

TARTU ÜLIKOOL  
Pärnu kolledž  
Sotsiaaltöö korralduse osakond

Ragna Ruukel

**PUUETEGA INIMESTE  
REKREATSIOONIVÕIMALUSED  
MULGI VALLAS**

Lõputöö

Juhendaja: Anu Aunapuu, MA

Pärnu 2018

Soovitan suunata kaitsmisele .....

(juhendaja allkiri)

.....

(kaasjuhendaja allkiri)

Kaitsmisele lubatud "...“..... a.

TÜ Pärnu kolledži .....osakonna juhataja

.....

(osakonna juhataja nimi ja allkiri)

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

.....

(töö autori allkiri)

## SISUKORD

|   |    |
|---|----|
| Sissejuhatus .....  | 4  |
| 1. Puuete, vaba aja ja rekreatsiooni erinevad käsitlused .....                      | 7  |
| 1.1. Puude ning puude meditsiiniline ja sotsiaalne käsitlus .....                   | 7  |
| 1.2. Ülevaade vaba aja erinevatest käsitlustest .....                               | 13 |
| 1.3. Ülevaade rekreatsiooni erinevatest käsitlustest .....                          | 15 |
| 1.3.1. Terapeutiline rekreatsioon .....   | 18 |
| 2. Uurimus Puuetega inimeste rekreatsioonivõimalustest mulgi vallas .....           | 20 |
| 2.1. Ülevaade Mulgi vallast ja seal pakutavatest huvi- ja vabaaja tegevustest ..... | 20 |
| 2.2. Uurimismetoodika ja valim .....  | 22 |
| 2.3. Uurimistulemused .....   | 28 |
| 2.4. Järeldused ja ettepanekud .....  | 36 |
| Kokkuvõte .....   | 41 |
| Viidatud allikad .....  | 43 |
| Lisad .....   | 47 |
| Lisa 1. Ankeetküsitlus .....  | 48 |
| <i>Summary</i> .....  | 55 |

## SISSEJUHATUS

Eesti rahvastiku vähenemise ja vananemise juures samuti üks oluline faktor on puuetega inimeste arv kasv. Puuetega inimesed vajavad erinevaid teenused: kvaliteetset arstiabi ja abivahendeid, keskkonna kohandamist, tööd jne. Kuid sama tähtis on luua ja pakkuda erinevaid võimalusi vaba aja veetmiseks.

Maailma Terviseorganisatsiooni (World Health Organization) andmetel on üle miljardi inimese, umbes 15% maailma rahvastikust, mingisuguse puudega (World Health Organisation, 2011, lk 29). Eestis oli 2017. aasta alguses puuetega inimeste osatähtsus rahvastikust ligikaudu 11,4% ehk üle 140 900 inimese (Telpt, 2017, lk 26).

Puuetega inimeste õiguste konventsiooni ja fakultatiivprotokolli artikli 30 lõike 5 kohaselt: „ ... võimaldada puuetega inimestele teistega võrdsetel alustel osalemist virgestus-, puhke- ja sporditegevuses ... “ (Puuetega ..., 2012). Puuetega inimeste vaba aja veetmist uuriti Eestis 2012 aastal (Rahno, 2012). Uuringust tuli välja, et sobivate ja huvitavate tegevuste puudus on põhjuseks, miks suurema osa vabast ajast veedavad puuetega inimesed kodus (Rahno, 2012, lk 102–103). Selleks, et puudega inimeste olukorda parendada, peab senisest rohkem koguma informatsiooni ning seda tuleks küsida puudega inimestelt endilt (Tambaum, Medar, & Narusson, 2014, lk 130). Seega peab lõputöö autor oluliseks uurida Mulgi valla puuetega inimeste vaba aja veetmise võimalusi.

Lõputöö eesmärgiks on välja selgitada Mulgi valla puuetega inimeste rekreatsiooni võimalused ja vajadused ning saadud tulemuste alusel vastavate ettepanekute tegemine kohaliku omavalitsuse üksustele, organisatsioonidele, seltsidele, ühingutele jt.

Eesmärgist tulenevalt soovitakse leida vastus järgmisele uurimisküsimusele: Milliseid võimalusi vaba aja veetmiseks pakub Mulgi vald puuetega inimestele ning kas pakutavad võimalused on neile piisavad?

Lõputöö eesmärgi täitmiseks on püstitatud uurimisülesanded:

- teoreetiliste allikate põhjal anda ülevaade puuete, vaba aja ja rekreatsiooni käsitlustest;
- koostada ja läbi viia küsitlus Mulgi vallas elavate puuetega inimeste seas, selgitamaks välja, missuguste rekreatiivsete tegevustega tegeletakse ning kas ja missugustest tegevustest tuntakse puudust;
- teoreetiliste allikate ning uuringu tulemuste põhjal teha järeldusi ning anda soovitusi kohaliku omavalitsuse üksustele, organisatsioonidele, seltsidele, ühingutele jt.

Töö koosneb kahest peatükist, mis omakorda jagunevad neljaks alapeatükiks. Esimeses peatükis defineeritakse mõistet puue, antakse ülevaade puuete liikidest, raskusastme tuvastamisest ja puuete meditsiinilisest ja sotsiaalsest käsitlusest. Samuti antakse teoreetiline ülevaade rekreatsioonist ja vaba ajast. Tuuakse näiteid eelnevatest uurimustest, mis käsitlevad puuetega inimeste osalemist rekreatiivsetes tegevustes.

Lõputöös kasutatakse teemakohaseid erialaseid raamatuid, teadusartikleid, eelnevaid uuringuid ja uuringu raporteid ning puuetega inimestega seonduvaid õigusakte ja statistikat. Allikate leidmiseks kasutatakse EBSCO, Emerald ja Science Direct andmebaase. Töös kasutatakse Statistikaametist ja Sotsiaalkindlustusameti statistilisi andmeid. Kirjandusallikate ajavahemik on 2005–2018.

Teine peatükk käsitleb empiirilise uuringu tulemusi ning teoreetiliste lähtekohtade ja uuringu tulemuste põhjal tehtud järeldusi. Töös on üks lisa.

Töös enamkasutatud mõisted:

**Puue-** „Puue on inimese anatoomilise, füsioloogilise või psüühilise struktuuri või funktsiooni kaotus või kõrvalekalle, mis koostoimes erinevate suhtumuslike ja keskkondlike takistustega tõkestab ühiskonnaelus osalemist teistega võrdsetel alustel“ (Puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadus, 1999).

**Vaba aeg-** peale lõpetatud vajalikke tegevusi (näiteks töö) aeg (Scott & Marshall, 2009, lk 412).

**Rekreatsioon-** kohustustest vabal ajal kogetav ja nauditav tegevus, milles inimene osaleb vabatahtlikult (McLean, Hurd, & Anderson, 2018, lk 18).

# 1. PUUETE, VABA AJA JA REKREATSIOONI ERINEVAD KÄSITLUSED

## 1.1. Puude ning puude meditsiiniline ja sotsiaalne käsitlus

Käesolevas alapeatükis defineeritakse puude mõistet laiemalt, antakse ülevaade puuete liikidest, raskusastme tuvastamisest pensionäridel ja tööelistel inimestel. Samuti antakse ülevaade puuete meditsiinilisest ja sotsiaalsest käsitlusest.

Ühiskonna suhtumine puudega inimestesse on ajalooväljel muutunud mittetunustamisest kuni kaastundeni, toetuseni ja lojaalsuseni. Antiikaegades peeti lapsi, kellel olid arengus kõrvalekalded soovimatuteks. Kui lapse sünd oli au asi, siis puudega lapse saatus sõltus perekonnapea otsusest. (Данилова, 2012, lk 508) Vana-Kreekas, Indias, Hiinas ja teistest riikides, oli puudega lapsest vabanemine normaalne. Indud heitsid väärastunud arenguga lapsi Gangese jõkke. Hiinlased müüsid või hüljasid lapsi. Süürlased ohverdasid lapsed jumalale. (Микиртичан, 2012, lk 189)

Alates keskajast olid riiklike struktuuride jõupingutused suunatud puudega inimeste isoleerimiseks. Meditsiiniteaduse areng ja sõdade tagajärjel kasvanud puudega inimeste arv, tingis vajaduse muuta ühiskonna suhtumist puudega inimestesse. Tekkisid esimesed rehabilitatsiooni asutused. Selleks, et puudega inimesi tuua tagasi ühiskonda pidi sekkuma meditsiin. Meditsiinilise ravi eesmärk oli taastada inimeste tervis. (Пузин *et.al*, 2017, lk 126)

Лотова (2015, lk 55) toob välja 12 erinevat mudelit (vaata tabel 1), mis selgitavad puuetega inimeste funktsioneerimisvõimet ja tervisehäiret. Tabelis 1 on väga toodud puude mudelid saab jaotada vana ja uue paradigma alla. Vana paradigma alla kuuluvad moraalne, meditsiiniline, ökonoomiline, rehabilitatiivne ja funktsionaalne mudel. Teised mudelid kuuluvad Briti ja Ameerika mudeli alla. (Лотова, 2015, lk 58)

**Tabel 1.** Ajaloolised ja tänapäevased puute mudelid

| Mudel                      | Selgitus  |
|----------------------------|---|
| Moraalne                   | Puue on „jumala karistus“   |
| Meditsiiniline             | Puudega inimene on sotsiaal-poliitika objekt  |
| Ökonoomiline               | Puudega inimene on vähetootlik (ei suuda tööd teha)   |
| Funktsionaalne             | Puudega inimene ei ole suuteline täitma teatud funktsioone  |
| Rehabilitatiivne           | Peamine probleem on inimese ebanormaalne keha või psüühika  |
| Posttraditsiooniline       | Pöörab tähelepanu inimese „puudujääkidele“  |
| Psühhosotsiaalne           | Piir tervete ja puudega inimeste vahel on sotsiaalne konstruktsioon   |
| Sotsiaal-poliitiline       | Fundamentaalsete piirangute tunnistamine  |
| Kultuuriline               | Puue kui eriline kultuuriline fenomen   |
| Inimeste erisused          | Puue kui üks mitmetest individuaalsetest erisustest   |
| Briti materialistlik mudel | Puudega inimesed on rõhutatud sotsiaalne rühm. Eristab puudeid  |
| Iseseisva elu mudel        | Puudega inimestele mõeldud asutuste miniseerimine. Arendada erinevaid hooldusvorme (näiteks kogukonnas elamine) |

Allikas: Лотова, 2015, lk 55–57 (autori koostatud)

Kaks enim kasutatavat mudelit on sotsiaalne ja meditsiiniline. Meditsiiniteaduse arenguga hakati mõistma, et puue kui „jumala karistus“ muutus individuaalseks meditsiiniliseks probleemiks, mida sageli peeti personaalseks tragöödiaks (Eskyté, 2013, lk 70). Meditsiinilise mudeli järgi on puue meditsiiniline probleem (Dirth & Branscombe, 2017, lk 415).

Meditsiinilise mudeli kohaselt tuleb inimeste kahjustusi ravida seni, kuni kõik mis oli „katki“ on taastunud, seni pole inimene ka väärtuslik (Barney, 2012, lk 2). Meditsiin annab elu aga kui meditsiiniline mudel muutub juhtivaks seisundiks ja puuetega inimeste mõjutusvahendiks võib see kaasa tuua mitmeid probleeme (Couser, 2011, lk 23–24).

Kui meditsiiniline mudel keskendub vaid meditsiinilistele teadmistele, siis sotsiaalne mudel juhib tähelepanu poliitilistele tegevustele ja sotsiaalsetele muutustele (Oliver & Barnes, 2012, lk 22). Puude sotsiaalne mudel pärineb puuetega inimeste liikumise (Union of the Physically Impaired Against Segregation) 1976. aastal välja antud dokumendist, mis väitis, et puuetega inimesi kahjustab ühiskond, mitte puudega inimeste kahjustus (Oliver, 2013, lk 1024). Sotsiaalne mudel lõhub seost kahjustuse ja puude vahel. Sotsiaalse mudeli

kohaselt ei saa ja ei ole vajagi kõiki puuetega inimese ravida, vaid tuleb muuta suhtumist nendesse ning kõrvaldada füüsilisi ja sotsiaalseid takistusi. (Oliver & Barnes, 2012, lk 22–23).

Sõna puue (i.k. *disability*) tähendab „puudust“, „puudujääki“ või „viga“ ning viitab terviseolukorrale (Narusson & Medar, 2014, lk 9). 1960. aastal Suurbritannias esimesel puuetega inimeste uuringul kirjeldati puuet (i.k. *impairment*) kui keha või jäsemete osalist või täielikku puudumist. (Oliver & Barnes, 2012, lk17)

Puudega inimestega on läbi aegade tegelenud ja tegelevad väga paljude erialade esindajad ning kõigil erialadel ei ole välja kujunenud oma puude definitsiooni. Viis erinevat lähenemist puude tõlgendamisele (Oliveri & Sapey, viidatud Narusson & Medari 2014, lk 7 vahendusel) on:

- puue kui kõrvalekalle normist;
- puue kui ebasoodne tingimus;
- puue kui kliiniline seisund;
- puue kui igapäevaste tegevuste funktsionaalne piirang;
- puue kui deviantsus ehk kõrvalekalle.

2001. aastal Maailma Terviseorganisatsiooni (World Health Organization) poolt koostati rahvusvaheline funktsioneerimisvõime, vaeguste ja tervise klassifikatsioon (edaspidi RFK) (Narusson & Medar, 2014, lk 9). RFK järgi: „Puuded on probleemid organismi funktsiooni või struktuuriga, nagu nt oluline kõrvalekalle või puudumine“ ja „Puuded võivad olla ajutised või püsivad; progresseeruvad, regresseeruvad või stabiilsed; vahelduvad või pidevad“ (Maailma ..., 2005, lk 10).

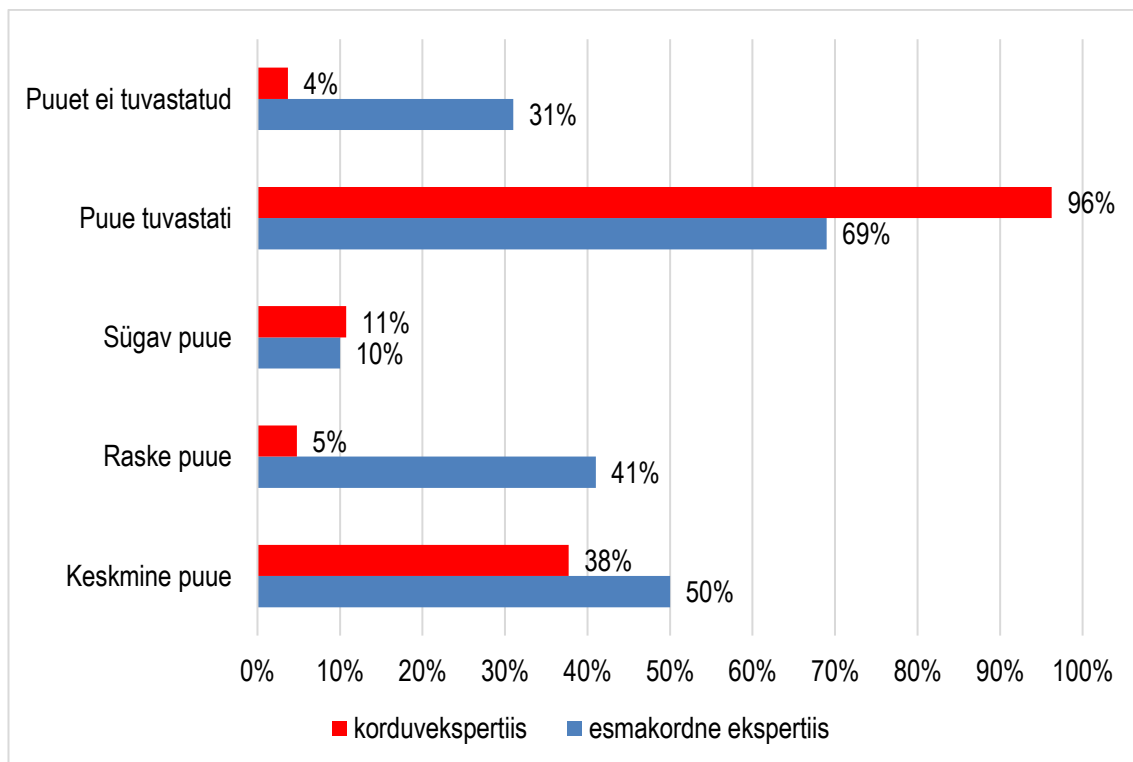
Eestis on puude defineerimisel lähtunud Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni puuetega inimeste õiguste konventsioonist. Võrdse kohtlemise seaduse § 5 ja puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seaduse §2 lg1 järgi: „Puue on inimese anatoomilise, füsioloogilise või psüühilise struktuuri või funktsiooni kaotus või kõrvalekalle, mis koostoimes erinevate suhtumuslike ja keskkondlike takistustega tõkestab ühiskonnaelus osalemist teistega võrdsetel alustel“ (Puuetega inimeste ..., 1999; Võrdse kohtlemise ..., 2008).

2006. aastal võeti Ühinenud Rahvaste Organisatsiooni (edaspidi ÜRO) poolt vastu puuetega inimeste õiguste konventsioon. 2012. aastal ühines konventsiooniga ka Eesti Vabariik. (Hanga, 2013, lk 4) Puuetega inimeste õiguste konventsioon ja fakultatiivprotokoll artikli 1 kohaselt: „Puuetega inimeste mõiste hõlmab isikuid, kellel on pikaajaline füüsiline, vaimne, intellektuaalne või meeleline kahjustus, mis võib koostoimel erinevate takistustega tõkestada nende täielikku ja tõhusat osalemist ühiskonnaelus teistega võrdsetel alustel“ (Puuetega ..., 2012).

Eestis tuvastatakse puude raskusastet vastavalt puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadusele (edaspidi PISTS), mille alusel on puue jaotatud kolme raskusastmesse: keskmine, raske ja sügav (Puuetega inimeste ..., 1999). PISTS § 2 lg 1<sup>1</sup> ja lg 2<sup>1</sup> järgi, kuni 16-aastaselt lapsel ning vanaduspensioniealisel inimesel tuvastatakse puude raskusaste lähtuvalt kõrvalabi, juhendamise või järelevalve vajadusest ning tööealistel inimestel (16 –vanaduspensionieani), lähtuvalt igapäevastest tegutsemis- ja ühiskonnaelus osalemise piirangutest (Puuetega inimeste ..., 1999).

Vanaduspensioniealistel puudega inimestel tuvastatakse puue kestusega 6 kuud kuni 5 aastat. Tööelistel puudega inimestel tuvastatakse puue kuni 5 aastat või vanaduspensionieani. (Murumets, s.a., lk 22) Puude raskusastme tuvastamiseks tuleb esitada taotlus Sotsiaalkindlustusametile või töötukassasse (*Ibid*, s.a., lk 6).

2016. aastal teostati esmakordse puude ekspertiise 34 086 korral (vt joonis 1). Puue tuvastati 23 482 isikul, millest raske puue tuvastati 9603 isikul, sügav puue 2250 ja keskmine puue 11 629 isikul. Maakondadest tuvastati kõige rohkem esmaseid puudeid Harjumaal 31%, Ida-Virumaal 18% ja Tartumaal 12% kõigist esmakordestest tuvastamsetest. (Sotsiaal ..., 2016)

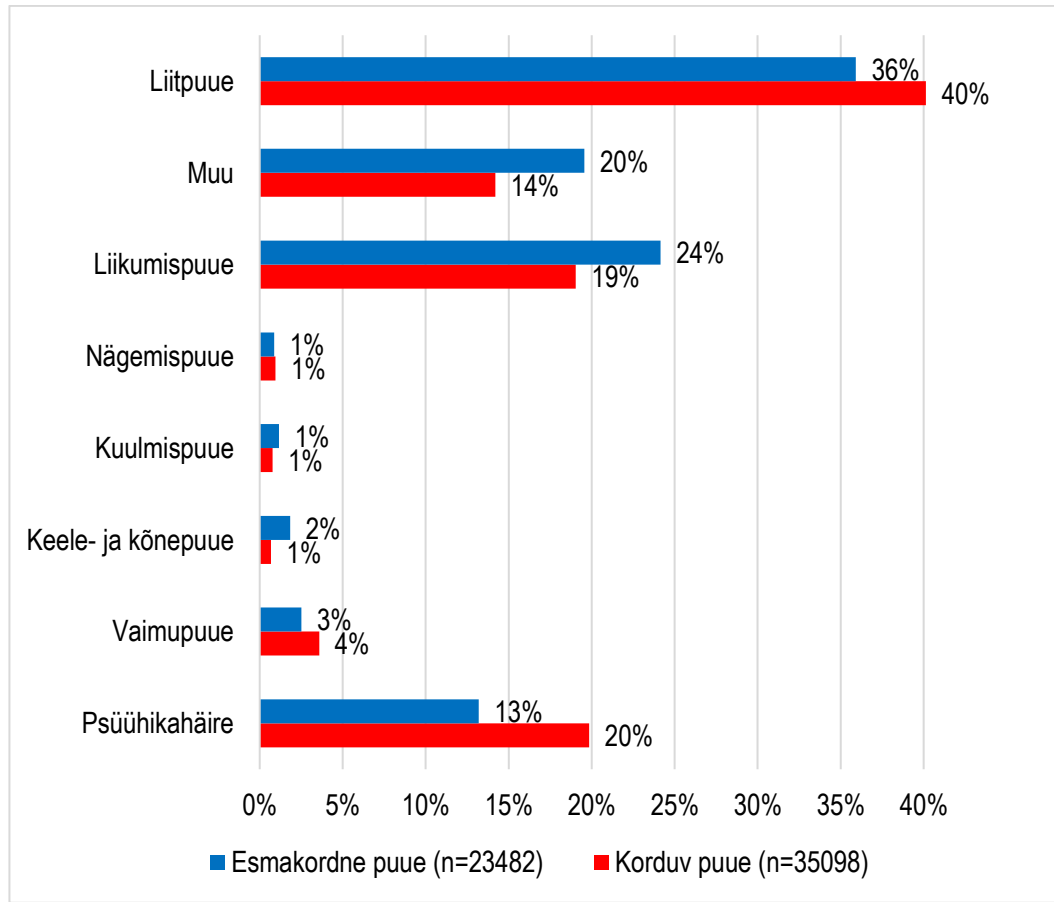


**Joonis 1.** 2016. aasta esmakordse puude ja korduvekspertiisi tulemused

Allikas: Sotsiaalkindlustusamet, 2016. (autori arvutused)

Korduvekspertiisi teostati 2016. aastal 36 459 korral. Puue tuvastati 35 098 inimesel ja raskusastmetest oli kõige rohkem määratud keskmine puue 13 769 inimesele, raske puue tuvastati 17 410 korral ja sügav puue 3 919 korral (vt joonis 1). Maakondadest tuvastati kõige rohkem korduvaid puudeid Harjumaal (8970), Ida-Virumaal (5873) ja Tartumaal (5114). (Sotsiaal ..., 2016)

Eestis tuvastatakse puude liik suurima keha või funktsioonihäire järgi. Eristatakse keele- ja kõne puuet, liikumispuuet, nägemispuuet, vaimupuuet, psüühikahäiret, liitpuuet ja „muu“ puuet. „Muu“ puue alla kuuluvad erinevad kroonilised haigused. (Sotsiaal ..., 2015, lk 21) 2016. aasta andmete järgi korduva puude tuvastamisel enim tuvastatud puude liigid olid liitpuue (14124) ja psüühikahäire (7003). Esmakordse puude tuvastamise enim tuvastatud puude liik oli liitpuue (8458) ja liikumispuue (5695). (Sotsiaal ..., 2016) Joonisel 2 on välja toodud korduva ja esmakordse puude liikide tuvastamised.



**Joonis 2.** 2016. aasta korduv ja esmakordse puude liikide tuvastamine. Allikas: Sotsiaalkindlustusamet, 2016. (autori arvutused)

Lisaks puude raskusastmele ja puude liigile tuvastatakse tööealistel inimestel (16–vanaduspensionieani) töövõimet (endine töövõimetus). Teenus on kasutusel 1. juulist 2016 ja töövime hindamist teostab Eesti Töötukassa. Töövõime ulatus võib olla täielik, osaline või puuduv. Täielik töövõime tähendab, et inimese terviseseisund ei takista töötamist. Osalise töövime korral on töötamine osaliselt takistatud, mis tuleneb inimese terviseseisundist. Puuduva töövõime korral ei ole inimene oma terviseseisundi tõttu võimeline töötama. (Eesti ..., s.a., lk 3–6)

Antud alapeatükis selgus, et puue on pikaajaline väljakujunenud tervislik seisund. Puue on jaotatud kolme raskusastmesse: keskmine, raske ja sügav. Puude liike on seitse ning tuvastatakse see suurima keha või funktsioonihäire järgi. Lisaks puude raskusastmele ja liigile tuvastatakse tööealistel inimestel ka töövõimet, mis on kas osaline, puuduv või täielik.

## 1.2. Ülevaade vaba aja erinevatest käsitlustest

Mõiste vaba aeg omab inimeste jaoks erinevaid tähendusi. Järgnevas alapeatükis antakse ülevaade vaba aja tähendusest ja selle vajalikkusest. Samuti antakse ülevaade puuetega inimeste vaba aja tegevustest.

Vaba aeg kui unikaalne ja ihaldatav komponent inimeste elus, esmakordselt öeldi välja Antiik-Kreekas. Ateenlastele oli vaba aeg kõrgeim oluline väärtus ja töö oli madalam väärtus. Põhjuseks oli see, et kõrgeim klass ei pidanud töötama, nad olid vabad ennast siduma intellektuaalsete ja kultuurilise tegevustega. Kui vanasti oli vaba aeg ainult kõrgeima klassi inimeste privileeg, siis ühiskonna arenguga muutus see tegevus kättesaadavaks kõigile. (McLean *et al.*, 2018, lk 15–16).

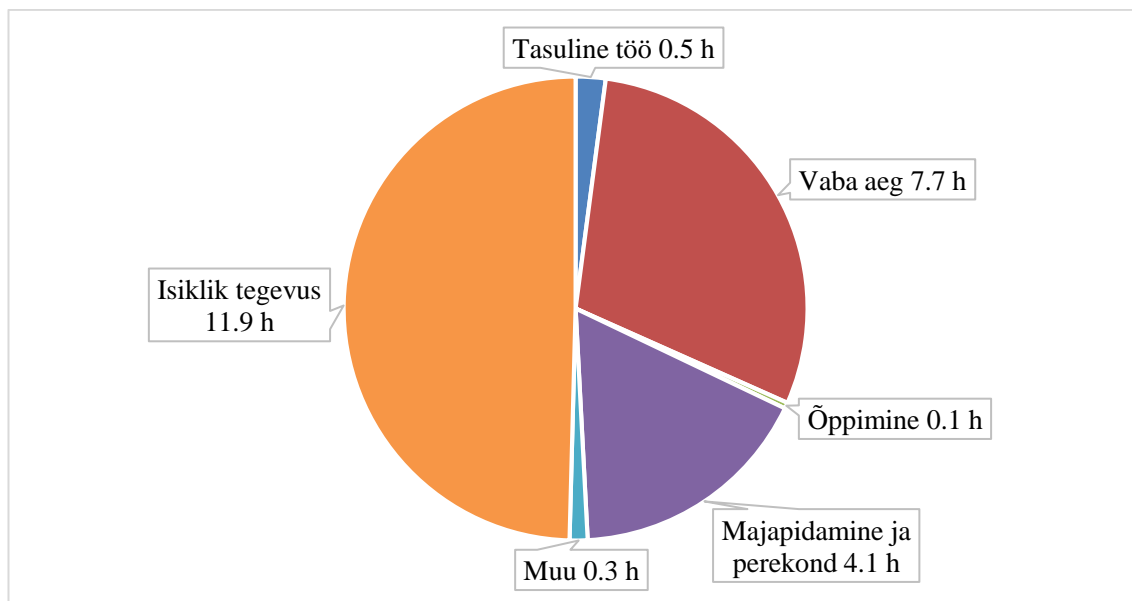
Mõiste vaba aeg (i.k *leisure*) tuleneb ladinakeelsest sõnast *liser*, mis tähendab lubama või võimaldama (Taylor, 2011, lk 16). Sotsioloogia sõnastik defineerib mõistet vaba aeg, kui peale lõpetatud vajalikke tegevusi (näiteks töö) aega (Scott & Marshall, 2009, lk 412).

Vaba aeg tähendab vabadust ja sisaldab valikuid. Need on vabatahtlikult valitud tegevused, mis rikastavad vaimu ja füüsi. (McLean *et al.*, 2018, lk 24) Russel (2017, lk 16) toob välja, et vaba aega saab liigitada:

- kohustustest vabaks ajaks;
- rekreatiivseteks tegevusteks;
- eriliseks vaimseks seisundiks.

Parker (viidatud Cordes, 2013, lk 4 vahendusel) defineerib vaba aega kui igapäevaevastest kohustustest järele jäänud aega. Igapäevakohustuste alla kuuluvad sellised tegevused nagu töötamine, magamine ja söömine. Need tegevused on inimese heaolu säilitamiseks ja rahuldamiseks vajalikud tegevused. (Leitner & Leitner, 2012, lk 3)

Eesti rahvastiku ajakasutuse uuringust selgus, et puudega inimestel jääb peale isiklike tegevusi, tasulist tööd, õppimist, majapidamist ja perekonda vaba aega 7 tundi ja 7 minutit (Rahno, 2012, lk 96). Joonisel 4 on välja toodud puudega inimeste ööpäevane ajakasutus tundides.



**Joonis 3.** Puudega inimeste ööpäevane ajakasutus, 2009 – 2010. Allikas: Rahno, 2012, lk 96.

Vaba aeg kui rekreatiivsed tegevused tähendab töö, perekonna ja ühiskonna kohustustest vabal ajal lõõgastavad, meelelahutuslikud või loomingilised tegevused (Dumazedier, viidatud Taylor, 2011, lk 17 vahendusel). Selleks võivad olla televiisori vaatamine, lugemine, jalgrattaga sõitmine, käsitöö, millegi küpsetamine jne (Russel, 2017, lk 16).

Lövgren ja Rosqvist (2015) uurisid Rootsis hoolekandeasutuses vaimse puudega inimeste vaba aja kasutust. Vaimse puudega inimesed kasutasid tööst vabat aega: töönädala ettevalmistamiseks, majapidamistöodeks ja mingil määral ka sportimiseks. Osad käsid tantsimas, kalal või veetsid aega arvuti mängude mängides. (Lövgren & Rosqvist, 2015, lk 258–269).

Vaba aja tähendus sõltub kohast, ajast ja inimestest. Vaba aega on inimestel rohkem pühade ajal, puhkepäevadel ja puhkuse ajal. (Russel, 2017, lk 21) Tribe (2016, lk 78) toob välja, et Euroopa Liidu töötajad puhkavad 4 – 5 nädalat aastas ja Ameerika Ühendriikides iga aastane puhkus on kaks nädalat.

Vabatahtlikult valitud tegevused liigitatakse vaba aja tegevuste alla, olenemata kas nad on nauditavad või ei. Kohustuslikud tegevused liigitatakse tööks. Üldiselt töö ongi inimeste jaoks kohustus, kuid Neulingeri vaba aja mudeli järgi saab töö olla ka nauditav

vaba aja tegevus (vt tabel 2). Kas töö on nauding või kohustus, oleneb inimese sisemisest ja välisest motivatsioonist. (Leitner & Leitner, 2012, lk 5)

**Tabel 2.** Neulingeri vaba aja mudel

| Tunnetuslik vabadus = vaba aeg |                                 | Tunnetuslik piirang = mitte vaba aeg |                                 |
|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|
| Puhas vaba aeg                 | Sisemine motivatsioon           | Puhas töö                            | Sisemine motivatsioon           |
| Vaba aeg kui töö               | Sisemine ja väline motivatsioon | Töö kui palgatöö                     | Sisemine ja väline motivatsioon |
| Vaba aeg kui palgatöö          | Väline motivatsioon             | Puhas palgatöö                       | Väline motivatsioon             |

Allikas: Leitner & Leitner, 2012, lk 6

Eelolevas tabelis on välja toodud töö ja vaba aja motivatsiooni tegurid. Puhas vaba aeg ja puhas töö on ajendatud sisemisest motivatsioonist ehk inimene teeb seda mis talle kõige rohkem rõõmu pakub. Välisest motivatsioonist tulenevad tegevused tähendavad vabalt valitud tegevusi, kuid on motiveeritud üksnes osalemisega saadud hüvest/tasust. Sisemise ja välise motivatsiooni tegevused on inimese jaoks nauditavad, kuid lisaks naudingule ja rõõmule kaasneb sellega ka mingi tasu/hüvitis (*Ibid.*, lk 7).

Patterson ja Peggi (2009, lk 397) uuringust selgus, et puuetega inimesed osalesid pühendumist nõudvates vaba aja tegevustes, mis aja jooksul muutusid tõsiseks hobiks ja asendasid tööd. Tasuna pakkus taolistes tegevustes osalemine tunnustust, julgustust, sügavat rahuldust ja isegi rahalist tasu.

Kokkuvõttes saab öelda, et vaba aeg omab inimestele erinevaid tähendusi Vaba aeg koosneb meelelahutusest, puhkusest ja lõõgastusest. See on aeg mil inimene saab tegeleda talle enim rõõmu pakkuvate tegevustega, millega võib kaasneda ka tasu.

### 1.3. Ülevaade rekreatsiooni erinevatest käsitlustest

Järgnevas alapeatükis tuuakse välja rekreatsiooni erinevaid käsitlusi. Samuti toetudes mitmetele uuringutele, antakse töös ülevaade puuetega inimeste vajadustest ja võimalustest osaleda rekreatiivsetes tegevustes.

Inglise keelne sõna „recreation“ tuleneb ladina sõnast *recreatio*, mis tähendab tervist taastama või värskendama. Ajaloolisest aspektist oli rekreatsioon tegevus, mis võimaldas

pärast tööd energiat taastada, et naasta tööle puhanuna. (Mc Lean *et al.*, 2018, lk 17) Aristoteli arvates on rekreatsioon üks vaba aja osa. Ta oli veendunud, et rekreatsioon peab sisaldama selliseid tegevusi, mis pakub inimesele sügavat rahuldust mitte ei ole põgus meelelahutuslik nauding. (Cordes, 2013, lk 8)

Rekreatsioon on kohustustest vabal ajal kogetav ja nauditav tegevus, milles inimene osaleb vabatahtlikult (McLean *et al.*, 2018, lk 18). Igapäevastest kohustustest järele jäänud vaba aega saab sisustada koduste ja väliste rekreatiivsete tegevustega. Kodused tegevused on lugemine, televiisori vaatamine, raadio või muusika kuulamine, lugemine aiandus, lauamängude mängimine või arvutis olemine. Välised tegevused on erinevad sportlikud tegevused, meelelahutuslikud tegevused, vaatamisväärsuste külastamine, reisimine või hasartmängud. (Tribe, 2016, lk 3–6) Saar ja Poll OÜ (2016, lk 122) uuringus osalenud Tallinnas elavad puuetega inimesed töid välja, et vabal ajal käiakse kinos, kohvikus, näitustel ja teistel meelelahutuslikel üritustel.

Tänapäeval rekreatiivsed tegevused mitte ainult ei paku inimestele lõõgastust ja erinevaid tegevusi vaid võivad sisalda nii füüsilist kui vaimset pingutust nõudvaid tegevusi. McLean *et al.*, (2018, lk 20) toovad välja, et rekreatsiooni saab nautida suurtel üritustel vaatajana või osalejana, mõnele on rekreatsiooni tegevused eluaegne hobi, kuid on ka neid kes ühe korra proovivad. Samuti võib rekreatsioon olla ühiskonna huvides tegutsevate asutuste võrgustikk, milleks võivad olla päevakeskused, puuetega inimeste töötoad või rehabilitatsiooni keskused (*Ibid*, lk 20). Organisatsioonide eesmärk on pakkuda puuetega inimestele vabaaja-, meelelahutuse- ja sporditegevust ehk erilist rekreatsiooni. Erilise rekreatsiooni teenuste raames pakutavad tegevused ei ole ainult osalejatele nauditavad ja rahulolu pakkuvad, vaid rikastavad ka puuetega inimeste elu. (Hodgkinson, 2013, lk 148 ).

Aastatel 2012–2014 Hollandis (Amersfoortis ja Maastrichtis), Ungaris (Budapestis) ja Eestis (Tallinnas) läbiviidud uurimisprojektist selgus, et puuetega inimesed peavad erinevate huvialadega tegelemist väga oluliseks. Paljud inimesed on väga aktiivsed: laulavad kooris, osalevad usu või kunstiga seotud tegevustes, õppivad võõrkeeli, spordivad jne. (Wilken *et al.*, 2015, lk 47)

Inimesed osalevad rekreatiivsetes tegevustes erinevatel põhjustel. Myrphy (viidatud McLean *et al.*, 2018, lk 19) toob välja mitmeid käitumis motiive, rekreatiivsete tegevustega tegelemisel:

- sotsialiseeruv käitumine-tegevused mis sisaldavad suhtlemist teiste inimestega;
- assotsiatiivne käitumine- ühiste huvigruppidega inimeste tegevused;
- võistlev käitumine-tegevused mis nõuavad füüsilist pingutust või sisemist/välist motivatsiooni;
- riskikäitumine-tegevused millega võib kaasneda vigastus või surm;
- avastav käitumine- tegevused mille käigus inimesed avastavad või kogevad midagi uut.

Puuetega inimeste osalemist rekreatiivsetes tegevustes on uurinud Badia, Orgaz, Verdugo, Ullán, ja Martinez (2013). Uuringus osalenud puuetega inimesed tõid välja, et osalemist vabaajategevuses mõjutab materiaalne, emotsionaalne ja füüsiline heaolu. Isiklikud (vanus, sugu) ja keskkonnast (elu- või asukoht) tulenevad muutujad ei mõjuta suhtumist vabaajategevusse. (Badia *et al.*, 2013, lk 539 – 541).

Patterson ja Pegg (2009, lk 399) uuringust selgus, et puuetega inimeste osalemine vaba aja tegevustes tõstab enesikindlust ja enesehinangut. Samuti on see üks võimalustest luua uusi sotsiaalseid võrgustike sõprade ja tuttavate loomiseks. Adam (2017, lk 138) uuring toob välja, et takistustel või piirangutel on väga suur mõju puuetega inimeste motivatsioonile osaleda vaba aja tegevustes. Kas osaleda või takistustest üle saada oleneb tegevustest saadud rahuldusest.

Antud alapeatükist selgus, et rekreatsioon on vaba aja tegevus. Tegevused võivad olla kodused kui ka välised. Neid saab nautida üksi või seltskonnaga. Rekreatiivseid tegevusi saab harrastada ja nautida erinevates organisatsioonides. Puuetega inimesed peavad väga oluliseks erinevate huvialadega tegelemist ning osalemist vabaajategevuses mõjutab materiaalne, emotsionaalne ja füüsiline heaolu.

### 1.3.1. Terapeutiline rekreatsioon

Terapeutilise rekreatsiooni eesmärk on parandada või säilitada inimeste tervisliku seisundit, elukvaliteeti ja/või funktsionaalset suutlikust. Ajalooliselt pakuti terapeutilist rekreatsiooni haiglates ja ainult puudega inimeste raviks ja hoolduseks. Tänapäeval mõistetakse terapeutilise rekreatsiooni all protsesse, kus kasutatakse rekreatiivseid ja eksperimentaalseid sekkumisi, eesmärgiga parandada inimeste tervist, funktsionaalseid võimalusi ja elu kvaliteeti. Terapeutiline rekreatsioon koosneb programmidest, mida pakutakse nii avalikus kui erasektoris ja on kättesaadav kõigile inimestele, kes seda vajavad. (Carter & Van Andel, 2011, lk 4–9).

Grey ja Greben (viidatud Carter & Van Andel, 2011, lk 5 vahendusel) defineerisid terapeutilist rekreatsiooni kui heaolust või enesega rahulolust tulenevat seisundit, mis tugevdab enesehinnangut ning ei sõltu inimese aktiivsusest, vaba ajast ja ühiskonna tunnustamisest.

Terapeutilise eesmärkide saavutamiseks on välja töötatud mitmeid praktilisi terapeutilisi programme. Terapeutilistes rekreatiivsetes programmides osalemine aitab inimesel (Daly & Kunstler, 2013, lk 198):

- toime tulla erinevate tervisekahjustustega;
- taastada liikumisvõimet;
- raskes olukorras „jääda iseendaks“;
- tunda kontrolli olukorra üle ja teha valikuid;
- katsetada uusi õpitud oskusi turvalises ja toetavas keskkonnas.

Terapeutilise rekreatsiooni mudelid on vaba aja oskuse mudel, tervise edendamise ja hoidmise mudel, teenuse mudel ning tulemi mudel (Daly & Kuntsler, 2013, lk 205–207):

- vaba aja oskuse mudel sisaldab abi, õpetamist ja osalemist rekreatiivsetes tegevustes. Teenuse kasutajad liiguvad teenuselt-teenusele, mille tulemusena nad saavutavad suurema kontrolli enda võimete ja oskuste üle ning seeläbi saavad ise otsustada milliste vaba aja tegevustes nad tahavad tegeleda;
- tervise edendamise mudelit kasutatakse põhiliselt ravi eesmärgil. Tegevused mida raviks kasutatakse sõltuvad inimese probleemist;

- osalemise mudel on pikaajaline protsess, mis sisaldab diagnoosi või hinnangut inimese kohta, ravi või rehabilitatsiooni, teadmiste või oskuste õpetamist ning tervise edendamist;
- tulemi mudel põhineb ideel, et olenemata tervislikust seisundist, püütakse saavutada inimese täisväärtuslik elukvaliteet.

Antud alapeatükis selgus, et terapeutiline rekreatsioon on protsess, mille käigus parandatakse inimese tervist, funktsionaalseid võimalusi või elu kvaliteeti. Välja töötatud terapeutilised programmid aitavad inimestel toime tulla erinevate tervisekahjustustega.

## **2. UURIMUS PUUETEGA INIMESTE REKREATSIOONIVÕIMALUSTEST MULGI VALLAS**

### **2.1. Ülevaade Mulgi vallast ja seal pakutavatest huvi- ja vabaaja tegevustest**

Mulgi vald moodustus 24. oktoobril 2017. aastal Viljandi maakonda jäävate Mõisaküla linna, Karksi valla, Abja valla ja Halliste valla liitumisel. 1. Jaanuari 2017 aasta seisuga elas Abja vallas 2173 inimest, Halliste vallas 1487 inimest, Karksi vallas 3347 inimest ja Mõisaküla linnas 784 inimest, kokku 7791 inimest (Vabariigi valitsuse ..., 2017, lk 10). Mulgi valla keskus on Abja-Paluoja. Mulgi valla keskustes on elanikele loodud mitmed võimalused tegeleda huvi-kultuuri ja sporditegevusega.

Mulgi valla Abja keskuses on kultuurimaja, kaks raamatukogu, muuseum ning spordi- ja tervisekeskus. Abja Gümnaasiumi juures on valgustatud tervisespordirada. Spordi- ja tervisekeskuses saab kasutada vee- ja saunakeskuse teenuseid. Abja piirkonnas on kaks raamatukogu: Abja ja Kamara. Raamatukogus saab lisaks raamatute ja ajakirjade laenutamisele kasutada ka arvuteid. Kultuurimajas tegutsevad naistantsurühmad, naiskoorid, naisansambel, showtantsutrupp, line-ja kõhutants. Eakatel on klubi „Meelespea“, mille raames tegutseb kapell ja memmede tantsurühm. (Abja Vallavolikogu, 2007, lk 11–13) Lisaks huvitegevusega tegelemisele pakub kultuurikeskus mitmeid meelelahutuslike üritusi nagu tantsuõhtud, kontserdid, mälumängud, näitused jne (Abja Vallavolikogu, 2007, lk 1). Lisaks eelpool mainitud asutustele tegutseb Abja-Paluoja keskuses Abja Päevakeskus, mis pakub samuti võimalust tegeleda huvi- ja vabaaja tegevusega ning lisaks juhendatakse puuetega inimeste ühingu tegevust. Päevakeskuses on võimalus osaleda erinevates töötubades. (Abja Vallavolikogu, 2009)

Mõisaküla piirkonna vaba aja veetmise asutusteks on kultuurimaja, raamatukogu, muuseum ja kirikute kogudused. Kultuurimajas korraldatakse erinevaid kultuuriüritusi: kontserdid, näitused, teatrietendused jne. Huviringides on võimalik kaasa lüüa vokaal- ja rahvamuusikaansmablis, tantsuringis, aeroobikaringis, võimlemisingis ja teatriringis. Mõisaküla muuseumis on arvel 18 009 museaali. Regulaarselt korraldatakse ja esitletakse näitusi. Kirikute kogudusi on Mõisaküla üksuses neli: Eesti Evangeelse Luterliku Kiriku Mõisaküla kogudus, Uusapostliku Kiriku kogudus, Eesti Kristliku Nelipühi Kiriku kogudus ja Eesti Apostliku Õigeususe Kiriku Mõisaküla kogudus. (Mõisaküla ..., 2015, lk 18–21)

Halliste piirkonnas on vaba aja asutusteks kolm rahvamaja, üks seltsimaja, kaks rahvatuba ning kaks raamatukogu. Huviringides on võimalik kaasa lüüa naisraivatantsu rühmades, käsitööringis ja ravivõimlemises. Samuti tegutseb kord kuus Klubi 60+. ([www.halliste.ee](http://www.halliste.ee))

Karksi-Nuia piirkonnas on neli külamaja: Sudiste, Tuhalaane, Lilli ja Karksi. Karksi külamaja juures tegutseb raamatukogu, taaskasutuskeskus ja muuseumitoad. Sudiste, Tuhalaane ja Lilli külamajade juures on samuti võimalus kasutada raamatukogu ja interneti teenuseid. Karksi-Nuia kultuurikeskuses tegutsevad järgmised huviringid: vokaalansambel, segaansambel, naistantsurühm, tervisevõimlemine, käsitööring ja näitering. Kultuurikeskuses korraldatakse kaks korda kuus näitusi ja kino seansse. Samuti on võimalus osaleda tantsuõhtutel, kontserditel ja pühapäevaste kohtumistel tuntud inimestega. (Karksi ..., 2014, lk 27–28) Raamatukogus korraldatakse raamatunäitusi, kohtumisi Eesti kirjanikega ja reisimuljeid käivad rääkimas ka teiste valdkondade inimesed. Lisaks on Karksi-Nuia raamatukogus võimalus kasutada ka arvuteid. ([www.raamatukogu.karksi.ee](http://www.raamatukogu.karksi.ee))

Tervise- ja harrastusspordiga saab Karksi-Nuia üksuses tegeleda August Kitzbergi nimelise Gümnaasiumi spordikompleksis, kus saab ujuda ning kaks korda nädalas toimuvad ka vesivõimlemise tunnid. Samuti on aastaringiselt võimalik kasutada DiscGolfi rada ja 1, 4 km pikkust Sokaoru terviserada. (Karksi ..., 2014, lk 37)

## 2.2. Uurimismetoodika ja valim

Antud uuringu sihtrühmaks on Mulgi vallas elavad puuetega inimesed. Mulgi valda on registreeritud Lõuna Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühing ja Karksi valla Puuetega Inimeste Ühing, kelle liikmed (70 inimest) pidid moodustama antud uurimuse valimi. Andmete kogumise käigus selgus, et osadel ühingu liikmetel ei ole tuvastatud puuet, samuti oli liikmeid kellel 2016. aasta tööreformi käigus oli puue ära võetud. Lisaks oli inimesi, kes ei soovinud uuringus osaleda, pidades seda ajaraiskamiseks. Sellega seonduvalt otsustas töö autor kaasata uuringusse ka eelpool mainitud ühingutesse mitte kuuluvad Mulgi vallas elavad puuetega inimesed, kes olid nõus osalema uuringus.

Teadasaamaks Mulgi vallas elavate puuetega inimeste arvu (vanuses 18+), esitas töö autor päringu Sotsiaalkindlustusametisse. Seisuga 31.12.2017.a oli Mulgi vallas puudega elanikke vanusegrupis 18-64 alljärgnevalt (Mariina Vilu, e-kiri, 11.04.2018):

- keskmine puue -352 inimesel;
- raske puue -231 inimesel;
- sügav puue-43 inimesel.

Vanusegrupis 65+ oli puudega elanike arv alljärgnev (*Ibid*):

- keskmine puue-165 inimesel;
- raske puue-474 inimesel;
- sügav puue-102 inimesel.

Uurimuse läbiviimiseks kasutati kvantitatiivset uurimismeetodit. Andmete kogumise meetoditest kasutati ankeetküsitlust selgitamaks välja, missuguste rekreatiivsete tegevustega puuetega inimesed Mulgi vallas tegelevad ning kas ja missugustest tegevustest tuntakse puudust.

Ankeetküsimustiku küsimused koosnesid suletud, avatud ja valikvastustega küsimustest. (Õunapuu, 2014, lk 160) Ankeetküsitlusega on vastajatelt võimalik saada faktilisi andmeid ning informatsiooni käitumise ja suhtumise kohta (Dörnyei, 2014, lk 8). Kuna uuringu sihtrühmaks on puuetega inimesed ja osadel inimestel võib olla probleem suulise

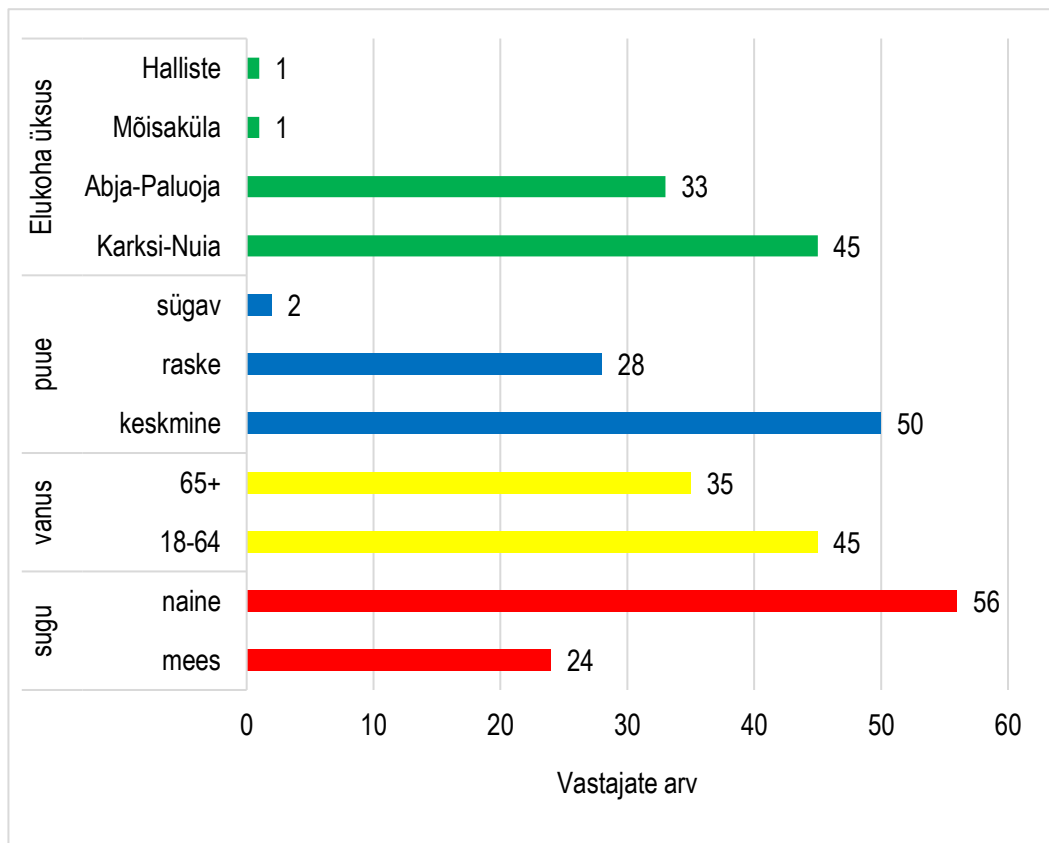
väljendusega, siis ankeedi täitmine on neile lihtsam, kuna nad saavad kulutada nii palju aega kui nad seda vajavad (Chasteauneuf, 2010, lk 779).

Uuringus kasutati autori poolt koostatud ankeetküsitlust (vt lisa 1), mis koosnes 19 küsimusest. Ankeedis olid suletud, avatud, valikvastustega ja hinnanguskaalal põhinevad küsimused. Ankeetküsitluse koostamisel kasutati eelnevates samalaadsetest uuringutes kasutatud küsimusi ja uuritavate näitajate teoreetilistes allikates välja toodud liigitusi ning mõõdikuid, mis kohandati vastavalt käesoleva töö eesmärgile. Iga küsimuse vastuste käsitlemisel tuuakse välja ka vastava küsimuse ülesehituse põhjendus. Ankeetküsitluse valmides tehti läbi testvastamine. Testvastamine viidi läbi Abja Päevakeskuses, 13. märtsil 2018. aastal Lõuna-Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühingu viie liikmega. Uurimuse jaoks muudeti mõningate küsimuste sõnastust ja lisati rekreatsiooni tähendus. Põhiuuring viidi läbi 14.03.2018–31.03.2018. Ankeetküsitlus koostati paberkandjal ja elektroonselt LimeSurvey keskkonnas. Ankeetküsitluse link pandi üles sihtgrupile Lõuna-Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühingu kodulehele. Lisaks oli küsimutiku link üleval Mõisaküla linna kodulehel. Küsimustiku link oli aktiivne 14.03.2018–31.03.2018.

Kirjaliku ankeetküsitluse jaoks kasutas uurija kontaktisikute abi, kes vahendasid küsimustiku uurija ja uuritavate vahel. Kontaktisikuteks olid Lõuna-Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühingu juhataja ja Karksi valla Puuetega Inimeste Ühingu liige. Peale ankeetide täitmist tagastasid uuritavad ankeedi, suletud ümbrikus, mille uurija on ankeedile lisanud kontaktisikutele. Lisaks kontaktisikutele kasutas töö autor respondentide leidmiseks teadaolevaid otsekontakte ja sotsiaalmeedia kanalit Facebook. Kuna puue on konfidentsiaalne info, oli sihtrühmale ligi pääsemine raskendatud. Seepärast jagati uuringut sotsiaalmeediakanali Facebook Mulgi valla kogukonnalehtedel, mis võimaldas ligi pääseda elanikkonnale laiemalt, ning kust puuetega inimesed võisid küsimustiku ise leida ning sellele anonüümselt vastata. Paberkandjal laekus 47 ankeeti ja LimeSurvey keskkonnas 33. Kirjaliku ankeetküsitluse andmed, sisestas töö autor LimeSurvey keskkonda. Kirjaliku ja veebipõhise küsimustiku küsimused olid samad.

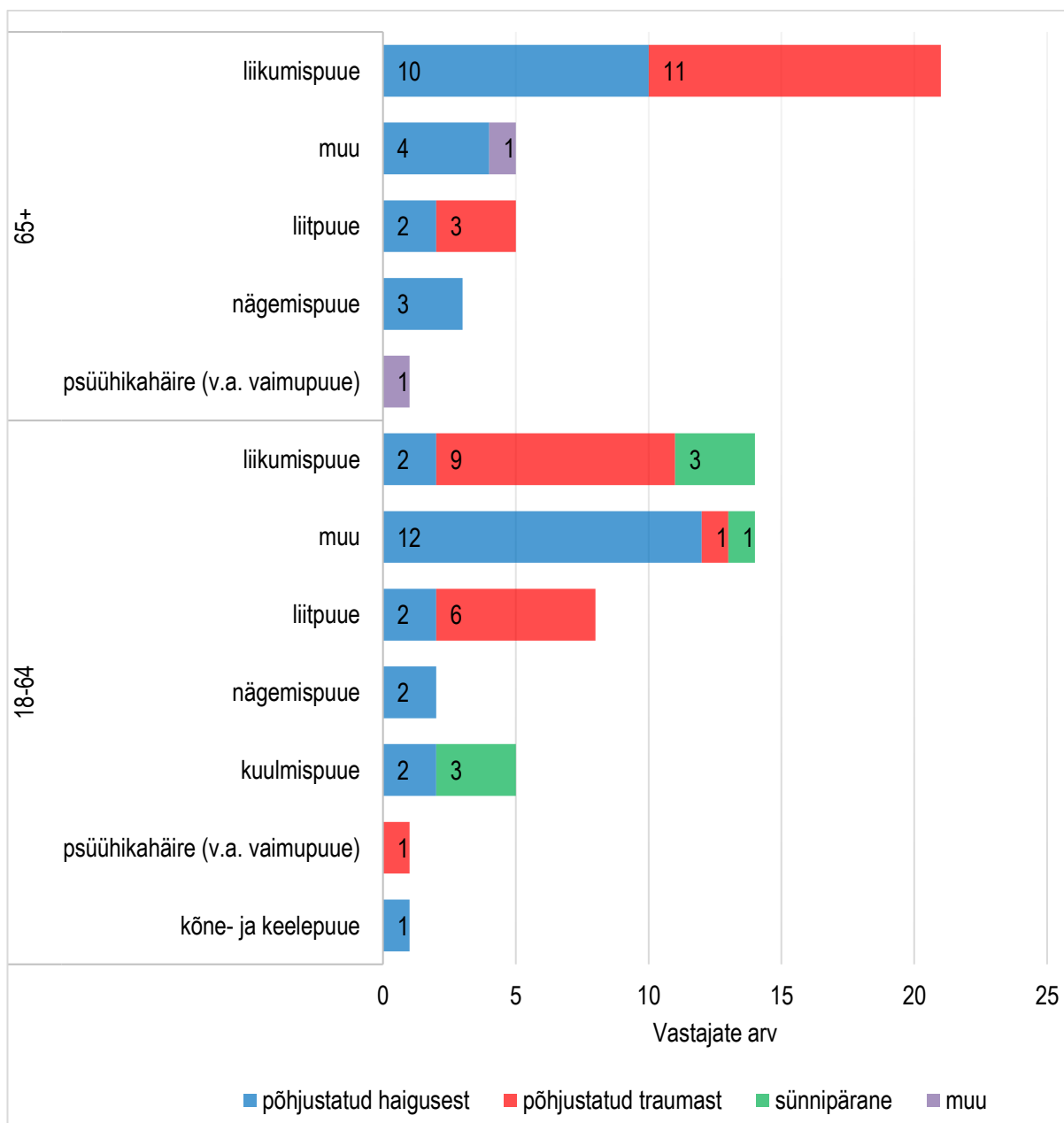
Ankeetküsitlusega kogutud andmed analüüsiti tabelarvutusprogrammiga MS Excel, mis võimaldas uuringu tulemused esitada jooniste ja tabeliten. Avatud küsimuste juures kasutati sisuanalüüsi.

Uuringus osales 80 inimest, kellest 70% olid naised ja 30% mehed. Noorim uuringus osaleja oli 18 aastane ja vanim 84 aastane. Keskmiseks vanuseks oli 59,4 aastat. Vanuselisel jagunes valim kaheks: 18-64 aastaseid oli 56% ning 65 aastaseid ja vanemaid 44%. Uuringus osalenutest 56% elab Karksi-Nuia üksuses, 41% elab Abja üksuses ning Hallistes ja Mõisakülas elab 3% kogu vastajatest. Respondentidest 63% oli tuvastatud keskmine puue, raske puue oli 35% kogu vastajatest ja sügav puue oli 3% (vt joonis 4).



**Joonis 4.** Respondentide jagunemine elukoha, vanuse, soo ja puuete lõikes (autori koostatud)

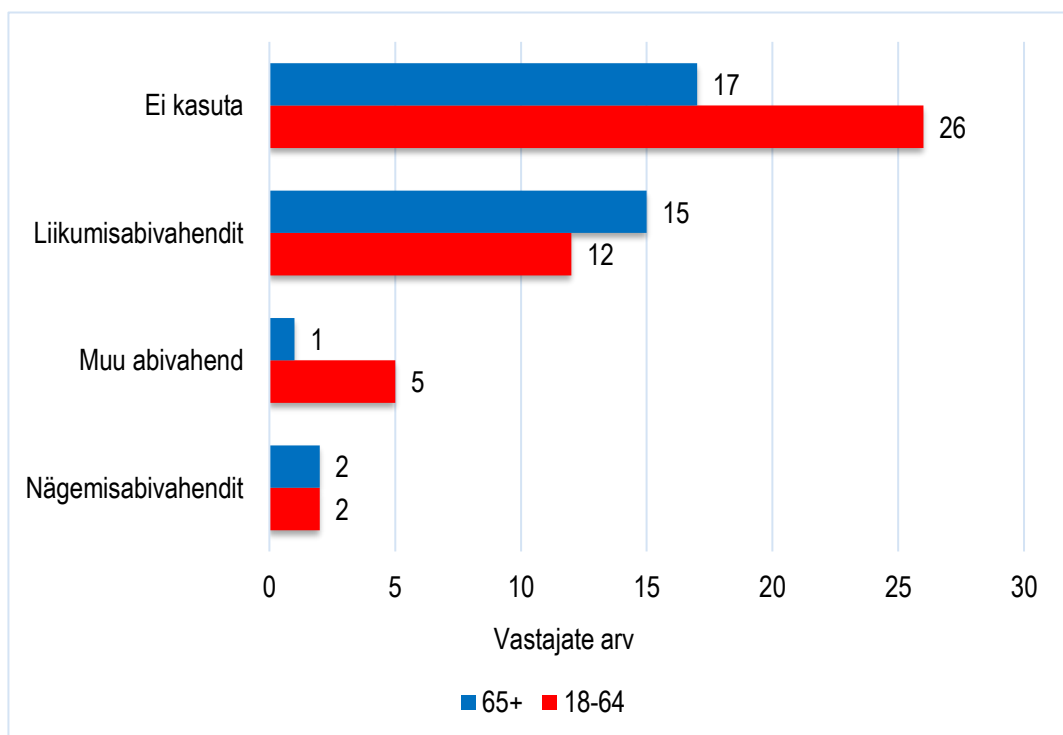
Joonisel 5 toob autor välja uuringus osalenud inimeste puude liigi ja selle tekkimise põhjuse. 50% vastajatest märkis puude põhjuseks haiguse, 39% vastanutest oli märkinud puude põhjuseks trauma, sünnipärane oli märgitud 9% vastajatest ning muu oli valinud 3% isikuid. Vastusevarianti „muu“ täiendas kaks inimest. Üks inimene ei soovinud küsimusele vastata ja teine vastaja lisas, et arsti diagnoosi kohaselt on puude tekke põhjus ebaselge.



**Joonis 5.** Puude liik ja tekkimise põhjus (autori koostatud)

Puude liikidest oli enim (44%) liikumispuudega inimesi, muu puudega inimesi oli 24% ning 16% oli liitpuudega inimesi. Ülekaalukas haiguse või trauma tagajärjel tekkinud puude osakaal võrreldes sünnipärase puudega peegeldab võimalikku sarnast vahekorda ka elanikkonnas laiemalt. Taolise tekkepõhjusega puude puhul on oluline tervise taastamistöö, milleks võimaluste loomise tähtsusest saadud tulemus märku annab.

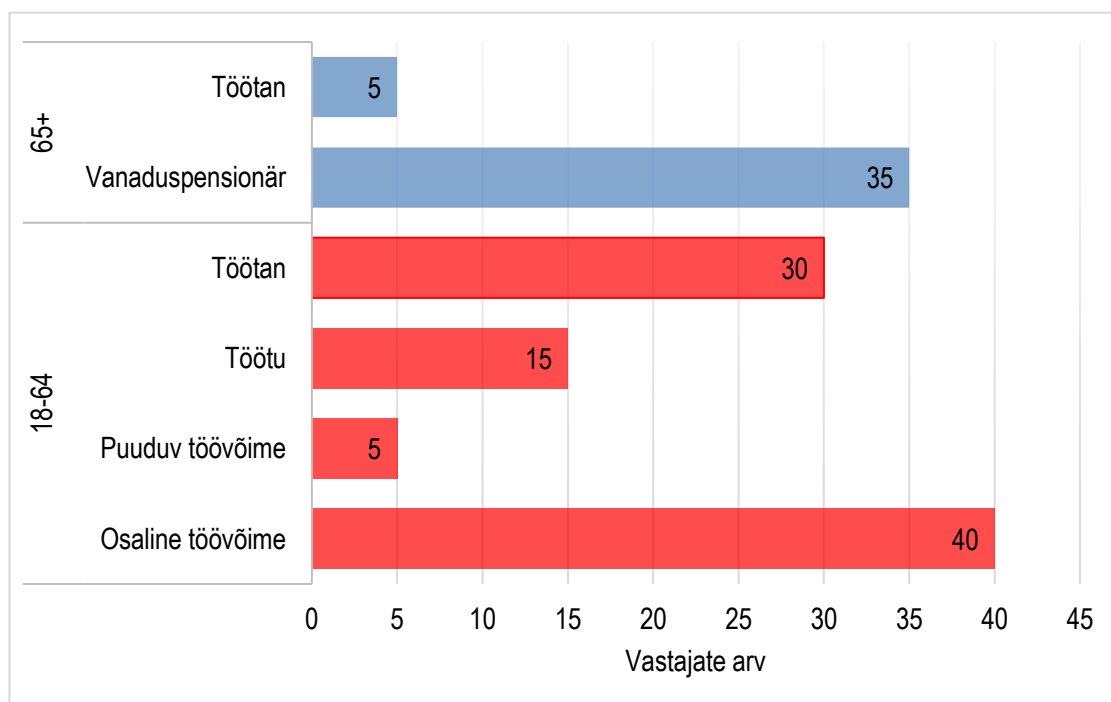
Abivahendi kasutamise küsimuses said vastajad valida liikumisabivahendi, kommunikatsiooni ja nägemisabivahendi vahel. Samuti oli lisatud variant „ei kasuta“ ja „muu“. Vastustest selgus, et üle poole vastanutest (54%) ei kasuta abivahendit (vt joonis 6). Enim kasutatav abivahend on liikumisabivahend mida kasutab 34% vastajatest. Nägemisabivahendit kasutab 5% vastajatest ning 8% vastajatest märkis „muu“ abivahendi. Vastusevariandile „muu“ lisati, et kasutatakse tugitaldasid, äratusekella (kurtidele), kuuldeaparaate ja muid kuulmisega seotud abivahendeid. Suur liikumisvahendi kasutajate osakaal annab märku ligipääsu abistruktuuride, nagu kaldteed, liftid, tõstukid, ja muu taoline, vajadusest. Liikumisabivahendite ja muude puuetega inimeste abivahendite kasutajate eripärad avalike teenuste ja vaba aja veetmise võimaluste kasutamisel ja neile ligipääsul peaksid olema silmas peetud ja võimaldatud, et aidata kaasa puuetega inimeste kaasatusele ja integreeritusele ühiskonnas.



**Joonis 6.** Abivahendite kasutamine (autori koostatud)

Joonisel 7 on välja toodud uuringus osalenud puuetega inimeste töövõime. Uuringu tulemustest selgus, et 18-64 aastaste seas on osalise töövõimega 50% vastanutest, kellest 38% on tööturul aktiivsed. 18-64 aastaste seas töötuid puudega inimesi on 19%. 65

aastaste ja vanemate seas on vanaduspensionäre 44%, kellest 6% töötavad. Tööealistest puuetega vastanutest (50) omasid kas täielikku või osalist töövõimet 45 vastajat, kellest töötavana märkis end 30 (67%). Märkimisväärne mittetöötavate inimeste hulk (33%) töövõimet omavate puuetega inimeste seas annab märku tööturule sisenemise probleemist. Probleemi võivad põhjustada erinevad asjaolud, nagu saadaolevate töövõimaluste ebasobivus puuetega inimeste eripäradega, tööandjate valmiduse puudumine töövõimalusi kohandada või puuetega inimesi värvata, või puuetega inimeste motivatsiooni või kohanemisvõime puudus.



**Joonis 7.** Respondentide töövõime (autori koostatud)

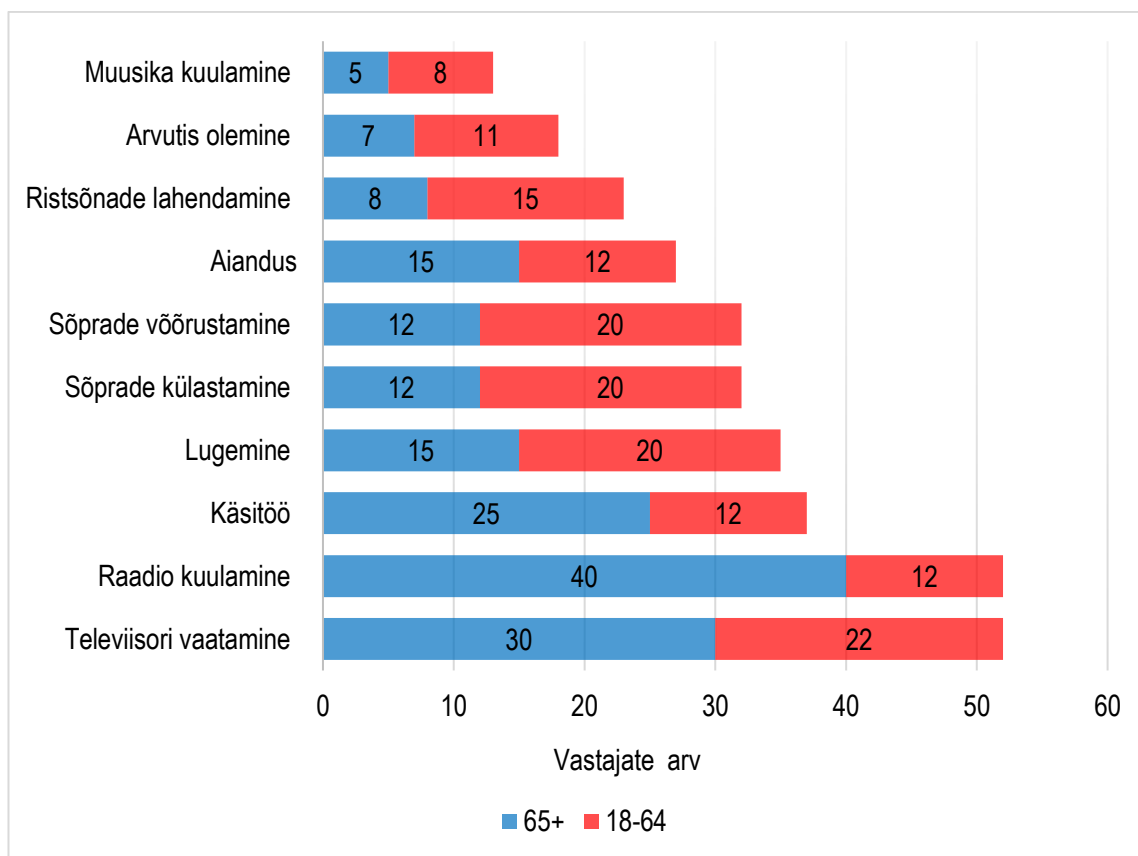
Tööturule sisenemise probleemi põhjuste välja selgitamiseks tuleks teha eraldi süvauuring, et anda soovitusi probleemi leevendamiseks. Tööturul osalemine on oluliseks indikaatoriks puuetega inimeste sotsiaalse aktiivsuse ja ühiskonnas kohanemise hindamisel, kuna nõuab ja hõlmab samu tegureid ja eeldusi – motivatsiooni, valmidust ja võimet sotsiaalsetest tegevustest osa võtta.

## 2.3. Uurimistulemused

Uuringus osalejatel paluti vastata, kas nad kuuluvad mõnda puuetega inimeste ühingusse. Tulemustest selgus, et 68% ei kuulu ja 32% kuulub puuetega inimeste ühingusse või liitu. Lõuna-Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühingusse kuulub 19 vastajat, viis inimest kuulub Karksi valla Puuetega Inimeste Ühingusse ning kaks vastajat on Viljandi kurtide klubi liikmed. Tulemustest saab järeldada, et paljud puuetega inimesed on kas vähe informeeritud võimalusest kuuluda ühingutesse või puudub neil selleks soov. Viimase põhjuseks võib olla motiveerivate tegurite puudus, mistõttu ei näha ühingusse astumisel mõtet ega kasu. Ühingutesse kuulumisega on puuetega inimestel võimalus osaleda erinevatel koolitustel ja ühisüritustel, samuti saab kaasa rääkida neid mõjutavate avalike ja poliitiliste protsesside osas.

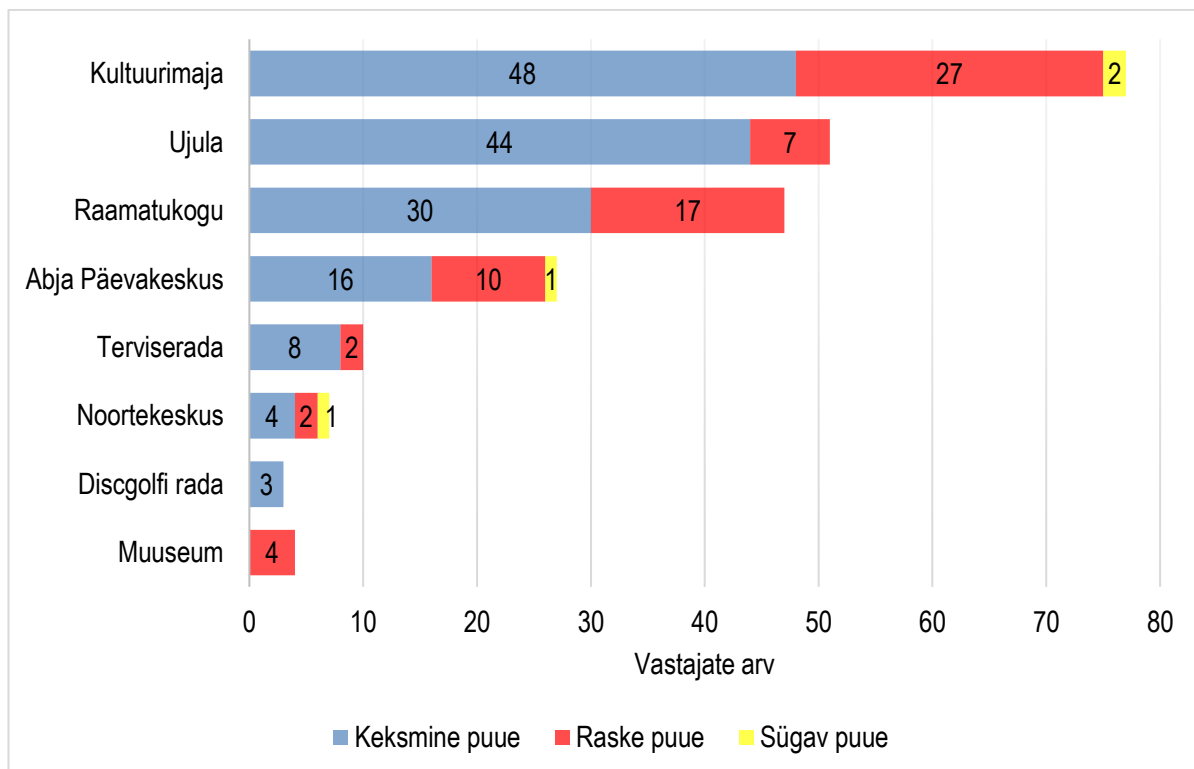
Järgnevalt sooviti välja selgitada puuetega inimeste koduseid vaba aja tegevused, et anda ülevaade ise ette võetavatest nende erinevatest vaba aja tegevuste eelistustest. Vastusevariantideks oli antud 11 tegevust (vt. joonis 8). Tegevuste loetelu oli võetud Tribe (2012, lk 3) ja Rahno (2012, lk 96) allikast. Lisatud oli ka variant „muu“, mis võimaldas vastajal lisada loetelus puuduv vaba aja tegevus. Kõige populaarsemateks tegevusteks osutusid televiisori vaatamine ja raadio kuulamine, mida valis 65% kogu vastajatest. Populaarsusest kolmas tegevus oli käsitöö, mida valis 46% kogu vastajatest. Vastusevariandile „muu“ vastas 4% kogu vastajatest. Lisati kodused tegevused nagu lastega mängimine, võimlemine ja sport.

Kui võrrelda vanuseliselt puuetega inimeste koduseid tegevusi, siis saab välja tuua, et 18-64 aastased puuetega inimesed (63%) võõrustavad või külastavad kõige meelsamini sõpru, lahendavad ristsõnu (65%) ja loevad (57%). Samas kui 65aastaste ja vanemate vastajate seas oli kõige populaarsem kodune vaba aja veetmisviis raadio kuulamine (77%), käsitöö (68%), televiisori vaatamine (58%) ja aiandusega tegelemine (56%). Tulemused näitavad, et oluline osa igapäevastest kodustest vaba aja tegevustest on pigem passiivsed ja mittesotsiaalsed tegevused. Inimestega suhtlemist hõlmasid rohkem tegevused, nagu sõprade külastamine või võõrustamine, mida esines rohkem 18-64 aastaste vastanute hulgas.



**Joonis 8.** Kodused vaba aja tegevused (autori koostatud)

Selgitamaks välja, kus asutustes puuetega inimesed oma vaba aega väljaspool kodu veedavad, anti vastajatele võimalus valida 30 Mulgi valla asutuse hulgast. Samuti oli lisatud vastusevariant „muu“, mis lubas vastajal lisada asutus, mida valikuvariantide hulgas välja toodud ei olnud. Uuringust tuli välja (vt joonis 9), et kõige populaarsemad vaba aja veetmise kohad on kultuurikeskused (96%), ujulad (64%), raamatukogud (51%), ning Abja Päevakeskus 34 (%). Abja Päevakeskust külastavad pigem 65 aastased ja vanemad (30%) ja ujulat 18-64 aastased (53%). Vastuseavarianti „muu“ valis 24% kogu vastajatest. 4% vastajatest ei külasta ühtegi vastusevariantides välja toodud asutust, 9% lisas MTÜ Mulgi Ukuvakk, kirikus käib 6%, eakate vestlusringis 4% ning üks vastaja on vabatahtlk ringluskeskuses „Semula“.



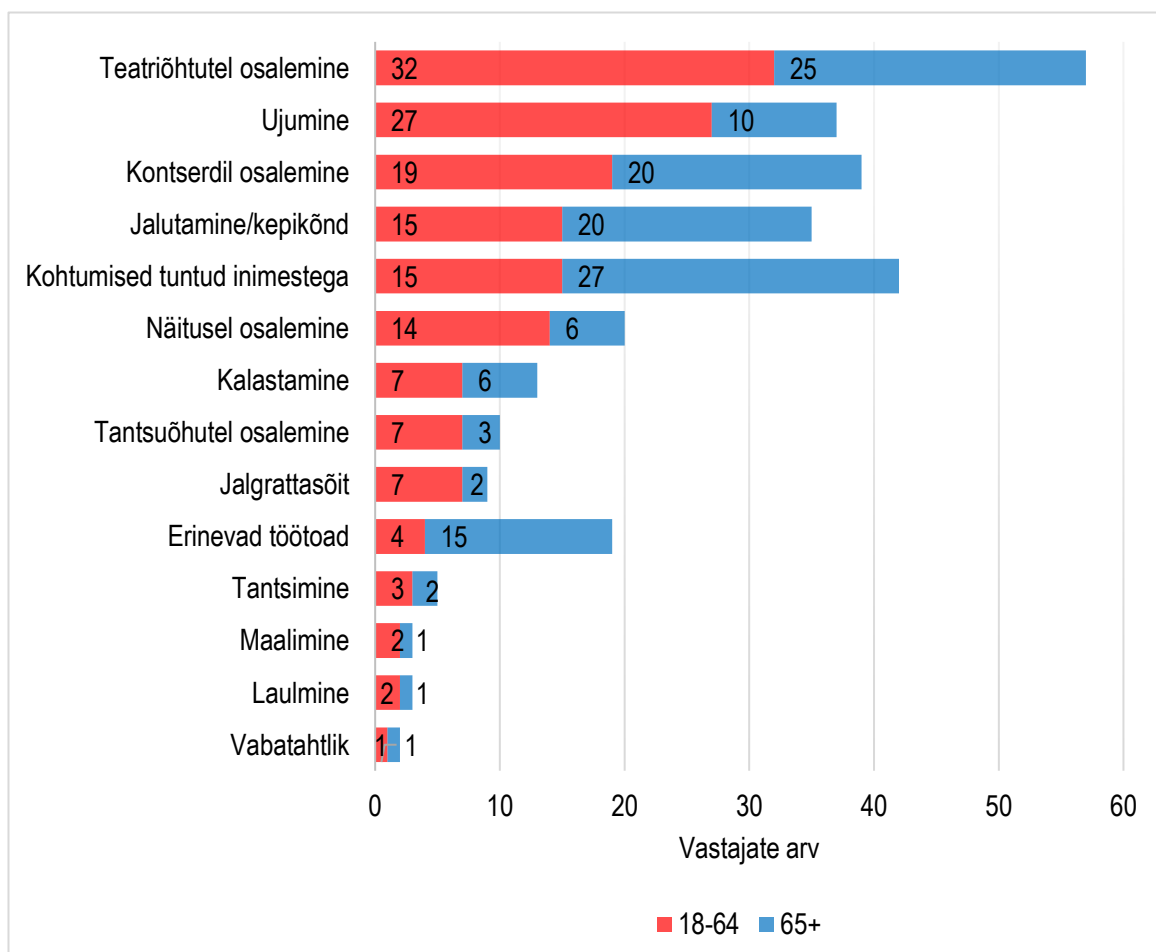
**Joonis 9.** Külastatavad vaba aja veetmise asutused (autori koostatud)

Vastajatel oli võimalus välja tuua, kas neil on esinenud probleeme vaba aja tegevusi pakkuvatesse asutustesse ligipääsuga. 75% kõikidest vastanutest ei olnud probleeme ligipääsetavusega. Ühel korral toodi välja Abja raamatukogu, kultuurimaja, noortekeskus ja ujula. Kahel korral mainiti Abja terviserada ja viiel korral Karksi-Nuia ujulat. Viimase puhul toodi peamise probleemina välja basseini sisenemine. Lisaks mainiti veel ära käsipuude ja kaldteede puudus või halb seisukord.

Järgnevalt sooviti välja selgitada, milliste tegevustega puuetega inimesed tegelevad väljaspool kodu. Ette oli antud 18 tegevust, millega saab Mulgi valla üksustes tegeleda. Lisatud oli ka vastusevariant „muu“, mis võimaldas vastajatel lisada vaba aja tegevusi. Uuringust tuli välja (vt joonis 10), et kõige enam (71%) käivad puuetega inimesed teatri etendusi vaatamas, kohtumistel tuntud inimestega (53%), kontserditel (49%) ning ujumas (46%). Kõige vähem tegeletakse maalimise, laulmise ja vabatahtlikuks olemisega. Fotograafia ja joogaga ei tegele üksi uuringus osaleja. Vastusevariandile „muu“ lisati

neljal korral vesiaeroobika. Samuti lisati trummide õppimist, mesindusega tegelemist, Wii mängukonsooli tantsumänge, discgolfi ning üks vastaja ei tegele millegagi.

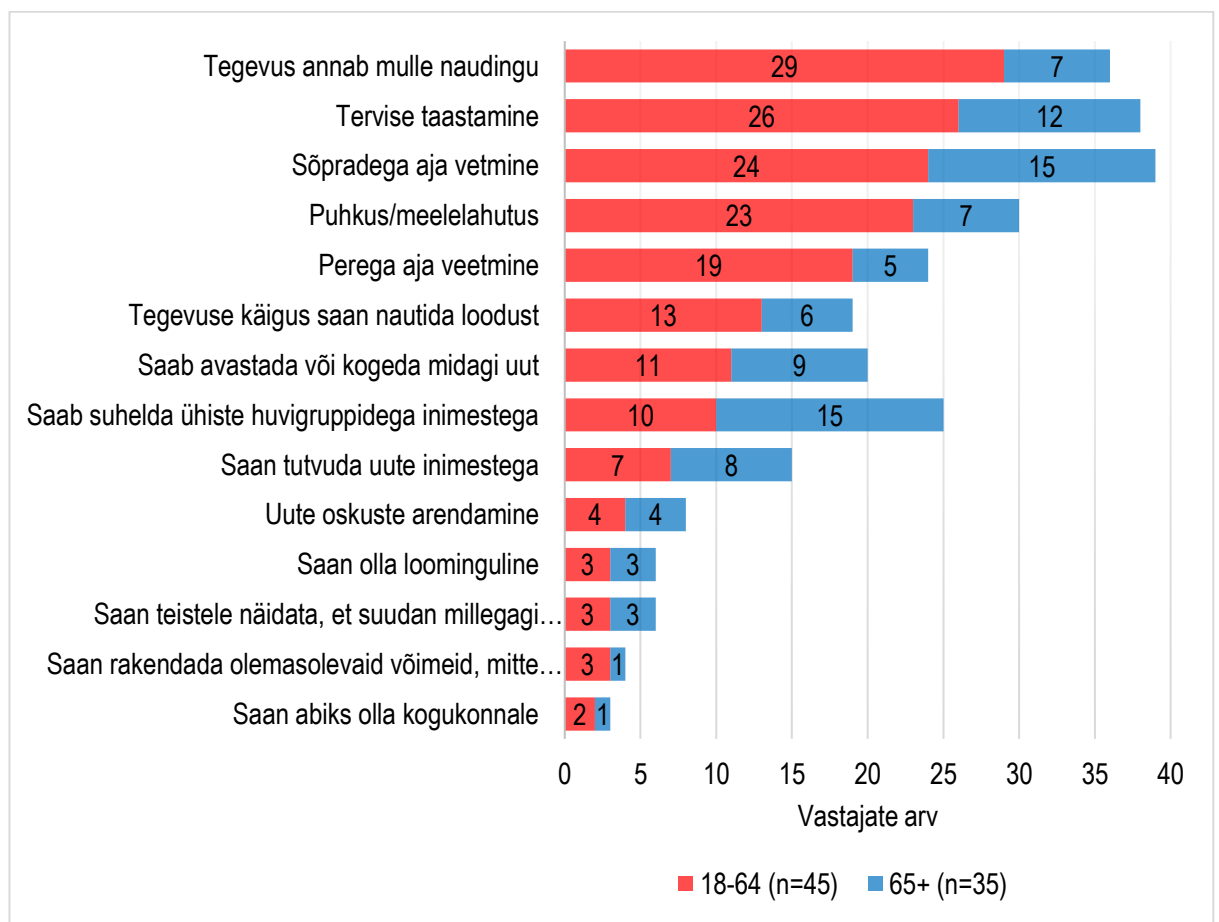
Ka väljaspool kodu enim harrastatavad vaba aja tegevused on suures osas pigem sotsiaalselt ja omapoolse panustamise poolest passiivsed, nagu teatrietenduste ja kontsertide külastamine. Ujumine ja kõndimas käimine nõuavad küll suuremat panust, kuid ei hõlma ilmselt olulist sotsialiseerumise aspekti. Sotsiaalselt aktiivsemaid tegevusi, nagu vabatahtlik tegevus, töötubades osalemine, laulmine ja tantsimine, valiti märkimisväärselt vähe. Selle põhjuseks võib olla puuetega inimestele sobivate sotsiaalselt aktiivsemate võimaluste pakkumise vähesus, puuetega inimeste motivatsiooni puudus taolistest tegevustest osa võtta või ebasoosiv üldine suhtumine ja omaksvõtmatus ühiskonnas.



**Joonis 10.** Pakutavate tegevustega tegelemine Mulgi vallas (autori koostatud)

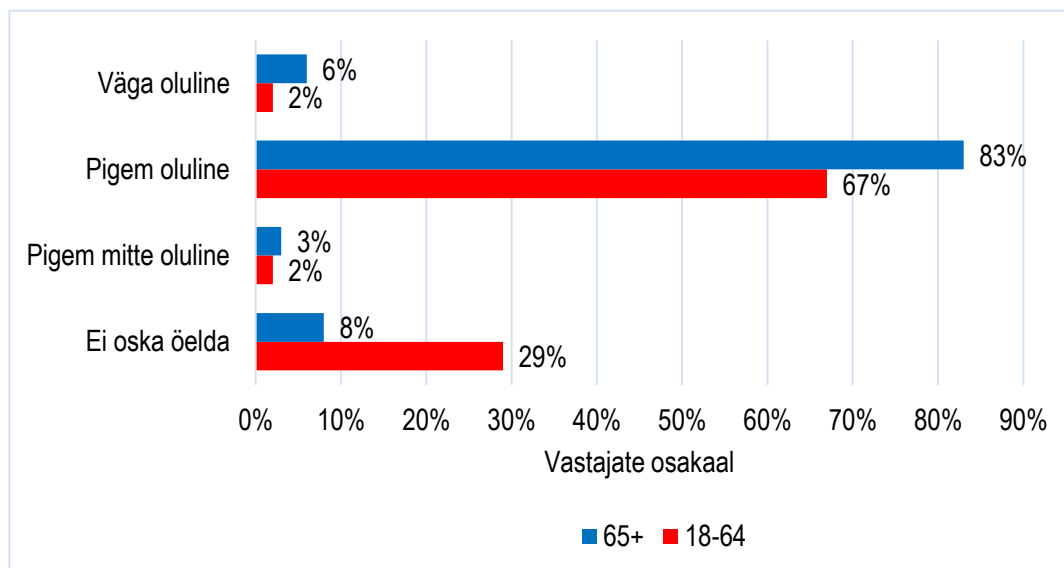
Põhjusi, miks inimesed tegelevad erinevate tegevustega on mitmeid. Joonis 11 annab ülevaate erinevate vaba aja tegevustega tegelemise motiveerivatest teguritest. Motivatsiooni tegurid võeti Silgu (2017, lk 55) ja Adam (2017, lk 135–136) allikast ning kohandati vastavalt käesoleva töö eesmärgile.

Kui puuetega inimesi vanuses 65 ja vanemad motiveerib enim võimalus sõpradega aega veeta (43%), suhelda ühiste huvigruppide inimestega (43%) ja taastada tervist (34%), siis puuetega inimesed vanuses 18 – 64 vastasid, et suurimateks motivaatoriteks on tegevuse nauditavus (64%), tervise taastamine (58%), sõprade (53%) ja perega aja veetmine (42%) ning meelelahutus (51%). Teemad nagu eneseareng ja ühiskonda panustamine on vähem olulised mõlemas vanusegrupis, mis annab märku täisväärtusliku ühiskonnas osalemise ja selles panustamise vähesest väärtustamisest ning võimalikust käegalöömisest selles osas.



**Joonis 11.** Motivatsioonid vanuserühma lõikes (autori koostatud)

Erinevate huvialadega tegelemise olulisust hinnati enamasti pigem oluliseks (vt joonis 12). Üksikud vastajad pidasid seda kas väga oluliseks või pigem mitte oluliseks. Vastust „üldse pole oluline“ ei valinud keegi. Arvamus puudus 29% vastanutel vanuses 18-64 ja 8% vanuses 65 ja vanemad.

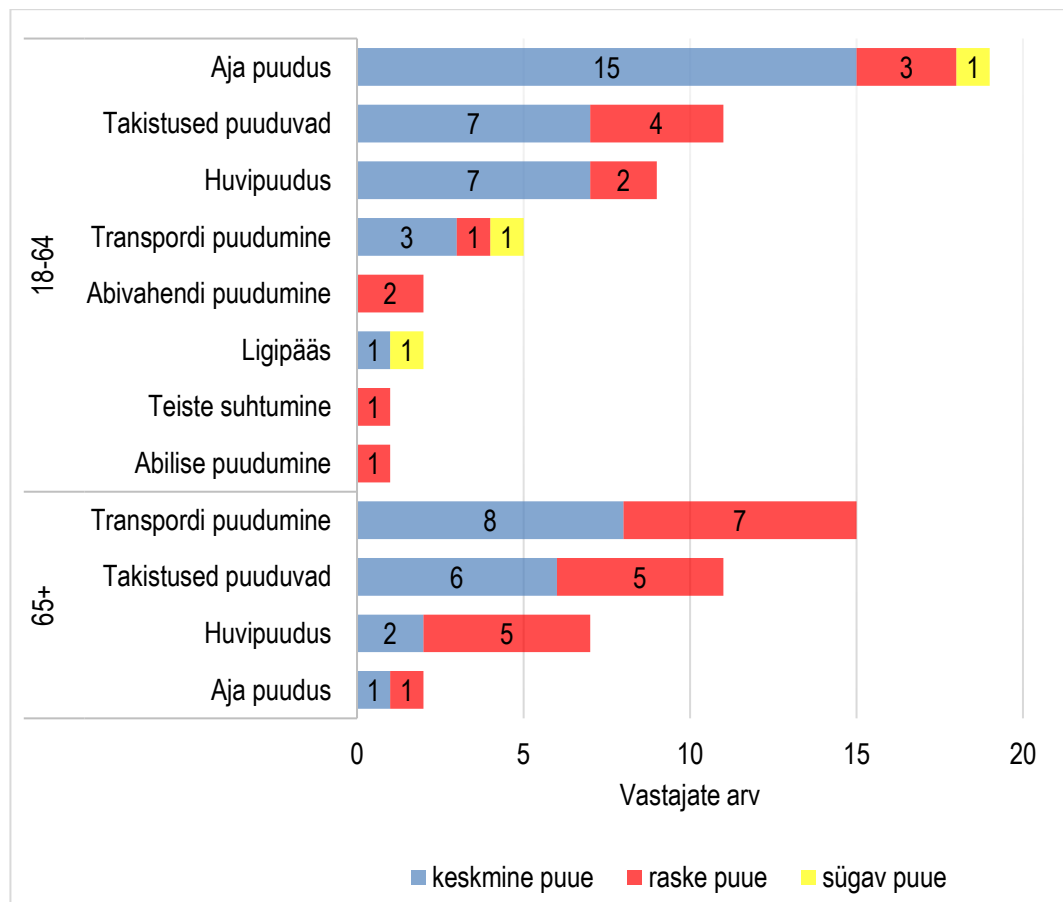


**Joonis 12.** Huvialadega tegelemise olulisus (autori koostatud)

Järgnevalt sooviti teada saada, kas respondentide arvates on Mulgi valla üksustes piisavalt tegevusi puuetega inimestele. Karksi-Nuia üksuse kohta avaldas arvamust 44 inimest, kellest 40 oli pakutavate võimalustega rahul ja 4 arvas, et võimalusi võiks rohkem olla. Abja üksuse puhul pidas võimalusi piisavaks 38 inimest 41-st ja 3 vastajat soovis rohkem tegevusi. 2 inimest 3-st oli rahul Mõisaküla üksuses pakutavate võimalustega ja 1 leidis, et võimalusi on vähe. Välja toodi tegevuste puudus sügava puudega noortele ja liikumispuudega inimestele. Samuti tunti puudust lilleseade või aianduse õpitubadest ja keelekursustest Karksi üksuses.

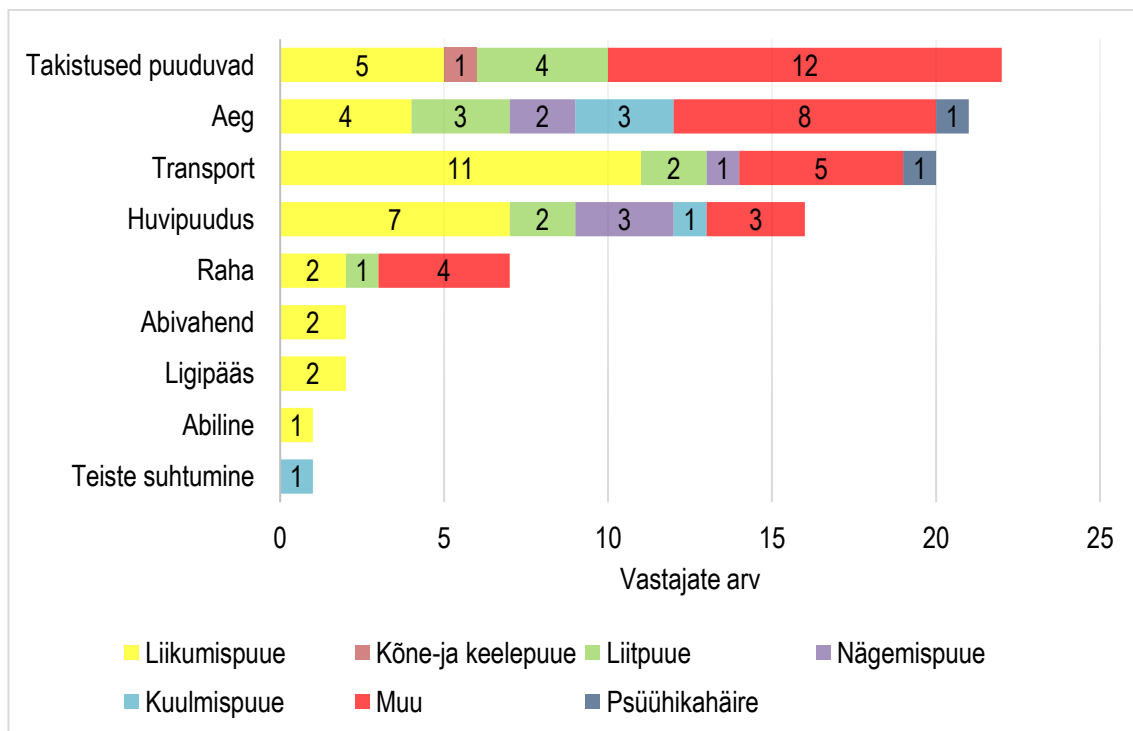
Selgitamaks välja, mis takistab puuetega inimestel saadavalolevaid vaba aja võimalusi kasutada, anti vastajatele üheksa valikvastust. Lisatud oli ka variant „muu“, kus vastajad said lisada loetelust puuduva takistuse. 18-64 aastaste vastanute suurimateks takistusteks (vt joonis 13) on ajapuudus (42%), huvipuudus (20%) ja transpordi puudus (11%). 65 aastastel ja vanemate puhul on peamiseks takistuseks transport (43%) ja huvipuudus (20%). Takistused puuduvad 24% 18-64 aastastel ja 31% 65 aastastel ja vanematel.

Vastusevariandile „muu“ lisati 7 korral rahaprobleem või tegevuste kulukus. Samuti toodi välja transpordiprobleem maakohtades elavatel inimestel, ligipääsutakistus ratastooli kasutajatel ning raskus leida isiklikku abistajat Karksi-Nuia üksuses. Probleemina mainiti ka tervislikku seisundit, osalemisraskust kõneprobleemiga ja üldist suhtumist puudega inimestesse. Võrdlemisi suur huvipuuduse väljatoomine annab märku kas atraktiivsete tegevuste vähesusest või motivatsiooni puudusest saadavalolevaid võimalusi kasutada.



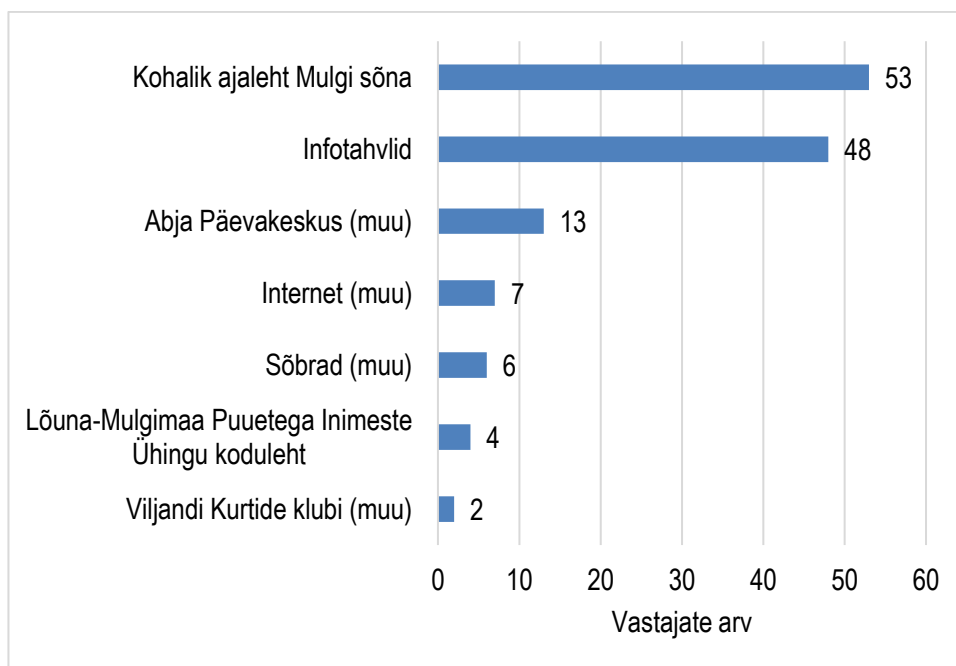
**Joonis 13.** Takistused vaba aja veetmise võimaluste kasutamisel (autori koostatud)

Joonisel 14 on välja toodud vaba aja veetmise võimaluste takistused puudeliigi lõikes. Kõige enam tõid takistusi välja liikumispuudega ja muu puudega inimesed. Muu puudega inimesed tõid välja aja puuduse ja transpordi, mis oli ka psüühikahärega inimeste suurimad takistused. Liikumispuudega inimestele on suurim takistus samuti transport ning huvipuudus. Nägemispuudega inimeste suurim takistus on huvipuudus. Kokkuvõttes on nende, kel huvi ja aega leidub, peamisteks takistusteks pakutavatest vaba aja veetmise võimalustest osa võtmisel transport ja raha.



**Joonis 14.** Takistused vaba aja veetmise võimaluste kasutamisel puudeliigi lõikes (autori koostatud)

Järgnevalt sooviti välja selgitada peamised allikad, kust puuetega inimesed saavad informatsiooni neid huvitavate tegevuste kohta, et saada ülevaade puuetega inimeste teavitamise võimalustest. Valikuvariantideks oli antud nelja üksuse infotahvlid, kohalik ajaleht Mulgi Sõna ja Lõuna-Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühingu koduleht. Lisatud oli ka vastusevariant „muu“. Uuringu tulemustest selgus (vt joonis 15), et 66% kõigist vastajatest, saab informatsiooni neid huvitavate tegevuste kohta kohalikust ajalehest Mulgi Sõna. Karksi-Nuia invotahvlilt saavad informatsiooni 31% ja Abja üksuse infotahvlilt 25% vastanutest. Lõuna-Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühingu kodulehelt saavad vajaliku informatsiooni 5% vastanutest. Vastusevariandile „muu“ lisati, et informatsiooni saadakse internetist, tuttavatel, ema käest, sõpradelt, Viljandi Kurtide klubist ja Abja Päevakeskusest.



**Joonis 15.** Informatsiooni allikad (autori koostatud)

Kokkuvõtteks võib öelda, et uuringu tulemused andsid vastuse uurimisküsimusele, millega sooviti välja selgitada puuetega inimeste vaba aja veetmise võimalused ja nende piisavus Mulgi vallas. Tulemustest selgus, et puuetega inimesed osalevad üksustes pakutavates huvi- ja vaba aja tegevustes ning pakutavate võimalustega rahulolematust väljendati vähe. Uuringus osalenud puuetega inimesed olid küll enamasti rahul üksustes pakutavate vaba aja tegevustega, kuid välja toodi ka tegevusi, millest tuntakse puudust. Näiteks märgiti ära aianduse ja lilleseade õpitoad, keelekursused Karksi-Nuia üksuses ning sooviti rohkem tegevusi puuetega noortele. Suurimate takistustena Mulgi vallas pakutavatest vaba aja veetmise võimalustest osa võtmisel toodi välja probleem asutustesse ligipääsuga, transpordivõimalustega ja finantsiliste vahenditega. Erinevates tegevustes osaletakse eelkõige tervise taastamise, naudingu saamise ja millegi uue kogemise eesmärgil.

## 2.4. Järeldused ja ettepanekud

Käesolev uurimus püüab välja selgitada, kuivõrd osalevad Mulgi valla puuetega inimesed saadavalolevates vaba aja veetmise võimalustes, kas pakutavate võimaluste hulk on piisav ja millised on takistused nende võimaluste kasutamisel. Tulemuste põhjal

soovitakse anda soovitusi puuetega inimeste võimaluste parendamiseks ühiskonnas osalemisel ja nende elukvaliteedi tõstmisel.

Uuringus osales 80 inimest, 45 vastajat vanuses 18-64, 7,2% registreeritud koguhulgast vallas (626 inimest) ja 35 vastajat vanuses 65 ja vanemad, 4,7% registreeritud koguhulgast vallas (741 inimest). Valimi suurus ei luba teha põhjapanevaid üldistusi puuetega inimeste olukorra kohta vallas, kuid näitab ära mitmed olulised mõjutegurid uurimisküsimustes.

Patterson ja Pegg (2009, lk 388) toovad välja, et puuetega inimeste sotsiaalset aktiivsust ja osalemist ühiskonnas mõjutavad nende igapäevased tegevusharjumised – passiivsed tegevused, mis ei hõlma panustamist, pühendumist ja mõttetööd, pärivad oluliselt nende taht ja ettevõtlikust ühiskonnas osalemisel. Rahno (2012, lk 99) Eestis läbi viidud puuetega inimeste ajakasutust käsitlevas uuringust selgus, et puuetega inimesed sisustavad oma aega enamasti just lugedes ning raadiot ja muusikat kuulates. Käesoleva uuringu tulemused andsid kinnitust, et peamisteks tegevusharjumusteks on pigem passiivsed tegevused, millest populaarseimad olid televiisori vaatamine ja muusika kuulamine. Patterson ja Pegg (2009, lk 387) uuringu kohaselt, tingivad puuetega inimeste passiivsuse eelkõige eelarvamused ja suhtumine neisse, mistõttu on puuetega inimeste kaasamine ja neile võimaluste pakkumine ühiskonnas tagaplaanil. Ühtlasi pärhib puuetega inimeste omaksvõtmatust nende enesekindlust ja motivatsiooni ise osavõtlikum olla (Patterson & Pegg, 2009, lk 396).

Mitmete puuetega inimeste võimalusi käsitlevate uuringute põhjal on puuetega inimeste vaba aja veetmise võimalustest osa võtmise olulisteks takistusteks raha puudus ja transpordi- ning ligipääsuprobleem. (Saar ja Poll OÜ, 2016, lk 122; Rahno, 2012, lk 101) Transpordiprobleem oli esikohal ka käesoleva uuringu tulemustes, samuti toodi korduvalt välja rahaprobleemi. Viimast selgitab, et vaid 44% uuritavatest töötavad, mis ühtlasi annab alust arvata, et lisaks vaba aja veetmise võimalustes osalemisele on piiratud ka puuetega inimeste osalemine tööturul.

Käesoleva uurimistöo autori soovitusel on sündmuste korraldamisel ja tegevuste ning avalike võimaluste pakkumisel suuremat tähelepanu pöörata puuetega inimeste

kaasamisele ja nende vajadustega arvestamisele. Oluliseks osaks selles on teavitustöö, et üldine suhtumine ja teadlikkus muutuks arvestavamaks puuetega inimeste kohalolu suhtes meie hulgas. Hirmu inimeste suhtumise ees puuetega inimestesse toodi välja nii käesolevas uuringus kui varasemates samalaadsetes uuringutes Eestis (Saar ja Poll OÜ, 2016, lk 122). Laialdasem info, ligipääsuvõimaluse ja vajadusel muu eriabiga varustamine, vastavalt pakutava eripäradele, aitaks lisaks juurdepääsu toetamisele teadvustada ja normaliseerida puuetega inimeste kohalolu ühiskonnas. Omavalitsuse tasandil võiks puuetega inimeste kaasamist toetada ka vastavad seadusemuudatused, mille on soovitusena välja toonud ka Rahno (2012, lk 101).

Käesolevas uuringus osalenute hulgas olid populaarsed vaba aja veetmise võimalusi pakkuvad asutused Mulgi vallas kohalikud kultuurimajad, raamatukogud ja ujulad. Ujulate ja spordivõimaluste pakkujate puhul toodi välja ligipääsuprobleemi, eriti basseini pääsemisel ujulas. Siinkohal soovib töö autor taoliste võimaluste pakkujate tähelepanu pöörata puuetega inimestega arvestamise silmas pidamisele. Veesport on liikumiskustega inimestele üheks toetavamaks treeninguvõimaluseks, seega võiks pääs basseini olla lihtsama vaevaga ja toetavamalt võimaldatud. Muidugi on samamoodi oluline ligipääsu võimaldamine ka kõigile muudele avalikele teenustele ja asutustele, millest käesolevas uuringus toodi probleemseks välja näiteks Abja raamatukogu, kultuurimaja, noortekeskus, terviserada ja ujula ning Karksi-Nuia ujula.

Abja üksuses oli populaarseks külastatavaks asutuseks Abja päevakeskus, mis on kokkusaamiskohaks Lõuna-Mulgimaa puuetega inimeste ühingu liikmetele. See viitab, et taoline kohtumispaik võiks olla väärtuslik ka teistes üksustes. Nii sedalaadi päevakeskustes kui muudes olemasolevates kultuuriasutustes võiks puuetega inimeste kaasamisele abiks olla neile soodsate tegevuste korraldamine või nende osalema julgustamine olemasolevates tegevustes, pakkudes vajalikku tuge, ligipääsu- ja transpordivõimalusi, soodsamat osalustasu ja tehes toetavat teavitustööd.

Olulisemad motiveerivad tegurid puuetega inimeste vaba aja veetmise võimaluste valikul olid käesoleva uuringu põhjal seotud tervise, suhtlusvõimaluste, tegevusnaudinguga, meelelahutuse ja millegi uue kogemisega. Adam (2017, lk 138) uuringu kohaselt on puuetega inimeste motivatsioon peamiseks ja määravaks teguriks nende osalusaktiivsusel

ühiskonnas. Motivatsiooni mõju leiti uuringu tulemusel olevat oluliselt suurem takistuste mõjust. Samuti määrab motivatsiooni suurus suhestumise takistustesse ja nende ületamise ning tegevustest saadud rahulduse. Motivatsiooni stimuleerib oma kirg või välised mõjutajad (Adam, 2017, lk 129). Motivatsiooni mõjutavate tegurite kohta soovib käesoleva töö autor viia läbi eraldi uuringu, et välja selgitada, mis aitaks puuetega inimeste osalustahet suurendada.

Patterson ja Pegg (2009, lk 391) uuringu kohaselt, suurendab puuetega inimeste tegevustahet, enesekindlust ja enda väärtustamist ning reaalselt väärtust ühiskonnas osalejana nn tõsiste ja tähendusrikaste vaba aja tegevustega tegelemine, mis ei ole passiivsed, vaid nõuavad pühendumist, aktiivset panustamist ja osalust. Näiteks vabatahtlik töö, mille puhul ei ole uuringu väitel niivõrd oluline, et selle eest tasu ei maksta, kuivõrd on suureks väärtuseks saadavad kogemused, sõbrad, enesekindlus, oskused ja sotsiaalne kaasatus, mis soodustavad ka tööle kandideerimist. Niisiis võiks puuetega inimeste kaasamisel ühiskonda abiks olla neile taoliste pühendumist nõudvamate ja kaasavamate tegevuste valiku pakkumine. Ühtlasi nõuab see tuge, julgustust ja kaasamistööd, et ületada esialgne enesekindluse puudumine ja tõrjutustunne (Patterson & Pegg, 2009, lk 392). Kaasamis- ja teavitustööks sobivate kanalitena selgusid käesolevas uuringus enimkasutatavad infokanalid, nagu kohalik ajaleht, infotahvliid, päevakeskus, puuetega inimeste ühendused ja veebilehed. Käesolevas uuringus selgunud võrdlemisi väike osalusprotsent puuetega inimeste ühingutes (32%) viitab ka arenguruumile ühingute tegevuse aktiivsuses, kus kaasamine ja toe pakkumine saaks toimuda.

Olulist tajutavat puudustunnet vaba aja tegevuste piisavuses puuetega inimeste poolt antud uuringus ei avaldatud. Ebapiisavust väljendas vaid 9% vastanutest. Patterson ja Pegg (2009, lk 398) uuring väidab, et potentsiaalselt väärtuslikke ja meelepäraseid vaba aja veetmise võimalusi, mida ei ole ise järele proovitud, ei osatagi tahta. Sellele viitab ka väga väike vastanute hulk käesolevas uuringus, kes avaldasid soovi tegevusteks, mida Mulgi vallas hetkel saadaval ei ole (4%). Siinkohal on edaspidiseks uurimisvõimaluseks pakkuda uuritavatele välja mujal toimunud tegevusi, mis Mulgi vallas kättesaadavad ei ole, ja küsitleda, kui palju oleks valmidust ja soovi nendest osa võtta. Seeläbi võiks leida,

millised tegevused Mulgi vallas puuetega inimestele võiksid veel võimaldatud ja abiks olla. Üksikute arvamuse avaldajate hulgas toodi soovitatavate tegevustena välja aianduse ja lilleseade õpitoad ning keelekursused Karksi-Nuia üksuses.

Kuna vastajatest ülekaaluka enamuse puue oli tekkinud haiguse või trauma tagajärjel, mitte kaasa sündinud, on nende puhul oluline tervise taastamistöö, sealhulgas ka vaimse tervise ja motivatsiooni taastamine ning kohandamine. Sellele aitavad kaasa terapeutilise rekreatsiooni võimalused. Mulgi vallas on saadaval näiteks vesivõimlemine, mis sedalaadi eesmärki täidab, kuid mille puhul selgus olulise probleemina liikumispuudega inimeste ligipääsutakistus. Lisaks saadaolevate võimaluste kasutustakistuste kõrvaldamisele on seega soovitusena pakkuda Mulgi vallas elavatele puuetega inimestele rohkem tervist ja liikumisvõimet taastavaid ning uusi teadmisi ja oskusi õpetavaid terapeutilise rekreatsiooni võimalusi. Sellised tegevused soodustavad enesearengut, enesekindluse kasvu ja ühiskonda sulandumist.

## KOKKUVÕTE

Rekreatiivsete tegevustega tegelemine on oluline igas eas inimesele, hoolimata erivajadusest või tervislikust seisundist. Puuetega inimeste osalemist rekreatiivsetes tegevustes võivad piirata mitmed tegurid: tervis, elukoht, majanduslik olukord, teiste suhtumine, ligipääs jne. Rekreatiivsed tegevused peavad olema kättesaadav kõigile inimestele.

Töö teoreetilises osas defineeriti mõistet puue ja kes on puuetega inimesed. Anti ülevaade puude raskusastme tuvastamisest, puude liikidest ja puude mudelitest. Samuti anti ülevaade vaba aja ja rekreatsiooni tähendusest. Vaba aega liigitatakse kohustustest vabaks ajaks, erinevateks tegevusteks või eriliseks vaimseks seisundiks. See on aeg mil inimene saab tegeleda talle enim rõõmu pakkuvate tegevustega. Rekreatsioon tähendab tegevusi, mida harrastatakse, kogetakse või nauditakse vabal ajal.

Lõputöö empiirilises osas uuriti Mulgi valla puuetega inimeste rekreatsiooni võimalusi ja vajadusi. Mulgi valla puuetega inimeste seas, viidi läbi kvantitatiivne uuring. Andmete kogumise meetoditest kasutati ankeetküsitlust. Uuringus osales 80 inimest. Uuringus osalemine oli anonüümne.

Uurimusest selgus, et puuetega inimesed vanuses 65 ja vanemad tegelevad kodus rohkem passiivsete tegevustega, nagu televiisori vaatamine, käsitöö ja raadio kuulamine. Samas puuetega inimesed vanuses 18-64 tegelevad rohkem ka sotsialiseeruva iseloomuga tegevustega, milleks on sõprade võõrustamine või küllastamine

Samuti selgus, et uuringus osalenud puuetega inimeste arvates, on nende üksustes pigem piisavalt tegevusi millega tegeleda. Väljaspool kodu vaba aja veetmise võimalusi kasutab

96% kõigist vastanutest. Uuringus osalenud puuetega inimeste kõige populaarsemad vaba aja veetmise kohad on kultuurikeskused, raamatukogud, päevakeskus ning spordi ja tervisekeskused. Takistustena toodi välja raha puudus, transpordiprobleem ning ligipääs avalikele teenustele.

Antud uuringutulemustest selgus, et 74% vastanutest peab rekreatiivsete tegevustega telemist pigem oluliseks. 65 aastaseid ja vanemaid puuetega inimesi, motiveerib rekreatiivsete tegevustega tegelema võimalus sõpradega aega veeta, tervise taastamine ja tegevustest saav nauding. 18-64 aastaste puuetega inimeste suurimateks motivaatoriteks oli tervise taastamine ning meelelahutus.

Lõputöös püstitatud eesmärgid ja ülesanded said täidetud. Käesoleva lõputöö tulemused ja antud soovitused on rakendatavad eelkõige Mulgi vallas vaba aja võimalusi pakkuvate organisatsioonide ja inimeste poolt, kuid väärtuslikud ka kohaliku omavalitsuse jaoks, et näha ja arendada puuetega inimeste olukorda vallas. Üksuste organisatsioonid, kes korraldavad erinevaid tegevusi ja üritusi, võiksid arvestada puuetega inimeste vajaduste ning võimalustega, et aidata neid ühiskonda kaasata ja soodustada üldist omaksvõtvamat suhtumist puuetega inimeste osas. Edaspidi võiks sarnast uuringut läbi viia ka teistes piirkondades. Eraldi uuringu võiks teha motivatsiooni mõjutavate tegurite kohta, mis aitaks välja selgitada puuetega inimeste osalustahet.

## VIIDATUD ALLIKAD

- Abja Vallavolikogu. (2007). *Abja kultuurimaja põhimäärus*. Loetud aadressil <http://abjakultuurimaja.ee/uus/wp-content/uploads/2014/10/p%C3%B5him%C3%A4%C3%A4rus.pdf>
- Abja Vallavolikogu. (2009). *Abja Päevakeskuse põhimäärus*. Loetud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/13249126/htmlisa/13263825>
- Adam, I. (2017). Antecedents to leisure participation among people with physical disability in Ghana. *Managing Sport and Leisure*, 22(2), 127–146, doi:10.1080/23750472.2017.1412268
- Badia, M., Orgaz, M. B., Verdugo, M. Á., Ullán, A. M., & Martinez, M. (2013). Relationships between leisure participation and quality of life of people with developmental disability. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 26, 533–545. doi:10.1111/jar.12052
- Barney, K. W. (2012). Disability simulations: using the social model of disability to update an experiential educational practice. *Schole: A Journal of Leisure Studies and Recreation Education*, 27, 1 – 11.
- Carter, M. J., & Van Andel, G. E. (2011). *Therapeutic recreation. A practical approach*. (4th ed.). Long Grove:Waveland Press, Inc.
- Chasteauneuf, C. (2010). Questionnaires. In A. J. Mills, G. Durepos & E. Wiebe (Eds.), *Encyclopedia of case study research* (pp.769–770). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Cordes, K. A. (2013). *Applications on recreation & leisure. For today and the future* (4th ed.). Urbana: Sagamore Publishing LLC.
- Couser, G.-T. (2011). What disability studies has to offer medical education. *Journal of Medical Humanities*, 32(1), 21–30. doi: 10.1007/s10912-010-9125-1

- Daly, S.F., & Kunstler, R. (2013). Therapeutic recreation. In G.Kassing (Eds), Introduction recreation and leisure (pp. 197 – 216). Location: Human Kinetics
- Dirth, T., & Branscombe, N.,- R. ( 2017). Disability models affect disability policy support through awareness of structural discrimination. *Journal of Social Issues*, 73, 413 – 442. doi:10.1111/josi.12224
- Dörnyei, Z. (2014). *Questionnaires in Second Language Research: Construction, Administration, Processing*. New York: Rotledge
- Eesti töötukassa. (s.a.). *Töövõime hindamine ja töötu toetus*. Loetud aadressil [https://www.tootukassa.ee/sites/tootukassa.ee/files/thv\\_243x174mm\\_ee.pdf](https://www.tootukassa.ee/sites/tootukassa.ee/files/thv_243x174mm_ee.pdf)
- Eskyté, I. (2013). Disability and social work. One feature and three positions. *Social work: Experience and Methods*, 11(1), 69–81. Retrieved from <https://ejournals.vdu.lt/index.php/socialwork/article/download/553/487>
- Hanga., K. (koost). (2013). *ÜRO puuetega inimeste õiguste konventsioon ja puuetega inimeste õigused Eestis*. Loetud aadressil [http://www.epikoda.ee/wp-content/uploads/2012/03/raamat\\_veeb.pdf](http://www.epikoda.ee/wp-content/uploads/2012/03/raamat_veeb.pdf)
- Hodgkinson, J. (2013). Special recreation. In G. Kassing (Eds), Introduction recreation and leisure (pp. 148 – 157). Location: Human Kinetics
- Karksi Vallavalitsus. (2014). Karksi valla arengukava 2015–2020. *Riigi Teataja IV* 27.11.2014, 13. Loetud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/427112014013>
- Leitner, M. J., & Leitner, S.-F. (2012) *Leisure enhancement*. (4th ed.). Urbana: Sagamore Publishing LLC.
- Lövgren, V., & Rosqvist, H. B. (2015). ‘More time for what?’ Exploring intersecting notions of gender, work, age and leisure time among people with cognitive disabilities. *International Journal of Social Welfare*, 24(3), 263–272. doi:10.1111/ijsw.12135
- Maaailma Terviseorganisatsioon. (2005). *Rahvusvaheline funktsioneerimisvõime, vaeguste ja tervise klassifikatsioon*. J. Põlluste (toim). Loetud aadressil <http://www.digar.ee/viewer/et/nlib-digar:7376>
- McLean, D. D., Hurd, A. R., & Anderson, D. M. (2018). *Kraus' recreation and leisure in modern society* (11th ed.). London: Jones & Barlett Learning.

- Murumets, M. (s.a.) *Töövõimereform ja puude tuvastamine tööealisel inimesel*. Loetud aadressil <http://www.epikoda.ee/wp-content/uploads/2016/07/TVR-taotluse-t%C3%A4itmisel-abistajatele-SKA-juuni-2016.pdf>
- Mõisaküla. (2015). *Mõisaküla linna arengukava 2016–2026*. Loetud aadressil [http://www.moisakyla.ee/qm/arengukava\\_2016\\_2026\\_eelnou.pdf](http://www.moisakyla.ee/qm/arengukava_2016_2026_eelnou.pdf)
- Narsson, D., & Medar, M. (2014). Puude kontseptuaalne käsitlus. L. Sakkeus & M. Medar (toim), *Puudega inimeste sotsiaalne lõimumine* (lk 6–15). Loetud aadressil [https://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication\\_id=36487](https://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication_id=36487)
- Oliver, M. (2013). The social model of disability: thirty years on. *Disability & Society*, 28(7), 1024 – 1026, doi: 10.1080/09687599.2013.818773
- Oliver, M., & Barnes, C. (2012). *The new politics of disablement*. New York: Palgrave Macmillan.
- Patterson, I., & Pegg, S. (2009). Serious leisure and people with intellectual disabilities: benefits and opportunities. *Leisure Studies*, 28(4), 387–402. doi:10.1080/02614360903071688
- Puuetega inimeste sotsiaaltoetuste seadus. (1999). *Riigi Teataja I*, 16, 273; *Riigi Teataja I*, 28.11.2017, 25. Loetud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/128112017025>
- Puuetega inimeste õiguste konventsioon ja fakultatiivprotokoll. (2012). *Riigi Teataja II*, 04.04.2012, 6. Loetud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/204042012006>
- Rahno, J. (2012). Eesti rahvastiku ajakasutus. A. Jalak (toim), *Puudega inimeste ajakasutus* (lk 94–104). Loetud aadressil [https://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication\\_id=29926](https://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication_id=29926)
- Russel, R., V. (2017). *Pastimes. The context of contemporary leisure*. (6th ed.). Urbana: Sagamore Publishing LLC
- Saar ja Poll OÜ. (2016). *Puuetega tallinlaste toimetulekut käsitlev sotsiaaluuring*. Loetud aadressil [https://uuringud.tallinnlv.ee/file\\_download/659](https://uuringud.tallinnlv.ee/file_download/659)
- Scott, J., & Marshall, G. (2009). *Oxford dictionary of sociology*. Oxford: University Press.
- Silgu, S. S. (2017). *Seenioridele suunatud rekreatiivsete tegevuste arendamine Pärnumaa näitel*. (Lõputöö). Loetud aadressil <http://dspace.ut.ee/handle/10062/58002>

- Sotsiaalkindlustusamet. (2016). *Püsiva töövõimetuse ja puude ekspertiis*.  
[https://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/sites/default/files/content-editors/Statistika/Pusiv\\_toovoimetus/ska\\_riiklik\\_statistiline\\_aruanne2016.xls](https://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/sites/default/files/content-editors/Statistika/Pusiv_toovoimetus/ska_riiklik_statistiline_aruanne2016.xls)
- Sotsiaalministeerium. (2015). *Sotsiaalse turvalisuse, kaasatuse ja võrdsete võimaluste arengukava 2016-2023*. Loetud aadressil  
[http://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid\\_ja\\_tegevused/Sotsiaalse\\_turvalisuse\\_kaatuse\\_ja\\_vordsete\\_voimaluste\\_arengukava\\_2016\\_2023/heaolu\\_arengukava\\_hetkeolukorra\\_ulevaade\\_2015.pdf](http://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid_ja_tegevused/Sotsiaalse_turvalisuse_kaatuse_ja_vordsete_voimaluste_arengukava_2016_2023/heaolu_arengukava_hetkeolukorra_ulevaade_2015.pdf)
- Tambaum, T., Medar, M., & Narusson, D. (2014). Tegevuspiiranguga inimeste sotsiaalne sidusus. L. Sakkeus & M. Medar (toim), *Puudega inimeste sotsiaalne lõimumine* (lk 121–131). Loetud aadressil [https://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication\\_id=36487](https://www.stat.ee/publication-download-pdf?publication_id=36487)
- Taylor, P. (Eds). (2011). *Torkildsen`s sport and leisure management*. (6th ed.). London: Routledge.
- Telpt, E. (2017). Sotsiaalne kaitse. *Eesti Statistika Kvartalikirj, 2*, 26–28. Loetud aadressil [https://www.stat.ee/valjaanne-2017\\_eesti-statistika-kvartalikirj-2-17](https://www.stat.ee/valjaanne-2017_eesti-statistika-kvartalikirj-2-17)
- Tribe, J. (2016). *The Economics of Recreation, Leisure and Tourism* (5th ed). London and New York: Routledge.
- Vabariigi Valitsuse määruse „Abja valla, Halliste valla, Karksi valla ja Mõisaküla linna osas haldusterritoriaalse korralduse ja Vabariigi Valitsuse 3. aprilli 1995. a määruse nr 159 „Eesti territooriumi haldusüksuste nimistu kinnitamine“ muutmise“ eelnõu seletuskiri. Loetud aadressil:  
[https://haldusreform.fin.ee/static/sites/3/2017/02/mulgi\\_sk.pdf](https://haldusreform.fin.ee/static/sites/3/2017/02/mulgi_sk.pdf)
- Wilken, J. P., Hanga, K., Bugarszki, Z., van Gijzel, S., Karbouniaris, S., Kondor, Z., ... Saia, K. (2015). *Lood taastumisest ja ühiskonnas osalemisest – kogemused ja väljakutsed*. Loetud aadressil <http://www.digar.ee/viewer/et/nlib-digar:255837>
- World Health Organisation. (2011). *World report on disability*. Retrieved from [http://www.who.int/disabilities/world\\_report/2011/report.pdf](http://www.who.int/disabilities/world_report/2011/report.pdf)
- Võrdse kohtlemise seadus. (2008). *Riigi Teataja I*, 56, 315. Loetud aadressil <https://www.riigiteataja.ee/akt/13096445?leiaKehtiv>

Õunapuu. L. (2014). *Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes*.

Loetud aadressil

[http://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/36419/ounapuu\\_kvalitatiivne.pdf](http://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/36419/ounapuu_kvalitatiivne.pdf)

Данилова, С. В. (2017). Право человека с ограниченными возможностями на жизнь, образование, и специальную помощь: история и современность [Puudega inimese õigused elule, haridusele ja spetsiaalsele abile.]. Научные труды Калужского Государственного Университета имени К. Э.

Циолковского (стр. 508–514). Loetud aadressil

<https://elibrary.ru/item.asp?id=29722071>

Лотова И. П. (2015). Качество жизни инвалидов как междисциплинарная проблема [Puuetega inimeste elukvaliteet kui interdistsiplinaarne probleem.].

*Медико-социальная экспертиза и реабилитация*, 18(2), 53–57. Loetud aadressil <https://cyberleninka.ru/article/v/kachestvo-zhizni-invalidov-kak-mezhdistsiplinarnaya-problema>

Микиртчян, Г. Л. (2012). Отношение общества к неизлечимо больным детям: историко-культуральный анализ [Ühiskonna suhtumine ravimatult haigetesse lastesse: ajalooline-kultuuriline analüüs.]. *Вопросы Современной Педиатрии*, 11(1), 188–196. Loetud aadressil <https://elibrary.ru/item.asp?id=17700846>

Пузин, С. Н., Гридин Л. А., Дмитриева Н. В., Шевченко, С. Б., & Гончарова, О. В. (2017). К истории медицинской реабилитации в России [Meditiiniline rehabilitatsioon Venemaal ajalooos.]. *История Медицины*, 4(2), 125–135. doi:10.17720/2409-5583.t4.2.2017.01a

## Lisa 1. Ankeetküsitlus

Olen Tartu Ülikooli Pärnu kolledži sotsiaaltöö ja rehabilitatsiooni korralduse eriala üliõpilane. Käesolev küsimustik on osa minu lõputööst, mille eesmärgiks on välja selgitada Mulgi valla puuetega inimeste rekreatsiooni võimalused ja vajadused.

Rekreatsioon tähendab tegevusi, mida harrastatakse, kogetakse või nauditakse vabal ajal.

Küsimustik koosneb 20 küsimusest ning on anonüümne. Uuringus on oodatud osalema **üle 18-aastased** Mulgi valla puuetega inimesed.

Ette tänades

Ragna Ruukel

1. Kas Te kuulute mõnda puuetega inimeste ühingusse?

*(Valige üks järgnevatest vastustest)*

- Jah (palun täpsustage millisesse) .....
- Ei

2. Milliste koduste vaba aja veetmise tegevustega Te tegelete?

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- Televiisori vaatamine
- Raadio kuulamine
- Muusika kuulamine
- Lauamängude mängimine
- Lugemine
- Aiandus
- Ristsõnade lahendamine
- Sõprade külastamine
- Sõprade võõrustamine
- Arvutis olemine
- Käsitöö
- Muu .....

3. Millistes alljärgnevatel asutustel Te veedate oma vaba aega?

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- |   |  |
|---|--|
| <input type="radio"/> Abja raamatukogu              | <input type="radio"/> August Kitzbergi nimelise Gümnaasiumi spordikompleks |
| <input type="radio"/> Abja Päevakeskus              | <input type="radio"/> Karksi-Nuia raamatukogu                              |
| <input type="radio"/> Abja kultuurimaja             | <input type="radio"/> Karksi-Nuia Noortekeskus                             |
| <input type="radio"/> Abja Noortekeskus             | <input type="radio"/> Karksi-Nuia Discgolfi rada                           |
| <input type="radio"/> Abja muusikakool              | <input type="radio"/> Karksi külamaja                                      |
| <input type="radio"/> Abja Spordi- ja Tervisekeskus | <input type="radio"/> Lilli Külamaja                                       |
| <input type="radio"/> Abja terviserada              | <input type="radio"/> Tuhalaane Külamaja                                   |
| <input type="radio"/> Abja Muuseum                  | <input type="radio"/> Karksi-Nuia Sokaoru terviserada                      |
| <input type="radio"/> Kamara raamatukogu            | <input type="radio"/> Muu asutus (palun täpsustage)                        |
| <input type="radio"/> Muu asutus (palun täpsustage) | <input type="radio"/> Rimmu rahvatuba                                      |
| <input type="radio"/> Karksi-Nuia kultuurikeskus    | <input type="radio"/> Mõisaküla raamatukogu                                |
| <input type="radio"/> Halliste rahvamaja            | <input type="radio"/> Mõisaküla kultuurimaja                               |
| <input type="radio"/> Halliste raamatukogu          | <input type="radio"/> Mõisaküla Noortekeskus                               |
| <input type="radio"/> Halliste Noortekeskus         | <input type="radio"/> Mõisaküla muuseum                                    |
| <input type="radio"/> Kaarli rahvamaja              | <input type="radio"/> Muu (palun täpsustage)                               |
| <input type="radio"/> Uue-Kariste rahvamaja         | .....  |
| <input type="radio"/> Õisu raamatukogu              |  |
| <input type="radio"/> Vana-Kariste seltsimaja       |  |

4. Missuguste välise vaba aja tegevustega Te tegelete?

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- |   |   |
|---|---|
| <input type="radio"/> Fotograafia                                   | <input type="radio"/> Kontserdil osalemine                                  |
| <input type="radio"/> Maalimine/joonistamine                        | <input type="radio"/> Tantsimine (rahvatants, peotants, linetants)          |
| <input type="radio"/> Võõrkeelte õppimine                           | <input type="radio"/> Tantsuõhtutel osalemine                               |
| <input type="radio"/> Ujumine/vesiaeroobika                         | <input type="radio"/> Näitustel osalemine                                   |
| <input type="radio"/> Jalgrattasõit                                 | <input type="radio"/> Teatriõhtutel osalemine                               |
| <input type="radio"/> Jooga   | <input type="radio"/> Kohtumised tuntud inimestega                          |
| <input type="radio"/> Kepikõnd/jalutamine                           | <input type="radio"/> Vabatahtlikuna osalemine üritustel/organisatsioonides |
| <input type="radio"/> Kalastamine                                   | <input type="radio"/> Muu .....   |
| <input type="radio"/> Erinevad töötoad (käsitöö, keraamika, puutöö) |   |
| <input type="radio"/> Laulmine                                      |   |

5. Mis motiveerib Teid osalema erinevates tegevustes?

(Märkige palun kõik, mis sobivad)

- Saan rakendada olemasolevaid võimeid, mitte rõhutada puuduvaid
- Saan teistele näidata, et suudan millegagi hakkama saada
- Tervise taastamine
- Saan olla loominguiline
- Perega aja veetmine
- Sõpradega aja veetmine
- Saan tutvuda uute inimestega
- Puhkus/meelelahutus
- Uute oskuste arendamine
- Saab suhelda ühiste huvigruppidega inimestega
- Saab avastada või kogeda midagi uut
- Saan olla abiks kogukonnale
- Tegevus annab mulle naudingut
- Tegevuse käigus saan nautida loodust
- Muu (palun täpsustage) .....

6. Kas Teil on esinenud probleeme ligipääsetavusega järgnevasse asutusesse?

((Märkige palun kõik, mis sobivad))

| Abja üksus                    | On | Pigem on | Ei ole | Pigem ei ole | Ei oska vastata |
|-------------------------------|----|----------|--------|--------------|-----------------|
| Abja raamatukogu              |    |          |        |              |                 |
| Abja Päevakeskus              |    |          |        |              |                 |
| Abja Kultuurimaja             |    |          |        |              |                 |
| Abja Noortekeskus             |    |          |        |              |                 |
| Abja Spordi- ja Tervisekeskus |    |          |        |              |                 |
| Abja terviserada              |    |          |        |              |                 |
| Kamara raamatukogu            |    |          |        |              |                 |

Palun täpsustage probleeme: .....

| Karksi-Nuia üksus                               | On | Pigem on | Ei ole | Pigem ei ole | Ei oska vastata |
|---|----|----------|--------|--------------|-----------------|
| Karksi-Nuia Kultuurimaja                        |    |          |        |              |                 |
| Karksi-Nuia raamatukogu                         |    |          |        |              |                 |
| August Kitzbergi nim Gümnaasiumi spordikompleks |    |          |        |              |                 |
| Karksi-Nuia Noortekeskus                        |    |          |        |              |                 |
| Karksi-Nuia Discgolfi rada                      |    |          |        |              |                 |

|                                 |  |  |  |  |  |
|---------------------------------|--|--|--|--|--|
| Karksi rahvamaja                |  |  |  |  |  |
| Lilli külamaja                  |  |  |  |  |  |
| Tuhalaane külamaja              |  |  |  |  |  |
| Karksi-Nuia Sokaoru terviserada |  |  |  |  |  |

Palun täpsustage probleeme: .....

| <b>Halliste üksus</b>         | On | Pigem on | Ei ole | Pigem ei ole | Ei oska vastata |
|-------------------------------|----|----------|--------|--------------|-----------------|
| Halliste rahvamaja            |    |          |        |              |                 |
| Kaarli rahvamaja              |    |          |        |              |                 |
| Uue-Kariste rahvamaja         |    |          |        |              |                 |
| Halliste raamatukogu          |    |          |        |              |                 |
| Halliste noortekeskus         |    |          |        |              |                 |
| Vana-Kariste seltsimaja       |    |          |        |              |                 |
| Rimmu rahvatuba               |    |          |        |              |                 |
| Õisu rahvatuba                |    |          |        |              |                 |
| Õisu raamatukogu              |    |          |        |              |                 |
| Muu asutus (palun täpsustage) |    |          |        |              |                 |

Palun täpsustage probleeme: .....

| <b>Mõisaküla üksus</b>        | On | Pigem on | Ei ole | Pigem ei ole | Ei oska vastata |
|-------------------------------|----|----------|--------|--------------|-----------------|
| Mõisaküla raamatukogu         |    |          |        |              |                 |
| Mõisaküla Kultuurimaja        |    |          |        |              |                 |
| Mõisküla Noortekeskus         |    |          |        |              |                 |
| Mõisaküla muuseum             |    |          |        |              |                 |
| Muu asutus (palun täpsustage) |    |          |        |              |                 |

Palun täpsustage probleeme: .....

7. Kui oluline on Teie arvates tegeleda erinevate huvialadega?

*(Valige üks järgnevatest vastustest)*

- väga oluline
- pigem oluline
- pigem mitte oluline
- üldse pole oluline
- ei oska öelda

8. Kas Teie arvates on järgnevates üksustes piisavalt tegevusi puuetega inimestele?

*(Kommenteerige palun igat üksust)*

|                 | Võimalused puuduvad | Võimalusi on vähe | Võimalusi on piisavalt | Ei oska öelda |
|-----------------|---------------------|-------------------|------------------------|---------------|
| Abja üksus      |                     |                   |                        |               |
| Karksi üksus    |                     |                   |                        |               |
| Mõisaküla üksus |                     |                   |                        |               |
| Halliste üksus  |                     |                   |                        |               |

9. Millistest tegevustest tunnete enim puudust? *(Nimetage palun need tegevused)*

.....

10. Mis takistab Teil vaba aja veetmise võimaluste kasutamist?

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- Transpordi puudumine
- Abilise puudumine
- Ligipääs
- Teiste suhtumine puudega inimesse
- Huvipuudus
- Huvitavate tegevuste puudus
- Abivahendi puudumine
- Aja puudus
- Takistused puuduvad
- Muu (palun täpsustage)

11. Millistest allikatest saate informatsiooni Teid huvitavate tegevuste kohta Mulgi vallas? *(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- Lõuna-Mulgimaa Puuetega Inimeste Ühingu kodulehelt

- Karksi valla Puuetega Inimeste Ühingust
- Kohalikust ajalehest *Mulgi Sõna*
- Abja üksuse infotahvlilt
- Karksi-Nuia üksuse infotahvlilt
- Halliste üksuse infotahvlilt
- Mõisaküla üksuse infotahvlilt
- Muu (palun täpsustage) .....

### **Vastaja andmed**

12. Teie vanus? .....

*(Siia väljale võib sisestada ainult numbreid)*

13. Teie sugu?

*(Valige üks järgnevatest vastustest)*

- mees
- naine

14. Teie elukoht?

*(Valige üks järgnevatest vastustest)*

- Abja üksus
- Karksi-Nuia üksus
- Halliste üksus
- Mõisaküla üksus

15. Milline on Teie puude liik?

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- Kõne- ja keelepuue
- Kuulmispuue
- Liikumispuue
- Nägemispuue
- Psüühikahäire (v.a. vaimupuue)
- Vaimupuue
- Liitpuue
- Muu .....

16. Kas Teie puue on ...

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- Sünnipärane
- Põhjustatud traumast
- Põhjustatud haigusest
- Muu .....

17. Milline on Teie puude raskusaste?

*(Valige üks järgnevatest vastustest)*

- Sügav puue
- Raske puue
- Keskmine puue

18. Kas Teie kasutate mõnda abivahendit?

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- Ei kasuta
- Liikumisabivahendit
- Nägemisabivahendit
- Kommunikatsiooni abivahendit
- Muu .....

19. Milline on teie töövõime?

*(Märkige palun kõik, mis sobivad)*

- Osaline töövõime
- Puuduv töövõime
- Vanaduspensionär
- Töötan
- Olen töötu
- Muu (palun täpsustage)

**AITÄH VASTAMAST!**

## **SUMMARY**

### RECREATIONAL OPPORTUNITIES OF THE DISABLED PEOPLE IN MULGI PARISH.

Ragna Ruukel

In a context characterized by population decline and increasing aging, the rising proportion of people with disabilities within Estonian society is becoming of ever greater importance. Disabled people have different inherent needs and so require different services, such as: medical care, specialized aid equipment, adjustments in access infrastructure and other facilities. While these are obvious and already recognized necessities, it is equally important to create and provide different leisure opportunities for people with disabilities in line with the modern progressive attitude towards this topic. The aim, therefore, is to increase the real-life quality of people with disabilities and to support them to integrate themselves into society at large.

The aim of this thesis is to determine the recreational needs and opportunities of people with disabilities in Mulgi parish. Accordingly, the present work is focused on finding an answer to the following research question: which leisure opportunities are provided for people with disabilities in Mulgi parish and whether they are enough to provide satisfaction?

In order to achieve the aim of this thesis, the following research goals have been put in place:

- establishing a theoretical conceptualisation for leisure, recreation and disability;
- to produce a questionnaire and carry out a survey among the population with disabilities in Mulgi parish, in order to catalogue the types of recreational activities

being practiced and to determine what recreational activities are perceived as lacking;

- according to the theoretical basis and the research results draw conclusions and formulate suggestions suitable to local government institutions and civic organizations.

The thesis is structured in two parts. The first part gives an overview on disability by providing a definition, a classification, a scale of severity of impairment and describing the medical and the social approaches to disability. Additionally, this part contains the theoretical overview of leisure and recreation. As a support basis previous research studies about the participation of people with disabilities in recreational activities will be studied.

The second part contains the overview and results of the survey carried out. The target group of the research is constituted by the people with disabilities living in Mulgi parish. The quantitative research method was chosen for this study and a questionnaire was designed as the data collection method. The research was carried out within the time-period of 14.03.2018-31.03.2018.

The data collected through the questionnaire was analyzed using MS Excel which enabled presenting the results visually through tables and graphs. For the open questions included in the questionnaire the content analysis method was used to process the information.

There were 80 participants involved in the survey 70% of which were female and 30% male from the age range of 18 to 84 with the average age of 59.4.

The research showed that people with disabilities in Mulgi parish often engage in passive leisure activities such as watching television, listening to the radio, reading and other. According to proven theoretical studies such activities lessen the degree of participation and integration into society as well as the will to socialize. The theoretical basis also shows that one of the biggest influences to reducing self-esteem and motivation for people with disabilities to be more socially active is the prejudice coming from people without disabilities. Currently the biggest identified obstacles for people with disabilities, in

Mulgi parish, in taking part in already existing leisure opportunities are transportation, accessibility and costs.

According to the analysis of the results of the survey carried out, this thesis presents the following conclusions and recommendations:

- there is considerable room for improvement in providing accessibility and other specific design features meant to enable people with disabilities to benefit from existing leisure opportunities. Several public spaces were singled out in the survey as being difficult in terms of accessibility, most frequently mentioned being the public swimming pools;
- it would be very beneficial to take actions that would raise the awareness within the wider public towards the situation and conditions of disability and the negative effect that prejudice currently has. This could foster a shift in attitude towards a more embracing and welcoming situation for those disadvantaged;
- another recommendation would be to create a broader offer of leisure activities for people with disabilities and provide encouragement and incentives for them to experience options that are more meaningful, engaging and beneficial. Such options could help develop their self-esteem, motivation, skills and social abilities, in order for them to better integrate into wider society and possibly even lead to employment opportunities or other groups such as non-profit organizations.

In the survey carried out in this research there were very few responses stating that there aren't enough leisure opportunities available (9% of responses). The results of the survey point to an aspect of the theoretical basis that reveals that people with disabilities will rarely, if at all, signal their desire to participate in leisure activities that they are not accustomed to. This simple fact is a key to the future designs of strategies for supporting and integrating people with disabilities and constitutes the core of the main recommendation of this paper: to carry out further and more detailed research and survey actions, in order to correlate what has been proven to work and give good results elsewhere and how it could be translated into the local context. Such research should focus mainly on distinguishing types of leisure activities, accessibility and benefits and should give empirical backing for future decisions and investments of funds and energy,

in order to make truly meaningful contributions to the lives of people with disabilities and the local community as a whole.

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Ragna Ruukel

1. annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose

„Puuetega inimeste rekreatsioonivõimalused Mulgi vallas“,

mille juhendaja on Anu Aunapuu,

1.1. reprodutseerimiseks säilitamise ja üldsusele kättesaadavaks tegemise eesmärgil, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace-is lisamise eesmärgil kuni autoriõigusekehtivuse tähtaja lõppemiseni;

1.2 üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tartu Ülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace'i kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.

2. olen teadlik, et punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

3. kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid õigusi.

Pärnus, 16.05.2018