkunud jalakäijatest on aktiivses tööeas, vanuses 25-65.



Joonis 25: Pimedal ajal hukkunute arv Eestimaal graafiliselt (Allikas: Maanteeamet 2010).

5.14. TURVAVÖÖ KASUTAMINE

- üldiselt alati kasutab turvavööd 96 % meestest ja 97 % naistest, piirkonnas olid näitajad kõrgeimad;
- kaassõitjana esiistmel kasutab turvavööd 93 % meestest ja 97 % naistest, piirkonnas olid näitajad kõrgemate hulgas;
- tagaistmel kasutab turvavööd 44 % meestest ja 54 % naistest, piirkonnas olid näitajad kõrgemate hulgas, kehvad näitajad on mitte-eestlaste hulgas (29 % mehi ja 33 % naisi).

5.15. PROBLEEMID TERVISLIKU ELUVIISI INDIKAATORITE PÕHJAL

Heaks peab oma tervist Valgamaal 42 % meestest, mis on väiksem piirkondlik näitaja Eestis.

Valgamaalaste hinnang oma tervisele on Eestis madalamate hulgas.

Teistest kehvemaks hindasid oma tervist mitte-eestlased, töötud ja väiksema sissetulekuga inimesed.

Pikaajaline haigus on 45 % Valgamaa elanikest, mis on üks madalamate hulgas Eestis. Pikaajalise haiguse esinemist kinnitasid rohkem töötud mehed ja madalama sissetulekuga isikud.

Igapäevategevus on tervise tõttu tugevalt piiratud 17 % Valgamaa elanikest, olles Eestis kõige kehvem näitaja.

Meeste üleväsimuse näitajad piirkonnas on kõige kehvemad, just 35 - 44-aastaste meeste ja 55 - 64-aastaste hulgas.

Piirkonna elanikud tajuvad suurt stressi, nende hulgas rohkem lahutatud mehed, 16 - 34-aastased mehed, 35 - 44-aastased naised ja 45 - 54-aastased elanikud.

Diagnoositud haiguste kehvimad näitajad on kõrge veresuhkru ja suhkrutõve, kõrge vererõhu ja kõrgvererõhutõve, liigesehaiguste, osteoporoosi ning mao ja 12-sõrmikuhaavandi osas, enam 55 - 64-aastaste meeste, mitte-eestlaste ja väiksema sissetulekuga inimeste hulgas.

Piirkonnas on kehvad füüsilise aktiivsuse näitajad, enim noorte ja 55 - 64-aastaste meeste, tööturul mitteaktiivsete noorte meeste ja naiste, üksielavate ja kõrge sissetulekuga elanike hulgas.

Alkoholi tarbimine on piirkonnas probleemsem naiste hulgas, just 25 - 34-aastaste hulgas, rohkem eestlaste, töötavate, üksielavate ja kõrgepalgaliste naiste hulgas.

Seksuaalvahekorras kaitsevahendite kasutamise näitajad on kehvimid Eestis, rohkem mitte-eestlaste, tööturul mitteaktiivsete ja väiksema sissetulekuga isikute hulgas.

Helkuri kasutamise näitajad on kehvimid mitte-eestlaste ja väiksema sissetulekuga inimeste hulgas.

Seatud eesmärgini jõudmiseks, mis määrab meie elukvaliteedi tõusu ja tervena elatud aastate kasvu, tuleb multisektoorses koostöös viia ellu abinõud psühhoaktiivsete sõltuvusainete nõudluse ja kättesaadavuse vähendamiseks, turvaliseks käitumiseks liikluses ja isiklikus elus, juurdepääsu parandamiseks tervislikule toidule ja kehalise aktiivsuse võimalustele ning terviseteadlikkuse ja -kultuuri kujundamisele.

6. TERVISETEENUSED

6.1. TERVISHOIUTEENUSED

16-AASTASTE JA VANEMATE ARSTIABI - Aasta, Elukoht, Arstiabi liik ning Arstiabi kättesaadavus						
	Perearstiabi		Eriarstiabi		Hambaarstiabi	
	Ei saanud vajadusel arstiabi	Probleeme polnud	Ei saanud vajadusel arstiabi	Probleeme polnud	Ei saanud vajadusel arstiabi	Probleeme polnud
2004						
Lõuna-Eesti	6.9	93.1	7.5	92.3	16.0	83.7
Linnaline asula	6.8	93.0	8.4	91.4	15.8	84.0
Maa-asula	6.2	93.7	7.7	92.0	14.8	85.0
2005						
Lõuna-Eesti	4.0	96.0	5.0	95.0	10.9	89.1
Linnaline asula	5.4	94.6	7.2	92.8	15.1	84.9
Maa-asula	4.8	95.2	6.0	93.9	15.2	84.7
2006						
Lõuna-Eesti	5.9	94.1	5.3	94.7	11.5	88.5
Linnaline asula	5.4	94.6	8.6	91.4	14.2	85.8
Maa-asula	5.2	94.8	5.6	94.4	11.3	88.7
2007						
Lõuna-Eesti	4.0	96.0	4.9	95.1	11.3	88.7
Linnaline asula	5.9	94.1	10.8	89.2	14.3	85.7
Maa-asula	5.3	94.7	6.5	93.5	11.7	88.3
2008						
Lõuna-Eesti	4.2	95.8	4.7	95.3	6.6	93.4
Linnaline asula	3.1	96.9	8.9	91.1	8.6	91.4
Maa-asula	4.3	95.7	6.6	93.4	9.5	90.5
Märkus: Linnaliste asulate hulka on arvestatud linnad, vallasisesed linnad ja alevid, maa-asulate hulka alevikud ja külad.						

Tabel 58: 16-aastaste ja vanemate arstiabi kättesaadavus, %-des (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Tabelist 58 selgub, et tervishoiuteenuste kättesaadavus maa-asulates on paranenud aasta-aastalt, kuid jääb maha teenuste kättesaadavusest linnalistes asulates.

ARSTID, 31. DETSEMBER –Eesti, Valga maakond ning Aasta					
	2003	2004	2005	2006	2007
Eestimaa	4277	4312	4294	4393	4504
Valga maakond	70	66	63	57	58

Märkus:
 Aastatel 1990-1993 - Kogu-Eesti andmed koos hambaarstide ja internarstidega.
 Aastatel 1992-1993 Kogu-Eesti andmed koos erameditsiini andmetega.
 Alates 1998. aastast andmed koos internidega.
 Alates 2001. aastast on statistikaga hõlmatud Keskvangla haigla.

Tabel 59: Arstide arv Eestis ja Valga maakonnas, 31. detsemri seisuga (Allikas: Eesti Statistika Andmebaas 2009).

Tabelis 59 on kujutatud arstide olemasolu trendid viimastel aastatel Eestis ja Valga maakonnas. Arstide arv väheneb maakonnas eelkõige haiglate reformidest tingituna, rolli mängib ka mujale haiglatesse, riikidesse töötama siirdumine ja pensionile minek. Tabelist nähtub, et arstide arv Valga maakonnas on vähenemistrendis ning eeldatavalt on see trend jätkumas, sest paljud nii eriarstid kui perearstid on pensionieas.

Perearst peab vastu võtma vähemalt 4 tundi päevas ehk 20 tundi nädalas ja vähemalt ühel päeval peab toimuma öhtune vastuvõtt (kuni 18.00). Lisandub aeg koduvisiitideks, kuni 18-aastaste laste tervisekontrollideks, telefoni- ja e-nõustamiseks ning muudeks vajalikeks tegevusteks. Lisaks võtab pereõde iseseisvalt patsiente vastu 15 tundi nädalas.

Eesti tervishoiusüsteem on kaheetapiline:

a) *esmatasandi arstiabi e. perearstisüsteem*: Perearstisüsteem käivitus 1998.a. SA Otepää Tervisekeskuses on 3 diplomeeritud juriidilisest isikust perearsti keskmise praktilise suurusega 2000 inimest. Elvas on 6 diplomeeritud juriidilisest isikust perearsti. Piirsuurust 2000 võib ületada perearst juhul, kui võtab oma nimistusse juba varem tema nimistusse kuulunud patsientide pereliikmeid. 2009 aastast võtab perearst Evi Lill oma nimistusse kuuluvaid vallakodanikke vastu ka Lõuna-Eesti hooldekeskuses 2 päeval kuus. Sõltumata põhjustest on inimesel alati võimalik perearsti vahetada. Selleks tuleb uuele arstile esitada avaldus ning kui viimane on nõus teid oma nimistusse võtma, siis tuleb küsida eelmise perearsti juurest koopia või väljavõte oma tervisekaardist. Perearstide ülesandeks on patsiendi nõustamine, tervise edendamine, haiguste ennetamine, diagnoosimine ja ravi. Vajadusel suunab ta eriarstile. Oma ülesannete täitmiseks maksab Haigekassa igale perearstile baasraha (2010 aastal 11238 krooni kuus) ning lisaks iga patsiendi eest nimistus pearaha (2010 aastal 0-2 aastaste laste puhul 101 krooni kuus, 2-70 aastaste puhul 42 krooni ja üle 70 aastaste korral 51 krooni kuus).

Lisanduvad veel muud tasud: näiteks kauguse lisatasu maa-arstidele ja kvaliteeditasu, mis peaks motiveerima perearste rohkem tegelema südame-veresoonkonnahaiguste ennetustega, jälgima kroonilisi haigeid ning vaksineerima ja läbi vaatama lapsi. Pearaha sisse on arvestatud uuringutest ainult vere-, veresuhkru ja uriinianalüüsi tegemine ning kardiogramm. Ülejäänud uuringute eest saab perearst ainult sel juhul raha, kui konkreetne uuring on tehtud ja arve Haigekassale esitatud. Visiiditasu perearst vastuvõtule tulles ravikindlustusega patsiendilt küsida ei tohi (võib aga ravikindlustuseta isikult). Perearsti koduvisiit aga maksab 50 krooni. Koduvisiit on tasuta vaid rasedatele ja alla kaheaastastele lastele.

b) *teine etapp e. eriarstiabi*, mis jaguneb ambulatoorseks ja statsionaarseks eriarstiabiks. Elva Haigla TM SA osutab nii statsionaarset kui ka ambulatoorset arstiabiteenust. Elvas on võimalik saada järgnevaid ambulatoorse arstiabi teenuseid: üldhaigused, gastroenteroloogia, endokrinoloogia, kardioloogia, reumatoloogia, pediaatria, üldkirurgia, traumatoloogia-ortopeedia, günekoloogia, neuroloogia, naha-suguhaigused, LOR, psühhiaatria, lastepsühhiaatria. Polikliinikus töötavad erialaarstid, uuringu kabinetid ja taastusravi. Statsionaarses arstiabis osutatakse teenust ortopeedia, sisehaiguste, lasteahaiguste ja hooldusravi erialal. Otepää Tervisekeskuses töötavad eriarstid – kirurg, naistearst, silmaarst, psühhiaater, röntgen, ultraheliuuring, füsioterapeut, hambaravi. Eriarstiabi osutatakse ka AS Valga Haiglas ja OÜ Tõrva Tervisekeskuses.

Haigekassa lepinguga eriarst võib küsida visiiditasu kuni 50 krooni, v.a. rasedatelt, alla kaheaastastelt lastelt ja vältimatu ambulatoorse eriarstiabi saamisel haiglaravil (nt. seoses traumaga). Eriarsti juurde minekuks on vajalik peearsti saatekiri, v.a. juhul, kui arsti poole pöördutakse seoses trauma, tuberkuloosi, silmahaiguse, naha- või suguhaiguse või kroonilise haigusega (haigus, mille puhul on ette nähtud jälgimine eriarsti juures), samuti günekoloogilise või psühhiaatrilise abi saamiseks.

Haiglas võib voodipäevatasu küsida maksimaalselt 25 krooni päevas kuni 10 päeva eest ühe haigusjuhtumi korral, v.a. intensiivravi aja eest, raseduse ja sünnitusega seotud haiglaravi eest ning alaealise isiku haiglaravi eest. Suuremat tasu võib küsida, kui haiglapalati tingimused on paremad määrusega nõutust (nt. perepalatid sünnituse korral). Haiglas olles ei pea haige täiendavalt maksma ei protseduuride ega ravimite eest. Haiglas võisakse küsida inimeselt tasu ravi eest, suuremat visiiditasu või voodipäevatasu, kui raviasutusel puudub Haigekassaga leping (antud erialal), kui teenust pole „Eesti Haigekassa tervishoiuteenuste loetelus” või kui patsient nõu ostab end järjekorrast mööda. Lisaks peab inimene maksma veel hooldusravi eest haiglas, osa taastusravist jne.

Kiirabi teenust osutavad nii Elva kui Otepää tervishoiuasutused.

Hambaravi osutavaid raviasutusi on piirkonnas mitmeid – näiteks SA Otepää Tervisekeskuse juures tegutsev hambaravikabinet, Elvas AS Maxilla kliinik ja dr.Pedaku Hambaravikabinet ning Rõngu erapraksis. 2009 aastast võtab vallakodanikke vastu üks päev nädalas, neljapäeviti hambaarst ka Lõuna-Eesti Hooldekeskuse hambaravikabinetis. Lapsed (alla 19-aastased) saavad hambaravi Haigekassa lepingupartnerite juures tasuta, kui teenused on kirjas tervishoiuteenuste loetelus. Haigekassa lepinguga hambaarst võib võtta visiiditasu kuni 50 krooni, v.a. alla kaheaastased lapsed. Ortodontia eest (sh breketid) tasub Haigekassa ainult teatud raskete

diagnooside puhul. Probleemiks on hambaraviteenuste alafinantseerimine ja elanike suurenenud omaosaluse nõue teenuse eest tasumisel.

Taastusravi teenuseid on Otepääl võimalik osta elektri- ja liikumisravi, parafiinravi, infusioonravi. AS Pühajärve puhkekodu pakub väga erinevaid tervisepakette tervise parandamiseks ja lõõgastumiseks. Elva Haigla TM SA tegeleb statsionaarselt ortopeedilise ning taastus- ja järelraviga ja rehabilitatsiooniteenustega.

Lähimad apteegid vallarahvale asuvad Otepääl, Elvas ja Rõngus.

Koolitervishoid Palupera põhikoolis kuulub SA Otepää Tervisekeskus alla (koolitervishoiu lepingupartner haigekassaga). Teenust osutab kooliõde. Praeguse korralduse juures jätab soovida kooliõde oma vastuvõturuumi puudumine. Tervisekontroll koolis, vaktsinatsioonid, toiduhügieen on rutiinselt jälgitud.

Küsitluslehti analüüsidest ollakse piirkondlike tervisteenustega suures osas rahul. Eranditult kõik vastajad olid rahul perearsti ja eriarsti teenuse kättesaadavusega. Ettepanekutest on toodud – bussiliikluse parendamine, sest sageli kasutatakse ikkagi eratransportija märkusena eriarstide juurde pääsemisel pikad järjekorrad. Tõenäoliselt võiks siiski piirkonnas eriarstiabi teenuste pakkumise skaalagi olla suurem.

6.2. NÕUSTAMISTEENUSED

Riigiportaalis eesti.ee saab mugavalt esitada avaldust Euroopa ravikindlustuskaardi ning täiendava ravimihüvitise saamiseks. Samuti saab portaalis ülevaate oma töövõimetus- ja hambaravi hüvitiste seisust, kontrollida oma andmeid, kindlustust ning perearsti. Põhjalik ülevaade on ka inimesele välja kirjutatud digireseptide kohta. Haigekassa aitab tööpäeviti 8.30-16.30 telefonil 16363, kust saab küsida nõu ravikindlustuse, haigushüvitiste, perearsti jm kohta. Veebis saab seda teha www.haigekassa.ee/kysi. Perearstidelt saab nõuandeid telefonil 1220 24 tundi ööpäevas seitse päeva nädalas. Lauatelefonilt helistades on esimesed 5 minutit tasuta.

6.3. TERVISETEENUSEPROJEKTID

Küsitluslehtedel on aga tehtud mitmeid ettepanekuid ürituste loetelu, laadi suhtes, näiteks:

- korraldada kordusena 2001 aastal toimunud tervisepäevade tsüklit vallakodanikele (koolitus tervislikust toitumisest, lähedase hooldamisest, loodusravist, võimalus mõõta vererõhku, kolesterooli, veresuhkrut);
- korraldada kordusena 2009 aastal toimunud luutiheduse mõõtmist;
- üritada uuesti ellu kutsuda 2008 aastal alustanud terviseklubi „Naerata” – ravivõimlemine, loodusravi, ravimassaaž kodus, aeroobika eakatele, toimetulek arstirohtudeta jms);
- psüühiline nõustamine laenuohvritele;

- koolitus noorte tervis ja mood (paljad seljad...);
- korraldada kordusena esmaabikoolitusi ja enam erinevatele sihtgruppidele;
- korraldada lähedal piirkonnas olevatesse spordisaalidesse ühiseid treeningpäevi (lastele, noortele, eakatele, võrkpall, korvpall);
- korraldada veelgi enam, regulaarselt kepikõnnikäimise üritusi; matkasid (jalgsi, rattaga) piirkonnas lähemate distantsidena, mis oleksid sobilikumad suuremale sihtgrupile; küladevaheline võrkpalliturniir; piljarditurniirid.

Osa ettepanekutest (mida pole eeltoodult loetletudki), mis tehtud, näitavad veelkordselt, et tegemist on infopuudusega. Seega peab ürituste ettevalmistamisel tegema veel enam reklaamitööd, selgitust võimalustest.

6.4. PROBLEEMID TERVISETEENUSTE INDIKAATORITE PÕHJAL

Arstide arv esmatasandi arstiabis on vähenemistrendis, piirkonda on ülimalt keeruline uusi eri- ja esmatasandi arste leida

Piirkonnas pakutavate tervise teenuste hulk ja maht võib väheneda.

Koolitervishoiuteenuste korraldamine probleemne (puudub vastav ruum) ja perspektiivid ebakindlad.

Töotervishoiuteenuste maht väike ja perspektiivid ebakindlad.

Koduõendusteenus puudub ja rahastamine probleemne.

Puudub perenõuandla, lähim asub Tartus.

Seksuaalnõustamine ja noorte nõustamiskabinetid vajavad paremat rahastamismudelit.

Suitsetamisest loobumise nõustamise teenuse vähene kasutamine.

Toitumisalases nõustamises vajalik diabeediõe olemasolu.

7. KOKKUVÕTE

Eelnevast mahukast terviseindikaatorite analüüsist nähtub, et tervislikud valikud, eluviis ja keskkond, ehk siis teemad, mida terviseprofiilis analüüsiti, hõlmab sisuliselt kõiki kohaliku elu valdkondi. Terviseprofiili järeltõlkes esiletoodud tervisevajadusi pole võimalik lahendada pelgalt terviseedendusliku tegevuskavaga, vaid neid teemasid tuleb käsitleda ning neid on ka käsitletud muudes kohalikes kohustuslikes arendusdokumentides nagu valla arengukava ja üldplaneering. Terviseprofiili järgselt peaks tervisetemaatika saama valla arengukava iseseisvaks peatükiks, mis terviseprofiilile tuginedes käsitleb kokkuvõtlikult kogukonna ja elukeskkonna tervise seisundit, sõnastab profiili leidude põhjal seatud eesmärgid ning planeeritavad tegevused. Tervise arendamise peatükk peaks hõlmama nii otseselt tervise

edendamisele (nt tervislike eluviiside edendamine, tervisealane teavitustöö ning haiguste ja traumade ennetamine) suunatud meetmeid ja tegevusi, kui ka tegema kokkuvõtte teistes valdkondades planeeritud meetmetest ja tegevustest, mis mõjutavad tervise arendamist omavalitsuses.

Käesolevas kokkuvõtvas peatükis kirjeldatakse terviseprofiili järeldest esile tõusnud olulisi terviseprobleeme ja -vajadusi, mille lahendamiseks/leevendamiseks on otstarbekas ja võimalik kohaliku omavalitsuse otsustus- ja mõjutustasandil lahendusi leida. Samuti tuuakse esile seniselt efektiivseid olnud terviseedenduslikke tegevusi Palupera vallas. Kirjeldatud terviseprobleemidest ja -vajadustest lähtub Palupera valla terviseedenduslik tegevuskava aastateks 2010 - 2015, mida vaadatakse üle ja täiendatakse jooksvalt, põhjalikum uute tegevuste püstitus ja seniste tegevuste efektiivsuse hindamine tehakse Palupera valla arengukava uue arengukava koostamisel, 2015. aastal.

Palupera valla terviseprofiili koostamise meeskonna hinnangul ei ole konkreetsemalt terviseedenduslikule tegevusele keskendunud tegevuskavas otstarbekas kõikide käsitletud valdkondade probleemistikele lahendusi leida, kuna taoline eesmärk ei ole tõenäoliselt realiseeritav järgneva 5 aasta jooksul. Arvestada tuleb ka lähiaastate pingelist kohaliku eelarve olukorda, mille puhul on kohalikud omavalitsused sunnitud keskenduma vaid olemasolevate tegevuste tööhoidmisele ning investeeringud viiakse miinimumini. Samuti pole otstarbekas antud tegevuskavas käsitleda teemasid, mille arendusega tegelevad teised vastavad arendusdokumendid, näiteks vallaruumi planeerimise küsimustes üldplaneering ja suuremate investeeringute kavandamine valla arengukavas. Varasematest aastatest on Palupera vallas töös ka mitmed teised arendustegevused, mille elluviimisel on kahtlemata oluline mõju ning väljund ka tervislikule elukeskkonnale ja sotsiaalsele sidususele, näiteks Palupera valla ühisveevärgi ja -kanalisatsiooni arendamise kava 2010-2021. Töös on mitmed arenguprojektid nagu Nõuni ja Hellenurme puhkealade arendamine ja.....

Terviseprofiili seisukohast võib tegevuskava tulemuslikkuseks lähiaastatel pidada ka olukorda, et probleemsetes valdkondades ei toimuks teenuste olulist vähenemist ning et tervisetemaatika ei kaoks vallaelu juhtimise teemadest. Terviseprofiili näol on tegemist esimese tervisealase laiapõhjalise arendusdokumendiga. Varasemalt on käsitletud temaatikat koostöö kontekstis lähimate omavalitsustega (Otepää vald, Elva linn, Nõo vald, Rõngu vald). Seega on terviseprofiili üheks oluliseks tulemiks ka terviseprobleemide ja -vajaduste teadvustamine ning hindamine. Alljärgnevalt tuuakse esile olulisemad paikkondlikud probleemid, millele lähiaastatel keskenduda:

- Palupera vallas on tervisespordiga tegelemiseks loodud mitmekülgsed ja heas korras võimalused: Tartu maratoni rajad, liikumisrajad valla lähimetsades, spordirajatised nagu Palupera staadion, võrkpalliväljak Nõunis, puhkealad Hellenurmes, Lustimäel, Päidlas ja loodav Nõunis. Kõik terviserajad ja spordirajatised leiavad aktiivset kasutust nii tervise kui ka võistlusliku spordi harrastajate poolt. Aktiivset kasutust leiavad ka organiseeritud liikumisüritused (rahvamatkad, triatlon, jalgpallivõistlused, suusapäev jt), suur hulk inimesi võtab üritustest regulaarselt osa. Nii osavõtjate ja kui ka liikumise regulaarsuse seisukohalt oleks vaja üritusi sagedasemaks muuta. Selleks

aga puudub käesolevalt tööjõuressurss, mistõttu nii nende kui ka mitmete teiste terviseedenduslike ürituste läbiviimiseks oleks vajalik palgata eraldi inimene tööle. Nimetaks teda siinkohal terviseedenduse spetsialistik, kelle ülesandeks oleks liikumisseriaalide sagedasem ja muude terviseürituste regulaarne korraldamine, terviseedenduslike teavitussyrituste, kampaaniate käivitamine, ehk siis mitmed tegevused, mida käesoleva profiiliga seonduvas tegevuskavas on sõnastatud.

- Seniselt toimuvate liikumisyrituste laiendamise kõrval tuleks tegeleda ka liikumisharrastuste propageerimisega uute sihtgruppide hulgas. Selleks tuleks yritused muuta uutele sihtgruppidele k6itvaks. Terviseprofiilist n6htub, et terviseprobleemid on rohkem levinud meeste hulgas, samuti eakate hulgas. Seega tasuks m6elda, milliste viisidega teha liikumisharrastused meestele ja eakatele haaravamaks. Terviseprofiili t66grupi ettepanekutes pakuti meestele v6lja selleks uute kaasaegsete tehniliste vahendite kaasamist, n6iteks GPS-ga orienteerumismatkad, fotomatkad, jalgrattamatkad maastikul. Motiveerimaks osalejaid regulaarsusele on ka praeguselt liikumisyritustel osalejatele etten6htud auhinnad, sageli pakutakse suppi, sooja teed jms. Auhinnadega saab samamoodi propageerida tervislikku toitumist, n6iteks auhinnaks mahl, jogurt ja eluviisi, n6iteks sammulugejad, k6nnikepid jmt. Liikumisyrituste ajal v6iks olla v6imalik ka tegeleda oma tervisen6itajate hindamisega, n6iteks liikumisel kasutada pulskellasid, liikumise l6ppedes m66ta pulssi ja verer6hku. Liikumisyrituste laiendamisel puhul on oluline, et informatsioon sellest j6uaks v6imalikult paljudeni. Sellel eesm6rgil tuleb t6helepanu p66rata teavitamisele, kasutades selles k6iki infoedastamise viise: raadio, kohalik ajaleht, internet, samas ka valla yrituste infovoldiku postitamine igasse postkasti, haarates sellega ka tagasihoidlikuma sihtgrupi. Liikumisharrastuste organiseeritud l6biviimisele t6helepanu t66mbamiseks oleks vajalik hooaja yrituste avamine m66ne k6itva yritusega, n6iteks vaba6hukontsert. Arvestades paikkonna elanike sissetulekute v6hesust on tervisepordi harrastamiseks vajalike vahendite hankimine yldiseks kasutamiseks (jalgrattad, pallid, k6nnikepid).
- Senistest terviseteadlikkuse t66stmise tegevustest on osa neist saanud traditsioonilisteks. Vajalik on nende tegevuste toetamise j6tkamine. Yle 80 vallakodaniku on organiseerunud mitmetesse liikumisharrastuse seltsidesse (tantsu- ja v6imlemise r6hmad). N66unis saab nende tegevuskohaks olev kultuurimaja 2010 aastal keskk6utte, mis tagab majas sooja ka talvek6ulmadega. Hellenurme kultuurimajas tegutsevatele liikumisyritustele tooks selles valdkonnas lahenduse alles maja renoveerimine. Osa liikumistegevustest on kandunud ka Hellenurme noortekeskusesse. Vajalik on j6tkata nende koosk6aimiskohtade ylalpidamiskulude finantseerimisega, et yhendused saaksid hoonete v6imalusi aktiivselt kasutada. Jalgpalliv66istlused R66bi k6ulas, suusap66evad, v66rkpalliv66istlus N66unis on toonud v6lja just mehi, seega oleks taoliste yrituste korraldamine edaspidiselt 666rniselt vajalik, arvestades meeste kehvat terviseteadlikkust ja -k66itumist. Tervisep66evade korraldamises on vajalik h66lmata ka uusi sihtgrupe, n6iteks mitmed tervisen66itajate poolst riskir66hma kuuluvad t666tavad

inimesed (farmitöö, puidutöö), korraldades ettevõtetes ja asutustes tervisepäevi ja muuhulgas ka sotsiaalse sidususe eesmärgil korraldada firmade spordipäevi.

- Suurenenud töötuse tingimustes tuleb tähelepanu pöörata töötuks jäänud inimestele, kuna töötus on mitmete tervisenäitajate puhul oluliseks riskiteguriks. Sotsiaalse kaasatuse ja kahjuliku tervisekäitumise ennetamise eesmärgil on oluline pakkuda töötutele tegevust, sellel eesmärgil tuleb maksimaalselt ära kasutada olemasolevaid tööturuteenuseid (tööharjutus), organiseerida töötutele sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuseid, luua sotsiaalseid töökohti. Nimetatud tegevusi on võimalik siduda ka terviseedenduslike tegevustega. Nii näiteks saaks luua sotsiaalseid töökohti valla heakorra valdkonnas, kus saaks hooldada olemasolevaid terviseradasid ja rajada uusi, pöörata rohkemat tähelepanu valla maanteede, kergliiklusteede heakorraprobleemidele, mis võivad olla traumade tekitamise põhjuseks (jää ja lumi tõrje katustelt, libedusetõrje, kodus elavatel eakatel elamispinnal parentuste tegemine õnnetuste vältimiseks). Samasuguseid tegevusi saab ellu viia ka tööharjutuse programmide raames, kus tööharjumuste säilitamise ja taastamise kõrval on oluline osa ka nõustamisel ja koolitusel, mille teemadeks võivad olla terviseteadlikkuse tõstmine, terviseriskide hindamine. Samuti tuleb töötuid kaasata olemasolevatele liikumisharrastustele. Vajalik on vallas töötutega tegelevate mittetulundusühingute, ühingute, seltsingute, asutuste tegevuse rahaline toetamine ja kaasfinantseerimine projektide korral.
- Traumade ja õnnetuste ennetamise tegevust oleks vajalik sihitada senisest rohkem täiskasvanutele. Terviseprofiilist nähtub, et tuleohutuse olukord on problemaatiline tingituna koduste küttekollete halvast seisukorrast. Suitsuandurite vajalikkuse teadvustamine on paranenud, kuid 100 %-list elamispindade suitsuanduritega hõlmatust pole tagatud. Siinkohal on vajalik Palupera valla ja Päästeameti senise koostöö jätkumine ennetustegevustes ning vahendite leidmine abistamiseks vallaelanikel parandada oma elamistingimusi, eriti just küttekoldeid. Kuna vallas asub hulgaliselt veekogusid, mida suviti kasutatakse supluskohtadena, siis on vajalik tegeleda ka veekogudega seotud õnnetuste ennetamisega. Õnnetuste ennetamise kampaaniates võiks linna suuremate ürituste ajal rannaalal läbi viia õnnetuste ennetamise alaseid üritusi ja õpetada esmaabi andmise võtteid.
- Terviseprofiilis tõusid paikkondliku probleemina esile Eesti keskmisest kõrgemad näitajad haigestumistel pahaloomulistes kasvajatesse ja vereringeelundite haigustesse. Kohaliku elu korraldamise tegevustes saab siinkohal pöörata tähelepanu eelkõige vallaelanike liikumisharjumuste süvendamisele ning koostööle erinevate haiguste varajases faasis avastamise programmidega.
- Paikkondlikuks tõsisemaks haigusprobleemiks on tuberkuloos, Valgamaa oli 2008. aastal haigusjuhtude osas 3. kohal Eestis, 2007. aastal isegi 1. kohal. Tähelepanu tuleb ka pöörata asjaolule, et ravimresistentse tuberkuloosi esmaste juhtude esinemissageduselt oli Eesti 2008. aastal Euroopas esikohal. Kõrge nakkusohu kõrval on tuberkuloos ka sotsiaalne haigus ja haigestuvad need, kelle immuunsus on nõrgem. Väga suur riskigrupp tuberkuloosi haigestumisel on raskeid haigusi põdevad inimesed,

alkoholi kuritarvitajad ja eakad. Oluliseks ennetusmeetmeks on siinkohal kindlasti immuunsüsteemi tugevdamine, selles on oma osa ka värskes õhus liikumisharjumustel ja tervislikul toitumisel. Samuti saab kohalik omavalitsus tähelepanu pöörata riskigruppidele, näiteks vähekindlustatud isikud, võimaldades neile ligipääsu arstiabile ja ravimitele sotsiaalabisüsteemi kaudu. Samal ajal antakse informatsiooni ka tuberkuloosihaiгега kontaktis olnud isikute kohta, toimetatakse lapsi uuringutele, kompenseeritakse kulusid ravimitele ja raviteenustele jpm.

- Jätakuvalt tuleb tähelepanu pöörata tervisliku toitumise propageerimisele, mis on oluline haigusennetuse meede. Jätkata tervisliku toitumise programme koolis ja lasteaias (piimanina, juurvili) ning osaleda tervislikule toitumise propageerimisele suunatud kampaaniates (leivanädal, supipäevad, kalapäevad).

8. PALUPERA VALLA TERVISEEDENDUSLIK TEGEVUSKAVA 2010-2015

Terviseedendus on inimese tervist väärtustava ja soodustava käitumise ning eluviisi kujundamisele ja tervist toetava elukeskkonna sihipärasele arendamisele suunatud tegevus. Terviseedendus sisaldab tervisekasvatusprogramme, ennetavaid meditsiiniteenuseid, omavalitsuse teenuseid, tervislikku ühiskonnapoliitikat, keskkonna tervishoiumeetmeid. Ta on seotud teiste eluvaldkondadega, nagu tervisekaitse, kvaliteetne meditsiiniabi, kultuur ja haridus, keskkonnakaitse jm. Terviseedenduse lõppeesmärgiks on rahva elukvaliteedi parandamine ja tervise väärtustamine.

Tervise edendamise vahendid:

- Tervisekasvatus ja terviseõpetus haridusprogrammide osana;
- Terviseteabe levitamine ja tervislike eluviiside motiveerimine;
- Tervistavate teenuste arendamine ;
- Eluviisi mõjutamine ja käitumisriski vähendamine;
- Tervist soodustava elukeskkonna kujundamine.

Palupera valla terviseedenduslik tegevuskava 2010-2015 põhineb käesoleva terviseprofili leidudel. Osa eesmärkidest on otsesed, mida soovitakse saavutada 100%-liselt, osa üldised, mis on ambitsioonikamad ja mille suunas püütakse liikuda, kuid ei pruugita jõuda veel 2015 aastaks.

Eesmärgid ja meetmed	Indikaator, tulemus	2010	2011	2012	2013	2014	2015	Elluviijad ja partnerid	Finantsallikad
I.Terviseedendusliku tegevuse koordineeritud elluviimine									
1.Terviseedenduse spetsialisti töökoha loomine piirkonnas/ ülesannete lisamine teisele seotud spetsialistile terviseedenduslike laiendatud tegevuste elluviimiseks	Spetsialist, kes terviseedendusega tegeleb vallas/ piirkonnas olemas			X	X			Palupera vallavalikogu, -valitsus	Valla-eelarve
2. Valla tervisenõukogu loomine, koolitamine ja käivitamine terviseedendusliku tegevuskava täiendamiseks	Tervisenõukogu loodud, koolitatud ja tegevuskava täiendamine pidev		X	X	X	X	X	Palupera vallavalikogu, -valitsus	Valla-eelarve, projektid
3.Tervist edendavate koolide ja lasteaedade võrgustikuga liitumine	Palupera põhikool ja Hellenurme lasteaed tervist edendavate haridusasutustega võrgustikuga liitunud		X					Palupera põhikool, Hellenurme eralasteaed	Valla-eelarve, MTÜ Hellenurme Mõis, projektid
II.Liikumisharrastuste propageerimine									
1. Spordiklubide, treeningute rahaline toetamine	Toimib spordiklubide ja treeningute rahaline toetamine vastavalt eelarve võimalustele	X	X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus	Valla-eelarve, projektid
2. Liikumisürituste regulaarsuse tagamine	Liikumisürituste regulaarsus tagatud	X	X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, kolmas sektor	Valla-eelarve, projektid
3. Liikumisürituste	Liikumis-		X	X	X	X	X	Palupera	Valla-

laiendamine (uued viisid ja sihtgrupid, tervisenäitajate hindamine)	ürituste laiendamine tagatud							vallavalitsus, kolmas sektor	eelarve, projektid
4. Valla spordi- ja kultuuriürituste infovoldik igasse postkasti	Valla spordi-ja kultuuriürituste infovoldikud koostatud ja levitatud			X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, kolmas sektor	Valla-eelarve
5. Kooli ja lasteaia spordi- ja perepäevad	Toimuvad kooli ja lasteaia spordi ja/või perepäevad	X	X	X	X	X	X	Palupera põhikool, Hellenurme eralasteaed	Valla-eelarve, MTÜ Hellenurme Mõis, projektid
III. Paikkonna elanike teadlikkuse tõstmine tervislikkust toitumisest									
1. Palupera põhikoolis „Piimanina” ja „Juurvilja” programmi jätkamine	Toitumis-programmi-de jätkumine	X	X	X	X	X	X	Palupera põhikool	Valla-eelarve
2. Teavituskampaania kauplustes ja valla suurürituste ajal (jagatakse tervisliku toitumise infovoldikuid, tervislikke salateid ja komponente, mahe- ja täisteratooteid)	Kampaaniate toimumine		X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, põhikool, lasteaed, kolmas sektor	Valla-eelarve, MTÜ Hellenurme Mõis, projektid
3. Suuremate tervisliku toitumise kampaaniate (südamenädal, leivanädal) raames ürituste korraldamine	Ürituste toimumine	X	X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, põhikool, lasteaed, kolmas sektor	Valla-eelarve, MTÜ Hellenurme Mõis, projektid, ettevõtjad
IV. Riskirühmade terviseteadlikkuse tõstmine									
1. Meeste tervisehindamise teabepäevad (meeste ja naiste	Teabepäevade toimumine		X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, kolmas sektor	Valla-eelarve, projektid

terviseriskide teadvustamine, EKG, kolesterooli, glükoosi, vererõhu, kehamassiindeksi mõõtmine) töökohtades ja üritustel									
2. Meeste huvi tõstmine valla terviseradadel liikumise vastu (traditsioonilistele liikumisüritustele tuua uuenduslikke, mehi huvitavaid viise, näiteks GPS-dega orienteerumismatkad, fotomatkad)	Meeste osalus üritustel tõusnud kuni 30%			X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, kolmas sektor	Valla-eelarve, projektid
3. Ettevõtete ja asutuste spordipäevad	Spordipäevade toimumine			X	X	X	X	Ettevõtjad, asutused	Ettevõtjad, projektid
4. Eakate tervispäevade regulaarne korraldamine (terviseriskide hindamine, terviseteabe jagamine, liikumisharrastuste läbiviimine)	Tervispäevade toimumine			X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, kolmas sektor	Valla-eelarve, projektid
5. Terviseedendussliku teabe ja tegevuse toomine töötute tegevusprogrammidesse (töõharjutus, rehabilitatsiooniprogrammid, sotsiaalsed töökohad) ning vastavate projektide tegelevate MTÜ-de tegevuse rahaline toetamine ja projektide kaasrahastamine	Töötutele vastavate projektide toimumine, nende toetamine		X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, kolmas sektor	Valla-eelarve, projektid
6. Tervislikke eluviise propageerivate ürituste, ühingute, seltside rahaline toetamine	Ürituste ja läbiviijate toetamine toimib		X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, kolmas sektor	Valla-eelarve, projektid

V.Traumade ja õnnetuste ennetamine									
1. Traumade ja õnnetuste ennetamise alased koolitused koolis, lasteaias õpetajatele ja õpilastele	Koolitused korraldatud		X	X	X	X	X	Palupera põhikool, Hellenurme eralasteaed, Palupera vallavalitsus, Päästeamet, Punane Rist, Politsei- ja Piirivalveamet	MTÜ Hellenurme Mõis, Vallaeelarve, projektid, ennetusprogramm
2. Haridus-, kultuuri- ja sotsiaalhoolekandetasutuste tuleohutusnõuetele vastavaks viimine	Asutused nõuetele vastavaks viidud	X	X	X	X	X	X	Vallaasutused, Hellenurme eralasteaed, Lõuna-Eesti Hooldekeskus, Palupera vallavalitsus	Vallaeelarve, MTÜ Hellenurme Mõis, projektid
3. Tuleohutusriskide hindamine kodudes, koostöös Päästeameti kampaaniatega	Hindamised kodudes koostöös teostatud	X	X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, Päästeamet, Punane Rist, Politsei- ja Piirivalveamet	Vallaeelarve, projektid, ennetusprogramm
4. Elanike materiaalne abistamine küttekollete parandamisel	Materiaalne abi osutatud			X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, Päästeamet, Punane Rist, Politsei- ja Piirivalveamet	Vallaeelarve, projektid, ennetusprogramm, elanikud
5. Veekoguga seotud õnnetuste ennetuskampaaniad, ohutu päästmise ja esmaabivõtete õpetamine	Esmaabivõtete õpetamised korraldatud		X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, Päästeamet, Punane Rist, Politsei- ja Piirivalveamet	Vallaeelarve, projektid, ennetusprogramm, elanikud
6. Koduste remondivõtete õpetamine näidisobjektidel	Koolitus korraldatud				X	X	X	Palupera vallavalitsus, Päästeamet, Punane Rist, Politsei- ja Piirivalveamet	Vallaeelarve, projektid, ennetusprogramm, elanikud

VI.Sotsiaalse sidususe suurendamine									
1. Riskikäitumise ennetamise süstemaatilised koolitused lapsevanematele, lasteaia ja kooli õpetajatele	Koolitused korraldatud		X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, põhikool, lasteaed, kolmas sektor	Valla-eelarve, MTÜ Hellenurme Mõis, projektid
2. Tegevuse ja teenuste jätkumine spordi, hariduse, kultuuri ja sotsiaalvaldkonnas vähemalt praeguses mahus	Tegevuste jätkumine tagatud	X	X	X	X	X	X	Palupera vallavalitsus, põhikool, lasteaed, kolmas sektor	Valla-eelarve, MTÜ Hellenurme Mõis, projektid

Tabel 60: Palupera valla terviseedenduslik tegevuskava 2010-2015.

9. MÕISTED

AGENDA 21

Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni tegevusprogramm jätkusuutliku e. säästva arengu tagamiseks. Agenda 21 toob inimese tervise ja heaolu välja selle alusena, millest lähtub kogu Agenda töö. Agenda 21 koosneb neljast põhivaldkonnast: 1) sotsiaalne ja majanduslik areng, 2) ressursside juhtimine, 3) peamiste inimrühmade osaluse tugevdamine, 4) rakendamise vahendid.

EBAVÕRDSUS TERVISES

Üldmõiste, mida kasutatakse üksikisikute ja gruppide tervise erinevuste, hälvete ja ebaühtluse määramisel.

EBAÕIGLUS TERVISES

Selline ebavõrdsus tervises, mida peetakse ülekohtuseks või mis tuleneb mõnedest õiglusetuse vormidest.

EESMÄRK

Väide millegi kohta, mida soovitakse saavutada. Kaug-eesmärk on üldine ja lai väide kauges tulevikus soovitava saavutuse kohta. Lähi-eesmärk on täpne ja mõõdetav oodatav tulemus, mille saavutamine aitab kaasa kaug-eesmärgi saavutamiseks.

ELAMISTINGIMUSED

Inimeste igapäeva keskkond, milles nad elavad, mängivad ja töötavad. Elamistingimused on sotsiaalsete ja majanduslike olude ning füüsilise keskkonna produkt – kõik, mis võib mõjutada tervist – ja on suures osas väljaspool üksikisiku otsest kontrolli.

EELDATAV ELUIGA

Eeldatav eluea pikkus alates määratletud eluaastatest.

ELUKESKKOND

Elukeskkond koosneb füüsilisest, psühholoogilisest ja sotsiaalmajanduslikust keskkonnast.

ELUKVALITEET

Üksikisiku arusaam oma positsioonist kultuuri- ja väärtussüsteemi kontekstis, milles ta elab, seoses oma eesmärkide, ootuste, standardite ja muredega. Kontseptsioon, mis ühendab komplekselt inimese füüsilist tervist, psühholoogilist seisundit, iseseisvuse taset, sotsiaalseid suhteid, isiklike tõekspidamisi ja suhet keskkonna iseärasustesse.

ELUKS VAJALIKUD OSKUSED

Kohanemisvõimelise ja positiivse käitumise võime, mis võimaldab üksikisikul tõhusalt tegeleda igapäevaelus.

ELUVIIS (TERVIST SOODUSTAV ELUVIIS)

Kindlal käitumismudelil põhinev elamisviis, mis on määratletud üksikisikute iseloomude, sotsiaalse koostöö ning sotsiaalmajanduslike ja keskkonna elamistingimuste vastastikuse mõjuga ja võib omada suurt mõju üksikisiku tervisele ning ka teiste tervisele.

ERASEKTOR

Organisatsioonid, mida haldavad eraomanikud ja mille peamine eesmärk on kasumi saamine.

ESMATASANDI TERVISHOID

Inimestele elukohajärgselt kättesaadav teenuste kogum, mis hõlmab terviseedendust, haiguste ennetamist, perearsti abi, õendusabi, ämmaemandust, füsioteraapiat, hooldusravi jt ambulatoorseid tervishoiuteenuseid, mis on kooskõlas elanike vajaduste ja tervishoiusüsteemi käsutuses olevate ressurssidega.

HAIGUS

Organismi elutegevuse häire, mingi morfoloogilise või funktsionaalse kahjustuse avaldus.

HAIGUSTE ENNETAMINE

Haiguse vältimine olemasoleva(te) riskiteguri(te) vähendamise näol ja haiguse arenemise pidurdamine või peatamine ning tekkinud tagajärgede vähendamine.

Eristatakse: 1) primaarset preventsiiooni – haiguse ärahoidmine (nt immuniseerimine);

2) sekundaarset preventsiiooni – juba tekkinud haigusprotsessi peatamine või pidurdamine selle varajase avastamise (nt skriining) ja sobiva raviga;

3) tertsiaarset preventsiiooni – väljakujunenud haiguse ägenemise või krooniliste seisundite väljakujunemise ärahoidmine efektiivse taastusravi abil.

HEAOLU

Subjektiiivne õnne-, rahulolu ja terve olemise tunne – tunnetuslik rahulolu oma eluga.

Globaalsemas tähenduses mõeldakse selle all õitsengut ja hüvangut.

HINDAMINE

Süsteemiline tegevus, mis sisaldab teaduslikke meetodeid programmi/projekti/organisatsiooni tegevuste, mõju ja tulemuste analüüsiks eesmärgiga parandada programmi/projekti või organisatsiooni tegevusi ning tulemuslikkust.

INDIKAATOR

Mingi spetsiifilise tegevuse, nähtuse või tulemuse mõõtmise näidik, vahend, kuvar või tähis, mida kasutatakse kvaliteedi parandamiseks, hindamiseks ja seireks.

JUHISED

Tegevust suunavad ja teedjuhatavad põhimõtted.

JUHTRÜHM

Mingit kindlat tegevust või ülesande täitmist korraldav ja organiseeriv inimeste rühm.

JUHTIMINE

Selget visiooni omav, kaugemale vaatav, meeskondi/organisatsiooni/riiki võimestav ja muutusi saavutav strateegiline tegutsemine. Korraldav tegevus, mis on suunatud organisatsiooni töö organiseerimisele, juhtimisele ja protsesside kontrollile.

JÄRELKONTROLL

Protsessid ja tegevused, mida tehakse teatud aja jooksul pärast mingi ettevõtmise lõpuleviimist, veendumaks ettevõtmise edukuses.

JÄTKUSUUTLIK ARENG

Tasakaalustatud areng, mis vastab nii käesolevate kui järeltulevate põlvkondade vajadustele. See on eesmärgipäraselt suunatud või juhitud protsess, mis arvestab nii keskkondlike, majanduslike kui sotsiaalsete teguritega.

KASUSAAJAD

Inimesed, keda mingi programmiga aidatakse või kes saavad sellest otsest või kaudset kasu.

KESKKONNATERVIS

Valdkond, mis käsitleb keskkonnast tulenevaid positiivseid või negatiivseid tervisemõjudeid. Mõiste hõlmab neid inimese tervise aspekte, kaasa arvatud elukvaliteet, mida määravad keskkonna füüsilised, keemilised, bioloogilised, sotsiaalsed ja psühhosotsiaalsed tegurid. Ta puudutab ka nende keskkonnategurite hindamise, korrektsiooni ja tõkestamise teooriat ning praktikat, mis võivad potentsiaalselt mõjutada käesoleva ja tulevaste põlvkondade tervist.

KESKMINE EELDATAV ELUIGA

Mingis vanuses keskmiselt elada jäävate aastate arv elutabeli järgi, kui suremus ei muutuks (0 aasta vanuses — eeldatav eluiga sünnimomendil).

KOGUKOND

Inimgrupp, mis jagab ühist kultuuri, väärtusi ja norme, omab ühist identiteeti ning on organiseerunud sotsiaalsesse struktuuri vastavalt mingi aja jooksul arenenud suhetele. Üksikisikud võivad kuuluda mitmesse erinevasse kogukonda, mis põhinevad kas geograafial (vt paikkond), tegevusalal, ühistel sotsiaalsetel või vaba aja veetmise huvidel. Kogukond võib olla ka virtuaalne, näiteks kujuneda Interneti vahendusel.

KOGUKONNA ARENDUS

Kogukonna inimeste aktiveerimine, julgustamine ja stimuleerimine oma tervisevajaduste väljendamiseks ja tervisttoetavate sotsiaal-ökoloogiliste jm muutuste saavutamiseks kollektiivse tegevuse, pädevuse tõstmise ja oskusteabe jagamise kaudu.

KOGUKONNA TERVIST TOETAV TEGEVUS

Kogukonna võimestumisele, identiteedi arengule ja elukorraldusele suunatud tegevus. Tegevuse sisuks on osalemine oluliste prioriteetide määramisel, otsuste tegemisel, strateegiate planeerimisel ja nende rakendamisel parema tervise saavutamiseks.

KULTUUR

Väärtuste, teadmiste, uskumuste, käitumisnormide, mõtlemistüüpide, stiilikaanonite jms ühiskonnaelu intellektuaalsust väljendavate nähtuste kogum, ühiskonnaelu eriomane korrastus, milles kajastub inimolemise ja -tegevuse kvalitatiivne erinevus mis tahes bioloogilisest eluvormist. Tervikuna võib inimkultuuri käsitada informatsioonisüsteemina, milles mittegeneetiliste vahenditega salvestatakse, säilitatakse ja edastatakse üksikisikult üksikisikule ja põlvkonnalt põlvkonnale ühiskondlikult sisukat kogemust.

KVALITEEDI HINDAMINE

Planeeritud ja süstemaatiline andmete kogumine ja nende analüüs mingi tegevuse või protsessi kvaliteedi üle otsustamiseks.

KVALITEEDIKONTROLL

Protsessi või tulemuste kvaliteedistandarditele vastavuse kontroll.

LOOMULIK IIVE

Näitab piirkonna rahvaarvu muutust kindla ajavahemiku (aasta) kohta, mis moodustub sünni- ja surmajuhtude vahena. Loomuliku iibe kordaja on aasta elussündide ja surmajuhtude arvu vahe 1000 aastakeskmise elaniku kohta.

MONITOORING e SEIRE

Ühtse meetodika alusel teostatav tegevuste ja nende tulemuste kestev ja süstemaatiline jälgimine.

MÕJU

Mistahes tulemus, kas eeldatav või ettenägematu, positiivne või negatiivne, mis ilmneb seoses sekkumisega ja mis avaldab mõju üksikisikule, grupile või keskkonnale.

MÕÕTEMÄRK / ETALON

Kokkulepitud tähis, mille abil saab teisi asju mõõta või hinnata.

NAABRUSKOND

Suhteliselt väike geograafiliselt lokaliseeritud piirkond linnas või äärelinnas või inimesed, kes seal elavad.

OODATAV ELUIGA

Oodatav eluea pikkus alates määratletud aastatest. Samasse gruppi kuulub ka tervena elatud eluiga ja puute- või piirangutevaba eluiga.

PAIKKOND

Täpselt piiritlemata suurem maa-ala, piirkond maastikul, ka asustatud (maa)koht koos selle lähema ümbrusega. Terviseedenduse kontekstis Eestis on paikkonnana mõistetud ka teatud piirkonda koos seal elavate inimestega, keda võib ühendada kas elukoht, töökoht, etnilisus või paikkonna kombid või mingi muu kokkukuuluvustegur.

PAIKKONNA ARENDUS

Paikkonda hõlmav arendus, mis sisaldab paikkonna inimeste aktiveerimist, julgustamist ja stimuleerimist oma paikkonna probleemide määratlemiseks ja sotsiaalökoloogiliste muutuste saavutamiseks kollektiivse tegevuse, pädevuse tõstmise ja oskusteabe jagamise kaudu.

PARIM PRAKTIKA

Parimaid tulemusi andnud tegevus, mis on leitud paljude meetodite ja nende tulemuste monitooringu ja võrdluse abil.

POLIITIKA

Ühiskonna ja riigi toimimist korraldav sihiteadlik ja järjekindel tegevus. Poliitika hõlmab ühiskonnas pms omandi-, võimu- ja õigussuhteid.

PÜHENDUMUS

Töötus või kohustus mingi tegevuse või poliitika täitmiseks või poliitika või isiku toetamiseks.

RAHVASTIKU TERVIS

Terviseseisundi statistiliste ja demograafiliste näitajatega mõõdetav riigi või piirkonna rahvastiku või selle osa tervisetase.

RAHVATERVIS

Tervise edendamise, haiguste ennetamise ja eluea pikendamise teadus ja praktika, mida viiakse ellu kas kogu rahvastikule või selle teatud rühmadele suunatud tervist mõjutavate sekkumiste kaudu.

Kirjanduses tehakse vahet rahvatervise ja “uue rahvatervise” vahel, selleks et rõhutada oluliselt erinevat lähenemist tervise mõjurite kirjeldusele ja analüüsile ning rahvatervise probleemide lahendamismeetoditele.

RAHVATERVISHOID

Avalik tervishoiupraktika, millega tegelevad meedikud.

RIIKLIK TERVISEPOLIITIKA

Valitsuse selgesõnaline otsus või protseduur, mis määratleb tegevuse prioriteetid ja parameetrid vastusena rahvastiku tervisevajadustele, kättesaadavatele ressurssidele ja poliitilistele survetele.

RISKITEGUR

Riskitegur on mingi väliskeskkonna olukord, käitumisviis või inimese psühhofüüsiline seisund, mis võib põhjustada vastuvõtlikkust haigustele, põdurust või vigastusi.

Nii nagu riskikäituminegi, võivad ka juba määratletud riskitegurid muutuda terviseedenduse strateegiate ja tegevuse lähtekohaks või olla selle keskmes.

RISKI JUHTIMINE

Süsteemiline protsess, mis määratleb, hindab ja võtab kasutusele abinõud, et vältida või juhtida organisatsiooni, administratiivseid, omandi ja töertervishoiu ning turvalisuse riske.

RISKIKÄITUMINE

Käitumisviis, millega võib kaasneda suurenev vastuvõtlikkus teatud haigustele või põdurusele.

RÄNDESALDO

Näitab piirkonna rahvaarvu muutust sisse- ja väljarände tagajärjel kindla ajavahemiku (aasta) jooksul. Rändesaldo kordaja on sisse- ja väljarännanute vahe 1000 elaniku kohta.

Negatiivne rändesaldo näitab, et piirkonnast lahkub rohkem inimesi, kui sinna juurde tuleb. Rändesaldo ja loomulik iive moodustavad koguiibe – rahvaarvu juurdekasvu või kahanemise piirkonnas

SALUTOGENEES e TERVISE ARENG

Üksikisikute ja elanikkonna gruppide tervises seisundi jätkuva paranemise protsess.

SISSERÄNNE

Tegevus, mille käigus isik asub alaliselt elama uude asustusüksusesse perioodiks, mis kestab või eeldatavalt kestab vähemalt 12 kuud, olles eelnevalt alaliselt elanud teises asustusüksuses. Saabujate arv näitab, palju on kohalikku omavalitsusse elukohavahetusega lisandunud elanikke. Sisseränne jaguneb siserändeks (riigisisene) ja välisrändeks (riikidevaheline).

SOTSIAALNE AUDIT

Süsteemaatiline tegevus grupi/kogukonna/organisatsiooni sotsiaalsete vajaduste määramiseks, ulatuse ja olulisuse hindamiseks, lahenduste leidmiseks, nende elluviimiseks ja progressi ning protsessi järjepidevaks hindamiseks.

SOTSIAALNE ETTEVÕTLUS

Tegevus sotsiaalsete eesmärkide saavutamise suunas.

SOTSIAALNE HINDAMINE

Sotsiaalset mõju peegeldava informatsiooni analüüsi ja interpretatsiooni protsess.

SOTSIAALNE KAPITAL

Indiviididevahelised sidemed, sotsiaalsed võrgustikud, normid, vastastikune usaldus ja toetus. Sotsiaalne kapital väljendab ühiskonnas eksisteeriva sotsiaalse kokkukuuluvuse astet, ei ole vaid institutsioonide summa, millest ühiskond koosneb, vaid pigem liim, mis hoiab ühiskonda koos.

SOTSIAALNE KONSTRUKTSIOON

Ühiskonna või spetsiifilise kultuurigrupi poolt loodud kategooriad, mis eksisteerivad vaid seetõttu, et inimesed lepivad selles kokku (näiteks sotsiaalne positsioon).

SOTSIAALNE MONITOORING

Sotsiaalsete eesmärkide saavutamisele suunatud tegevusi peegeldavate andmete rutiinne kogumine.

SOTSIAALNE SIDUSUS

Ühiskonna suutlikkus kindlustada kõigi tema liikmete heaolu, vähendades ebavõrdsust ja vältides polarisatsiooni – sotsiaalsel usaldusel, kindlustundel, vastastikusel abistamisel, jagatud väärtustel ja võrdsetel võimalustel põhinev kokkuhoidev suhe.

SOTSIAALNE TOETUS

Kättesaadav abi üksikisikutele ja inimgruppidele, mis võib pakkuda tuge ebasoodsate elujuhtumite ja elamistingimuste puhul ning tõsta inimeste elukvaliteeti. Sotsiaalne toetus võib sisaldada emotsionaalset toetust, informatsiooni jagamist ning materiaalsete ressursside ja teenuste pakkumist. Sotsiaalset toetust tunnustatakse praegu laialdaselt kui tervise tähtsat mõjurit ja olulist sotsiaalse kapitali elementi.

SOTSIAALNE TÕRJUTUS

Olukord, milles inimesel pole lubatud osaleda tegevustes või olla mingi organisatsiooni liige. Mõiste on seotud süstemaatilise diskriminatsiooni ja tõrjutuse erinevate vormidega.

SOTSIAALNE VASTUTUS TERVISE EEST

Indiviidide, gruppide, organisatsioonide ja korporatsioonide vastutus iseenda, oma liikmete, töötajate, nende perede ja kohaliku elanikkonna sotsiaalökoloogiliste jm tervisemõjurite kontrollimise eest.

SOTSIAALSED VÕRGUSTIKUD

Sotsiaalsed struktuurid, mis koosnevad üksikisikutest ja gruppidest, mis on seotud omavahel spetsiifiliste suhetega, nagu näiteks ühiste väärtustega, visiooniga, ideedega, ressurssidega, sõpradega, vmt-ga.

SOTSIAALSELT TUNDLIKUD GRUPID

Kergesti *haavatavad* inimgrupid, näiteks lapsed, eakad, töötud, puuetega inimesed jt.

STRATEEGIA

Kaugema eesmärgi saavutamiseks koostatud tegevuskava. Valitakse taktikaliselt vastavalt tõenduspõhisusele, teooriale või kogemusele. Mõistet võib kasutada erinevatel tasanditel (nt „üldine programmi strateegia“ või „elluviimise strateegia“).

SUREMUSE ÜLDKORDAJA

Piirkonna surmade arv aastas jagatuna rahvastiku keskmise suurusega aastas, 1000 inimese kohta. Jooniselt on näha suremuse taset aastate lõikes. Näitaja sõltub piirkonna rahvastiku soo- ja vanusejaotusest.

SÄÄSTEV ARENG

Inimareng ja inimpotentsiaali saavutamine nõuavad majandustegevust, mis tagab sotsiaalse ja keskkondliku jätkusuutlikkuse käesolevale ja tulevastele põlvkondadele.

SÄÄSTEV ARENG KOHALIKUL TASANDIL

Säästev areng on areng, mis tagab põhilised ökoloogilised, sotsiaalsed ja majanduslikud vahendid kogukonna kõigile liikmetele, ohustamata looduslikke, linnalisi ja sotsiaalseid süsteeme, millest need vahendid sõltuvad.

SÜNDIMUSE ÜLDKORDAJA

Piirkonna elussündide arv aastas jagatuna rahvastiku keskmise suurusega aastas, 1000 inimese kohta. Sünnimuse üldkordaja võimaldab võrdlust teiste piirkondade ja kogu Eesti samasuguste näitajatega. Näitaja sõltub piirkonna rahvastiku soo- ja vanusejaotusest, eriti sünnitusealiste naiste arvust piirkonnas.

SÜSTEEM

Suhteliselt piiritletud struktuur, mis koosneb tervikut moodustavatest vastastikku sõltuvatest, tihedalt seotud või koostoimivatest elementidest, mida saab kirjeldada ühtse struktuuri või funktsioonina, näiteks tervisesüsteemid, haridussüsteemid jne.

TERVIS

Tervis ei ole üheselt mõistetav kontseptsioon. 1948. a defineeris WHO tervist kui täielikku füüsilise, sotsiaalse ja vaimse heaolu seisundit, mitte ainult kui haiguste ja puuete puudumist. Kuigi on kümneid erinevaid definitsioone, ollakse siiski kokku lepitud, et tervis on multidimensionaalne, sotsiaalse, füüsilise ja psühholoogilise heaolu muutuv seisund, mis põhineb tegutsemisvõimel, eneseteostusvõimel ja elu mõtte tunnetusel.

TERVISE ARENG e SALUTOGENEES

Üksikisikute ja elanikkonna gruppide terviseseisundi jätkuva paranemise protsess.

TERVISEAUDIT

Süsteemiline tegevus grupi/kogukonna/organisatsiooni tervisevajaduste määratlemiseks, ulatuse ja olulisuse hindamiseks, lahenduste leidmiseks, nende elluviimiseks ja progressi ning protsessi järjepidevaks hindamiseks. See on asjaosaliste kaasatusel põhinev demokraatlik terviseolukorra parendusele suunatud protsess.

TERVISEEDENDUS

Terviseedendusel on mitmeid tõlgendusi. WHO defineerib terviseedendust kui protsessi, mis võimaldab inimestel suurendada kontrolli oma tervise üle ja sellega parandada oma tervist.

TERVISEEDENDUSE INFRASTRUKTUUR

Inim- ja materiaalsed ressursid, organisatoorsed ja administratiivsed struktuurid, regulatsioonid ja ajendid, mis kergendavad terviseedenduse organiseeritud reageerimist rahvatervise probleemidele ja väljakutsetele.

TERVISE DETERMINANDID (MÕJURID)

Personaalsed, sotsiaalsed, majandus- ja keskkonnategurid, mis mõjutavad üksikisikute või elanikkonna tervist.

TERVISE EESTKOSTE e ADVOKEERIMINE

Tegevuste kombinatsioon, mis on kavandatud võitmaks poliitilist toetust ning sotsiaalset heakskiitu teatud kindlatele, tervise arengut toetavatele protsessidele.

TERVISEEDENDUSE TULEMUSED

Terviseedendusele omistatavad muutused isiklikes oskustes ja/või sotsiaalsetes normides ja tegevustes ja/või organisatoorses praktikas ja riiklikus poliitikas.

TERVISEHARITUS

Teadmised ja sotsiaalsed oskused, mis määravad üksikisiku motivatsiooni ja võime saada kätte, mõista ja kasutada informatsiooni viisil, mis edendab ja säilitab head tervist.

TERVISEINDIKAATOR e TERVISENÄITAJA

Mõõdetav üksikisiku, elanikkonna või keskkonna iseloomustaja, mida võib kasutada tervise ühe või enama aspekti kirjeldamisel (kvaliteet, kvantiteet ja aeg).

TERVISEKAITSE

Haiguste ennetamise juurde kuuluv terviseteenistus, milles kehtivad kohustuslikud normid ja eeskirjad. Tervisekaitse käsitleb vahendeid ja abinõusid elanikkonna tervise halvenemise vältimiseks ning on suunatud tervisele ohutu füüsilise, keemilise ja bioloogilise keskkonna tagamisele.

TERVISEKESTUS

Tervisekestus on sotsiaalsetel normidel ja arusaamadel ning erialastel standarditel põhinev hinnang, millega määratletakse rahvastiku täisväärtusliku, haigusteta ja puueteta eluea eeldatavat pikkust.

TERVISEKULTUUR

Ühiskonna või grupi poolt aktsepteeritud ja kujundatud tervist mõjutavad arusaamad, mõtlemisviis, tunded, tegutsemine ja käitumisviis.

TERVISE MANDALA

Tervise kontseptsioon, milles paigutatakse inimene mitme keskkonna (perekond, kogukond, tehiskeskond, kultuur ja biosfäär) keskele. Mudel demonstreerib nelja teguri – inimese bioloogia, käitumise, psühhosotsiaalse ning füüsilise keskkonna - mõju inimesele ja ta perekonnale (vt ka MANDALA).

TERVISEPOLIITIKA

Institutsioonisisene (eriti valitsuse) selgesõnaline otsus või protseduur, mis määratleb tegevuse prioriteedid ja parameetrid vastusena tervisevajadustele, kättesaadavatele ressurssidele ja poliitilistele survetele.

TERVISEPROFIIL

Tervist iseloomustavate põhinäitajate kogum, mis annab ülevaate mingi piiritletud inimgrupi tervise hetkeolukorrast ning võimaldab seda hinnata ja analüüsida.

TERVISEMÕJU HINDAMINE

Meetodite ja/või protseduuride kombinatsioon, mis võimaldab hinnata poliitilise otsuse, programmi või projekti mõju rahvastiku tervisele.

TERVISESEISUND

Indiviidi või elanikkonna tervise olukord mingil kindlal ajahetkel.

TERVISESEKTOR

Organiseeritud avalike ja eraõiguslike terviseteenistuste (sh tervisedendus, haiguste ennetamine, diagnostika, ravi- ja hooldusteenused), tervishoiu osakondade ja ministriumide poliitikat ja tegevust elluviivate, mitteriiklikke tervisega seotud organisatsioonide kogum.

TERVISE SIHTMÄRK

Kindlaks ajaperioodiks oodatavate tervise muutuste mõõdetav suurus.

TERVISESUUTLIKKUS

Indiviidi, grupi või kogukonna võimelisus saavutada kontroll oma tervist mõjutavate otsuste ja protsesside üle. Mõiste on suuresti kokkulangev võimestumise mõistega.

TERVISETEENUS

Erinevate teenuseosutajate tegevus, mille eesmärgiks on tervise edendamine või haiguste ennetamine.

TERVISHOID

Tervisele suunatud meditsiinipraktika, mis hõlmab tervise edendamist, haiguste ennetamist, ravi ja rehabilitatsiooni.

TERVISHOIUTEENUS

Tervishoiutöötajate pakutavad teenused, et tagada tervise edendamine, säilitamine ja taastamine. Lisaks individuaalsele tervisehooldusele kuuluvad tervishoiuteenuste hulka ka tervisekaitse, tervisedendus ja haiguste ennetamine.

TERVISKASVATUS

Inimese tervise arengu sihikindel suunamine ja mõjutamine.

TERVISKÄITUMINE

Igasugune üksikisiku poolt ettevõetud tegevus, hoolimata hetkelisest või eelnevast tervises seisundist, tervise edendamiseks, kaitsmiseks või säilitamiseks, olenemata sellest, kas selline käitumine on lõppkokkuvõttes objektiivselt efektiivne või mitte.

Terviskäitumine ja riskikäitumine on tihti üksteisega seotud märksa keerulisemas käitumismudelid, mida nimetatakse eluviisiks.

TERVISTEDENDAV INSTITUTSIOON

Kommunikatsiooniruum, milles on kindel organisatoorne struktuur ja kindlad rollid ning kus on planeeritult rakendatud tervistedendavaid meetmeid ning mis ümbritseb inimest mingil kindlal ajal ja sisaldab nii füüsilist kui sotsiaalset keskkonda koos selles toimuvate sündmustega. Tervistedendavad institutsioonid võivad olla näiteks perekond, kool, töökoht, Interneti foorum, riik jmt.

TERVIST SOODUSTAV ELUVIIS

Kindlal käitumismudelil põhinev elamisviis, mis on määratletud üksikisikute iseloomude, sotsiaalse koostöö ning sotsiaalmajanduslike ja keskkonna elamistingimuste vastastikuse mõju kaudu.

TERVIST TOETAVAD KESKKONNAD

Keskkonnad, mis pakuvad inimestele kaitset tervist ohustavate mõjude eest ning võimaldavad inimestel suurendada oma võimeid ja arendada eneseusaldust tervises.

TERVIST TOETAV RIIKLIK POLIITIKA

Valitsuse, omavalitsuste ja kogu avaliku sektori poliitiliste otsuste kaudu rahvastiku tervise arengule soodsate tingimuste loomine (näiteks sotsiaalse ebavõrdsuse vähendamine, majandusliku, sotsiaalse ja füüsilise keskkonna mõjude muutmine tervisttoetavamaks, indiviidide, gruppide ja kogukondade kaasamine otsustetegemisse ning koostöö arendamine erinevate sektorite vahel jpm).

TÕENDUS

Uuringu tulemustega kinnitatud tõde.

TÖÖGA HÕIVATUD ISIK

Isik, kes uuritava perioodil töötas ja sai selle eest tasu kas palgatöötajana, ettevõtjana või vabakutselisena; töötas otsese tasuta pereettevõttes või oma talus; ajutiselt ei töötanud. Tööhõive määr on hõivatute osatähtsus tööealises rahvastikus.

VAESUS

Sotsiaalne probleem, mis väljendub teatud inimrühmade materiaalsete ressursside ebapiisavusest tingitud ilmajäetuses ühiskonnas hädavajalikuks peetud elustandardist ning sotsiaalmajanduslikust osalusest. Jaotub: absoluutne vaesus, suhteline vaesus, süvavaesus ja toimetulekut ohustav vaesus.

VALDKONNA ARENGUKAVA

Ühe või mitme valdkonna eesmärged ja nende saavutamiseks vajalikke meetmeid sisaldav kava, mille elluviimist korraldab kas üks või mitu asutust koostöös.

VALIIDSUS

Õigus ehk seadusjäolisus ehk uuringu kehtivus.

VALITSEMINE

Organisatsiooni reguleerimine ja hoidmine õigel kursil.

VALLATERVIS

Vallatervis on tulem kõigist sotsiaalsetest, keskkondlikest ja füüsilistest mõjuritest, mis avaldavad toimet üksikisikute, perekondade ja kogukondade elule vallalises keskkonnas.

VÕIMESTUMINE

Üksikisiku, grupi ja/või kogukonna suutlikkus korraldada, kontrollida ja juhtida oma elu puudutavaid tegevusi.

VÕRGUSTIK

Üksikisikute, organisatsioonide ja asutuste pühendumisel ning usaldusel põhinev koostöögrupp, mis on organiseerunud mittehierarhilisel alusel, tegelemaks tekkinud probleemidega.

VÄLJARÄNNE

Tegevus, mille käigus varem alaliselt ühes asustusüksuses elanud isik lahkub sellest asustusüksusest perioodiks, mis kestab või eeldavalt kestab vähemalt 12 kuud. Analoogselt sisserändega eristatakse ka väljarände puhul siserännet (riigisisene) ja välisrännet (riikidevaheline).

VÄÄRTUSED

Filosoofilised põhimõtted, tõekspidamised või väited, mis juhivad käitumist ja mis võivad olla seotud sotsiaalsete või eetiliste küsimustega.

ÕIGLUS TERVISES

Õigluspärasus tähendab erapooletust. Õigluspärasus tervises tähendab heaolu võimaluste jaotamist vastavalt inimeste vajadustele.

10. KASUTATUD KIRJANDUS

- Kohaliku omavalitsuse ja maakonna terviseprofili koostamine. Juhised. Tervise Arengu Instituut, 2009. URL: http://www.terviseinfo.ee/web/failid/KOHALIKU_OMAVALITSUSE_JA_MAAKO_NNA_TERVISEPROFIILI_KOOSTAMINE_est_2009.pdf
- Nakkushaigused ja immunoprofülakтика 2008. Raport, Terviseamet. URL: http://www.terviseamet.ee/fileadmin/dok/Nakkushaigused/statistika/2008/Epid_ylevaade_2008.pdf
- Linnad ja vallad arvudes 2008. Kogumik. Statistikaamet, 2008. URL: http://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication_id=15581&publication_title=Linnad+ja+vallad+arvudes.+2008.+Cities+and+Rural+Municipalities+in+Figures&id=32392
- Vaesus Eestis. Kogumik. Statistikaamet, 2010. URL: http://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication_id=21168&publication_title=Vaesus+Eestis.+Poverty+in+Estonia&id=32392
- Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring. 2005/2006 õppeaasta. Tervise Arengu Instituut, K.Aasvee, A.Poolakese, A.Minossenko, A.Kurbatova, 2007. URL: http://www2.tai.ee/uuringud/Rahva_tervis/Eesti_kooliõpilaste_tervisekäitumise_uuring_2007.pdf
- Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 2008. Tervise Arengu Instituut, M.Tekkel, T.Veideman, M.Rahu, 2009. URL: <http://www.rahvatervis.ut.ee/bitstream/1/163/1/TerviseArenguInstituut2009.pdf>
- Palupera valla arengukava 2007-2015. URL: http://www.palupera.ee/Arengukava_2007_2015.html
- Palupera valla ühisveevärgi ja –kanalisatsiooni arendamise kava 2010 – 2021. URL:
- Palupera valla üldplaneering. URL:
- Palupera valla üldplaneeringu strateegilise keskkonnamõju hindamise aruanne . URL:
- Elanikkonna tuleohutusteadlikkuse seire 2008. Päästeamet, 2008. URL: http://www.rescue.ee/orb.aw/class=file/action=preview/id=21125/tuleohutusteadlikkuse+seire_aruanne2008PA.pdf
- Eesti Haigekassa infoteatmik 2010.

Palupera valla küsitlusleht anonüümseks vastamiseks vallakodanikele:

KÜSITLUSLEHT

Palupera vallas on algatatud terviseprofili koostamine. Terviseprofiil on oma iseloomult arengukava laadne dokument, kuid probleemide ja tegevuste rõhuasetus on just tervisekäitumise ja tervisliku elukeskkonna kujundamisele. Selleks, et arvestada võimalikult paljude inimeste arvamustega oleme koostanud küsitluslehe, mille täitmise abil saate anda panuse meie valla tervisesõbralikumaks muutmisele.

Palume täidetud küsitluslehed (tõmba ring ümber õigele vastuse variandile – jah või ei), lisades vajadusel kommentaarid, tagastada vallavalitsusse või jätta raamatukogudesse.

Vastuseid ootame **hiljemalt 15.veebruar 2010.a.**

Tervishoiu ja sotsiaalvaldkonnaga seotud küsimused:

1. Kas perearstiabi teenus on kättesaadav JAH EI

Kui ei, siis miks?

2. Kas eriarstiteenus on kättesaadav JAH EI

Kui ei, siis miks?

3. Millised ettepanekud on tervishoiuteenuse parandamiseks Palupera vallas

.....
.....

Palupera vallas makstakse täna hooldajatoetust, puudega lapse toetust, toetust puudega lapse perele ja toetusi puuetega inimestele, toimetulekutoetust, sünni- ja matusetoetust, toetust lapse aastaseks saamisel, koolimineku toetust 1. klassi astujatele, toetust paljulapselistele peredele kooliaasta alguse ja jõulude puhul, toetust koolide lõpetamise puhul, jõulupakitoetust lastele ja eakatele, sünnipäevatoetust eakatele alates 90.a. ning ühekordseid toetusi piirangutega (s.h. küttepuude, meditsiiniliste abivahendite, retseptiravimite, lastele prillide, lastelaagri tuusikute jm. ostmiseks). Lisaks on tagatud tasuta toitlustamine õpilastele põhikoolides ja gümnaasiumites, osaliselt õpilaskodus ja lasteaedades ning kutseõppeasutuste ja kõrgkooli

õpilastele toetus 2 korda aastas. Kooliõpilaste sõidukulude kompenseerimine koolidesse 2010 aastast piirangutega. Kõikide võimalustega saad täpsemalt tutvuda valla kodulehel www.palupera.ee – Valla funktsioonid-Sotsiaalhoolekanne või küsida infot vallamajast.

1. Kas olete rahul olemasolevate toetustega? JAH EI

Milliseid toetusi peaks kindlasti veel olema?

2. Milliseid tervishoiu või sotsiaalvaldkonna teenuseid võiks vallavalitsus veel osutada?

.....

Paljud terviseprobleemid tulenevad meid ümbritsevast keskkonnast. Ohtlik mänguväljak, puuduv liiklusmärk või mõni muu asjaolu võib põhjustada trauma või mõjutada meid psühholoogiliselt.

1. Kas meie kool ja lasteaed on turvalised ja lapsesõbralikud? JAH EI

Kui ei, siis miks?

2. Millistel teedel tuleb parandada liikluskorraldust?

.....

3. Millised kohad vajaks kindlasti täiendavat tänavavalgustust?

.....

4. Millised muud kohad tuleb muuta ohutumaks ja turvalisemaks?

.....

5. Kas vallas peaks korraldama tervisega seotud koolitus ja infopäevi? JAH EI

Kui jah, siis mis teemal?

6. Kas Palupera vallas ja lähipiirkonnas on piisavalt tervise- ja spordirajatisi?

JAH EI

Kui ei, siis mida peaks juurde rajama?.....

7. Kas vallas peaks enam korraldama tervisespordile suunatud üritusi? JAH EI

Millistel üritustel sooviksite osaleda?

8. Kas valla **lastel** on piisavalt võimalusi osalemiseks spordiringides ja treeningutel?

JAH EI

Millistes spordiringides ja treeningutel sooviksid lapsed osaleda?

.....

9. Kas valla **täiskasvanutel** on piisavalt võimalusi osalemiseks spordiringides ja treeningutel?

JAH EI

Millistes spordiringides ja treeningutel sooviksid osaleda täiskasvanud?.....

Töötus ja ebastabiilne töökeskkond võivad osutada oluliseks tervisefaktoriks. Palun kirjelda millise probleemi kõrvaldamine, aitab kaasa töö käimisele

1. Ühistranspordi graafiku muutmine

JAH EI

Kui jah, siis mida tuleks muuta?.....

2. Ümberõppe korraldamine

JAH EI

Kui jah, siis millist õpet oleks vaja?

3. Lastehoiu korraldamine - kas lasteaia teenus on kättesaadav? JAH EI

Kui ei, siis miks?.....

4. Mõni muu töö käimist takistav asjaolu?

5. Mõni muu töö käimist **toetav** tegevus (.... meede, või mingi asi)

.....

Mõnikord jäävad eakamad inimesed üksi ja ei saa vajalikku sotsiaalteenust või ei leia omale sobivat tegevust

1. Kas teie peres või tutvusringkonnas vajab mõni eakas inimene

sotsiaalteenuseid, mida ta ei ole saanud? JAH EI

Kui jah, siis millist teenust on vaja ja miks on see teenus saamata jäänud?

.....

Täna tegutsevad Palupera vallas pensionäride ühendus, eakad, Hellenurme kultuurimajas on mitmekesiseid tegevusi pakkuv MTÜ Tantsuklubi Mathilde, Nõunis käivad koos eakad oma ürituste-toimetustega. Suvel käiakse ekskursioonil, tähistatakse eakate päeva, talvel peetakse jõulupidu jpm. Noortele pakuvad võimalusi MTÜ Avatud Hellenurme noortekeskus, Nõuni kultuurimaja ja Palupera külamaja, lisaks kooli huviringid ja FC Elva Jalgpalliklubi treeningud Palupera staadionil. Kohalik omavalitsus toetab noorte huvitegevust ka väljaspool koduvalda kohamaksumuste või ühekordsete toetuste kaudu.

Kas ja milline üritus või sporditrenn võiks eakamatele/noortele inimestele veel olla?

.....

Muud temaga seotud asjalikud mõtted vastajalt:

.....
.....

TÄNAME!