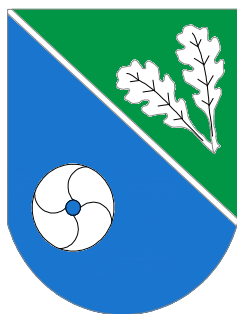


KONGUTA VALLA

TERVISEPROFIIL

2010



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti tuleviku heaks

Konguta 2010

SISUKORD

SISSEJUHATUS	4
1. ÜLDANDMED	5
2. SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED	5
2.2.5 Sotsiaalteenused	5
2.3.1 Kogukonna motivaatorid	
2.3.2 Elanike kaasamine	6
3. LASTE JA NOORTE TURVALINE NING TERVISLIK ARENG	6
3.1. Õpilaste arv haridusasutustes	6
3.2. Koolikohustuse täitmine	7
3.3. Noorte süüteod	7
3.4. Laste ja noortega tegelevad asutused	7
3.5. Lastele ohutu elu- ja õpikeskkond	8
3.6. Kooli/ lasteaia tervise teenuse olemasolu	9
3.7. Kohaliku omavalitsuse poolne initsiatiiv ja toetused tagamaks teenuste kättesaadavust	9
3.8 Laste subjektiivne tervisehinnang	10
3.9 Kehaline aktiivsus ja kehakaal	10
3.10 Sõltuvusained	10
3.11 Koolitoit	10
3.12. Õpilastransport	12
4. TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND	12
4.1 Huvitegevuse ja vaba aja veetmise kohad	12
4.2 Üldkasutatavad spordirajatised ja terviserajad	12
4.3. Transport ja teedevõrk	13
4.4 Keskkonna mõjurid	14
4.5. Kuriteod	15
4.6. Liikluskuriteod ja -õnnetused	16
4.7 Tulekahjud	17
4.8. Alkoholi müüvad kauplused	17
4.9. Kohaliku omavalitsuse alkoholipoliitika	17
4.10. Tervist edendavad töökohad	18
4.11 Tervist edendavad lasteaiaid	18
4.12 Tervist edendavad koolid	18
4.13. Tööõnnetused	18
4.14. Kõrgendatud riskiga objektid	18
4.15. Juhtumikorraldusskeemide olemasolu	19

4.17 Hulkuvad loomad	19
4.16 Puukborrelioosi ja -entsefaliiti nakatumine	19
5. TERVISLIK ELUVIIS	19
5.1. Terviealase teabe kättesaadavus	19
5.2. Tervislikku eluviisi toetavad üritused paikkonnas	21
5.3. Subjekttiivne tervise enesehinnang	26
5.4. Füüsiline aktiivsus	26
5.5. Toitumine	28
5.6. Ülekaalulised/ rasvunud	29
5.7. Alkoholi tarbimine	29
5.8. Suitsetamine	33
5.9. Narkootiliste ainete tarbimine	35
5.10. Kondoomi kasutamine	36
5.11. Helkuri kasutamine	36
5.12. Turvavöö kasutamine	37
6. TERVISETEENUSED	38
6.1. Tervishoiuteenused	38
6.2 Nõustamisteenused	41
6.3. Kuni kahe aastaste laste hõlmatus immuniseerimisega	41
6.4. Olulisemad terviseteeenuseprojektid	41
7. TERVISEPROFIILI TEGEVUSKAVA	42
8. KOKKUVÕTE	42
9. TERVISEPROFIILI KOOSTAMISE PROTSESS JA LOETELU PROFIILI KOOSTAJATEST	43
LISA 1	KOV INDIKAATORITE TABELID
LISA 2	TEGEVUSKAVA

SISSEJUHATUS

Terviseprofiil on inimeste ja keskkonda mõjutavate faktorite kogum. Andmeid saadakse kogukonnaliikmetelt, otsuste tegijatelt, küsitluste teel, statistilistest andmebaasidest jne. Kohaliku keskkonna näitajate analüüsimise käigus tuuakse välja peamised kitsaskohad, mis inimeste elukvaliteeti vähendavad. Elanike tervise ning elukeskkonna parendamiseks koostatakse tegevuskava, kus määratakse eesmärk, tegevus, väljund/tulemus, sihtrühm, ressursid ja ajakava.

Konguta valla terviseprofiili koostamise eesmärgiks on inimeste ja keskkonna tervises seisundi mõõtmine ning ajaliselt konkreetsete tegevuste ja tulemite määratlemine. Konguta valla terviseprofiili koostamisel on lähtutud „Kohaliku omavalitsuse ja maakonna terviseprofiili koostamise juhendist 2009“ ning analüüsitud järgmisi indikaatoreid:

- Üldandmed
- Sotsiaalne sidusus ja võrdsed võimalused
- Laste ja noorte turvaline ning tervislik areng
- Tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond
- Tervislik eluviis
- Terviseteenused

Infot on kogutud nii kohalike elanikelt, omavalitsuste töötajatelt kui ka oma ala spetsialistidelt.

Terviseprofiili koostajateks olid Konguta kooli Tervisenõukogu liikmed, kes kaasasid vajaliku info saamiseks erineva valdkonna spetsialiste. Konguta valla terviseprofiili käesolev variant on koostatud minimaalsete andmekogumitega. Järjepidevuse loomiseks tuleks profiili vähemalt 1 kord aastas täiustada ja uuendada. Terviseprofiil peaks olema iga omavalitsuse arengukava arvestatav osa.

1. ÜLDANDMED

Vt. Lisa 1 KOV indikaatorite tabelist.

2. SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED

2.2.5 Sotsiaalteenused

Konguta valla sotsiaaltoetused:

- 1) Sünnitoetus- esimese osa suurus 5000.- krooni ja teine osa 2000 krooni
- 2) Matusetoetus- 1500.- krooni
- 3) Põhi-, keskkooli, gümnaasiumi, kutseõppeasutuse ja kõrgkooli lõpetajale 500 krooni;
- 4) Keskkooli ja gümnaasiumi kuldmedaliga lõpetajale 5000 krooni;
- 5) Keskkooli ja gümnaasiumi hõbemedaliga lõpetajale 3000 krooni;
- 6) Kõrgkooli lõpetajale magistriõppes cum laude 10 000 krooni.
- 7) Ranitsatoetus 1000 krooni.
- (8) Vanurite juubelitoetus 200 krooni.
- (9) Koolilõuna toetus 10-12.klassi õpilastele 12 krooni koolilõuna eest.
- (10) Kutsehariduskooli õpilastele koolilõuna toetus 300 krooni kuus.
- (11) Jõulupaki toetus kuni 60 krooni.
- (12) Paljulapseliste perede lasteaiatoidu toetus:
 - 1) perele, kus lasteaias käib 2 last soodustus 35% lasteaiatoidu maksumusest;
 - 2) perele, kus lasteaias käib 3 ja enam last soodustus 50% lasteaiatoidu maksumusest.

Teiste lähipiirkonnas olevate omavalitsustega võrreldes on Konguta valla sotsiaaltoetuste nimekiri üks pikemaid. Sünnitoetus 7000.- krooni on piirkonna kõrgemaid. Valla sotsiaaltöötaja eestvedamisel saavad vanurid igal aastal käia ekskursioonidel, teatris ja kultuuriüritustel.

Fondide ja sponsorite kaasrahastamisel antakse lisaks ülal nimetatutele veel preemiad ja sihtotstarbelisi toetusi nt. parimale ülikoolis õppijale, parimale vilistlasele, kunstiaandelisele noorele jne.

2.3.1 Kogukonna motivaatorid

Konguta kool tunnustab ning motiveerib koolilapsi heade õpitulemuste põhjal, olümpiaadidel ja spordivõistlustel osalemise eest. Konguta vald korraldab igal aastal „Kauni kodu konkurssi“ ning premeerib osavõtjaid. Vallavanem tunnustab tegusaid ja silmapaistvaid vallakodanikke vallavanema vastuvõtul Vabariigi aastapäeval. Toetatakse külaliikumist, külaseltside tegemisi ning erinevate projektide kaasrahastamist- omafinantseeringu katmine valla poolt.

2.3.2 Elanike kaasamine

Konguta vallas kaasatakse inimesi erinevatesse kogukonda puudutavatesse tegemistesse nii ettevõtluse, isetegevuse, heakorra kui ka muude küsimuste lahendamisel.

Suurimaks ettevõtmiseks koos kogukonnaga oli "Teeme ära 2008", mis aitas kaasa elukeskkonna kaunimaks loomisele. Inimesed korjasid ümbruskonnast rõõmsalt prügi ning päeva lõpus leidsid, et puhas ümbrus on paju kenam. Mõttetalgute aktsioon 2009a. kutsus vallakodanikke arutlema valuprobleemide üle ja koostegemise võimaluste üle. Valla poolset initsiatiivil on tehtud nii ettevõtjate kui ka MTÜ-de ümarlaudasid ning räägitud konkreetsetest probleemidest ja edasiviivatest jõududest.

Elanikke kaastatakse suurematesse projektidesse, mis puudutavad keskkonda või üldist arengut (valla üldplaneering, arengukavade koostamised, teabepäevad, valla arenguks vajalike projektide koostamine, mõttetalgud jne.). Siinkohal võib aga välja tuua negatiivse külje – inimesed on liiga passiivsed osavõtmaks ühistes tegemistest. Teiseks ei ole vallal vajalikke vahendeid, et korraldada regulaarselt teabeüritusi, infopäevi ja seminare, mis annaksid kodanikele uusi väljundeid ja mõtteid oma elu paremaks kujundamisel.

3. LASTE JA NOORTE TURVALINE NING TERVISLIK ARENG

3.1. Õpilaste arv haridusasutustes

Konguta vallas on 1 haridusasutus Konguta Kool, mis on ühendatud lasteaiaga üheks asutuseks 2004.a. Teistest omavalitsusüksustest pärit laste arv on lasteaias märgatavalt vähenenud, seda eelkõige vallavalitsuse soovist ja hoiakutest lähtudes. Ehkki majanduslikult oleks otstarbekas osutada koolitusteenust teistele omavalitsusüksustele, siis Konguta vallas tuli minna teist teed, sest meie oma valla lapsi oli rohkem kui oli lasteaias kohti. Seepärast võttis vallavalitsus vastu seisukoha, mis eelistas võõrastele omasid ja selle korrastamise tagajärjel ongi mujalt pärit laste osakaal vähenenud (aastal 2005 oli lasteaias 27 last teistest omavalitsustest, 2009a. oli aga ainult 10 last pärit teistest omavalitsustest). Koolis on tendents vastupidine, sest seal on suurenenud mujalt pärit laste arv, tõustes 2005a. 6-lt lapselt 15-lapseni 2008a-l. Võib aga ütelda, et ligi 1/5 õpilaskonnast on pärit teistest omavalitsustest. See asjaolu näitab, et Konguta valla kooliõpilased ei käi kõik mingil põhjusel (enamasti asukoht, aga ka traditsioonid) oma koduvalla koolis. See asjaolu aga võib mõjutada kooli püsimajäämist (pearaha süsteem). Positiivne on trend, et koolis tehakse tööd kooli komplekteerimisel ja kindlasti on oma osa ka siin väikekooli mainel.

Allikas: Konguta vald

3.2. Koolikohustuse täitmine

EHISe andmetel Konguta vallas koolikohustuse mittetäitjaid ei ole. Probleeme on küll olnud mõne lapse hooletu kooliskäimise tõttu, kuid nendega on tegelenud siis sotsiaalhariduskomisjon, kes on korraldanud nii koduvisiite kui ka vestelnud asjaosalistega. Komisjon on tegelenud ka lastele sobiva koolitüübi leidmisega, mistõttu saab ütelda, et Konguta valla lapsed täidavad koolikohustust hästi.

Allikas: Eesti Hariduse Infosüsteem

3.3. Noorte süüteod

Alaealiste komisjonides käinud laste ja noorte arv ei ole kohalikus omavalitsuses päris täpselt teada. Mitte kõik lapsed ei jõua õigusrikkumiste või koolikohustuse täitmise probleemidega komisjoni. Samuti ei anta vallale alati tagasisidet komisjonis käinud laste kohta ja nende rakendatud sanktsioonide ning otsuste kohta. Analüüsides nüüd aga viimast viit aastat, on märgata, et alaealiste asjade komisjoni sattutakse meie vallas esimest korda 13.a- selt (33% käinutest). Korduvjuhtumeid on kõige enam 14-15.a. laste hulgas (25%). Eluaastad 13-15ongi lapse jaoks kõige raskemad, see on seotud ilmselgelt murdealisusega ja eneseotsimiseleidmise etapiga elus. Mitte kõik lapsed ei tule toime iseseisvalt või ei suudeta nendega toime tulla ka peredes. On märgata, et lapsevanemad vajavad abi ja nõustamist ning ka koolitusi laste kasvatamise teemadel. Teatud lapsed vajavad vastavate instantside sekkumist ja abi. Valdavalt on probleeme poistel, nii on meie vallast alaealiste asjade komisjonis käinud ainult 1 tüdruk, ülejäänud on kõik olnud poisid. Alaealiste asjade komisjonidesse kutsumise põhjusteks vabariigis keskmiselt on valdavalt olnud väärteo toimepanemised (37% juhtudest), koolikohustuse mittetäitmine (20% juhtudest) ja kuriteo toimepanek (16% juhtudest.). Noorte mõjutamiseks on komisjonid kasutanud kõige sagedamini hoiatusi- 40%-l, ühiskondlikult kasuliku töö sooritamist- 22%- l ning spetsialistide juurde saatmist -19%- l juhtudest. Konguta vallas ei ole koolikohustuse mittetäitmise pärast suunatud lapsi alaealiste asjade komisjonidesse. Valdavalt on meie vallas alaealiste asjade komisjonis käidud väärtegude sooritamise tõttu(näiteks 17a. laste puhul oli komisjonidesse sattumise põhjustel tegemist ainult esmajuhtudega, mis aga kõik olid seotud tubaka- ja alkoholiseaduse rikkumisega). Kahele Konguta vallast komisjonis käinud lapsele(16,7%) on rakendatud mõjutusvahendina ühiskondlikult kasuliku töö tegemist, mille sooritamist on koordineerinud Konguta Kool.

Allikas: Konguta vald, Politsei

3.4. Laste ja noortega tegelevad asutused

Kohaliku omavalitsuse haldusalas lastega tegelevate asutuste arv: 2
Huviringid: kool, rahvamaja.

Koolis on järgmised huviringid: rahvatants, spordiringid, meisterdamine, laulmine, naharing, kunstiring, näitemäng, keeleringid, kabe.

Laste ja noortega tegelevaks asutuseks on ühes majas paiknev 6-klassiline kool ja 2-rühmaline lasteaed. Veel tegeletakse noortega Rahvamajas, kus nad saavad olla huviringides või olla niisama omavanuste seltsis, mängides lauamänge, piljardit jne. Rahvamajas on erivanuses lastele lauluringid, on võimalus õppida individuaaltegeluse tunnis ka instrumente (klaver, kitarr, flööti). Laste ja noortega tegeletakse veel valla raamatukogu, kust nad saavad sobilikku kirjandust ja kasutada AIP-i arvuteid. Noortel on oma klubi Madnex, mille tegevus oli algusaastatel vägagi nähtav, kuid nüüd on vähemmärgatavam.

Allikas: Konguta vald, Konguta Kool

3.5. Lastele ohutu elu- ja õpikeskkond

Kool-renoveeritud 2005.a.

Lasteaed-renoveeritud-2009.a.

Spordihall-avatud 2002.a.

Veekogud 9 järve, ohutu ujumiskoht puudub, saab olema Kentsi järve taastamise järel. **Tee kooli ja lasteaeda** kergliiklusrajad puuduvad, palju kruusakattega teid. **Ülekäigurajad** ülekäigurajad puuduvad, kaks ülekäigukohta maanteel valgustatud. **Mänguväljakud** piiratud kasutusega mänguväljak lasteaias (2008), üldkasutatav uus mänguväljak kooli territooriumil (2009). **Mööbel, mänguasjad, sisetemperatuur haridusasutustes** vastab nõuetele, kontrollitud viimati 2010 veebruaris. Nõuded lasteaias mööblile on muutunud paindlikumaks.

Kool on täielikult renoveeritud 2005.a. ja lasteaed 2009.a. Peale renoveerimist on muretsetud uus sisustus nii koolile kui ka lasteaias. Turvalisusega on tegeldud koolis ja lasteaias pidevalt. 2009/2010 õppeaasta üks peateemadest ongi ohutus. Igal õppeaastal korraldatakse lastele evakuaatsiooniõppused. Koolis on paigaldatud tuleohu andurid ja signalisatsioon. Laste ja personali valmisolekut kontrollitakse regulaarselt inspektori poolt, ettenähtud perioodidel uuendatakse koolituste käigus teadmisi. 2008.a kevadel toimus tuleohtuskoolitus koos praktilise õppusega kogu kooli personalile ning 2008.a. novembris läbis kogu personal esmaabi kursuse. 2009.a. uuendati evakuaatsioonivalgustust Ifi projekti toel. Käesoleval õppeaastal tuleb koostada kriisijuhtimise plaan ja vahetada välja kooliruumide uste süsteem. Lasteaia õuel on ISO sertifikaatidele vastav mänguväljak ja kooliõuel on mänguväljak 2009. a. septembrist. Lasteaia juures asub laste liiklusväljak. Kool korraldab õpilastele jalgratta juhilubade tootlejatele koolitust ja viib läbi ka eksami. Kooli- ja lasteaias esisel teel on sõidukiirus piiratud, kuid tihtipeale on probleeme vallakodanikega, kes ei arvesta alati vastava märgiga, kuid see on üks ohufaktor. Lapsed liiguvad majade vahel ja võivad joosta külasisestele teedele ootamatult, mänguhoos. Seetõttu on väga positiivne, et sponsorite toel rajatud mänguväljak on piiratud aiaga. Kooliõpilased liiguvad sageli hämaral ajal ja pimedas, seetõttu on oluline helkurite kandmine. Kooli õpilasmavalitsus kontrollib pidevalt nende

olemasolu ja vajadusel antakse lapsele kooli poolt uus helkur. Probleemiks on mänguväljakute vähesus külas. Probleemiks on ujumiskoha puudumine külas, mistõttu mõned väiksemad lapsed kasutavad ujumiseks mitte ettenähtud kohti. Ujumise algõpet teostatakse alates 2.klassist ja seda rahastatakse nii riiklikult kui ka valla omavahenditest.

Allikas: Konguta vald

3.6. Kooli/ lasteaia terviseteenuse olemasolu

Terviseteenust osutab kooliarst, kes lisaks kooliõpilastele tegeleb ka lasteaialastega. Vajadusel on kooliarst kaasatud laste probleemide lahendamisele. Erispetsialistide teenuseid ostetakse vajadusel sisse(psühhiaater, psühholoog).

Psühholoog -puudub

Logopeed kool 0,25 ja lasteaed 0,25

Tervishoiutöötaja - on kooliarst lepingu alusel

Sotsiaaltöötaja – sotsiaalpedagoog koolis 0,2 ametikohaga

Liikumisõpetaja – 1,0 = kool+lasteaed+ringid

Kõiki võiks rohkem olla!

Allikas: Konguta vald

3.7. Kohaliku omavalitsuse poolne initsiatiiv ja toetused tagamaks teenuste kättesaadavust

Kohalik omavalitsus on olnud aktiivne tegelemaks laste ja noorte elukvaliteedi tõstmisel. Valla eelarvest on võimalik taotleda 12 eri liiki toetust. (Valla eelarvest makstakse alljärgnevat toetusi: sünnitoetus; matusetoetus; kooli lõpetamise toetus; ranitsatoetus; kooli lõpetamise toetus; vanurite juubelitoetus; koolilõuna toetus; kutsehariduskooli õpilastele koolilõuna toetus; töövihikute toetus; jõulupakitoetus; paljulapseliste perede lasteaiatoidu toetus; täiendavad sotsiaaltoetused /Konguta vallavolikogu määrus nr. 7 21.12.2009/. Riigieelarvest on võimalik taotleda toimetuleku toetust ja hooldajatoetust.

Koolitoit on tasuta kõikidele valla õpilastele põhikooli ja gümnaasiumi ulatuses. Kutsekoolis käivatele laste toidukuludest kompenseeritakse kuus 300.- vallavalitsuse poolt. 2008/2009 a maksti toetust 39 000.- ulatuses. Koolilõuna toetust üldhariduskoolis õppivatele lastele on vald andnud 2008/2009õppeaastal 22 574 .- ulatuses.

Lasteaia kohtade arv on olnud 40(+/- 4). Vallavalitsus tasub teistes omavalitsusüksustes käivate lasteaialaste eest koolituskulud arвете alusel. Aastatel 2005-2007 oli suur puudus lasteaialaste kohtadest ja siis reguleeris vallavalitsus olukorra selliselt, et eelistas võõrastele lastele omasid ning 2009.a.-st järjekorda lasteaeda saamiseks praktiliselt pole. Lasteaeda võetakse vastu 2-aastaseks saanud lapsed. Lasteaias on rakendatud kohatasu, mis on 100.- kuus. Toitlustuspäeva maksumuseks on 17.- päevas.

Konguta vallavalitsuse poolt on organiseeritud lastele suvepuhkuse veetmine lastelaagrites. Vallas on eelistatud suurte perede ja vähemate materiaalsete võimalustega lapsi. Igal suvel tasub vald täies ulatuses selliste laste (8-12 last) osalemise laagrites.

Konguta vald rahastab õpilastele huvihariduse andmist nii oma kooli huvialaringide kui ka rahvamaja ringide finantseerimisega. Elvas ja mujal käivate laste huvialaringidest osavõtu eest tasub vald esitatud arvete alusel. Vallavalitsus finantseerib ka kohalikust eelarvest kohustusliku ujumise algkursuse läbiviimist.

Vald rahastab kooli tugi-, toetus- ja huvitegevuset (logopeed 0,5 ametikohta, raamatukoguhoidja 0,5 ametikohta 1,5 ametikohta huvihariduses ja pikapäevarühmas ning sotsiaalpedagoogi 0,25 ametikohta).

Vallakodanikud esitasid 2006.a. 112 avaldust toetuste saamiseks valla eelarvest, 2007 ja 2008a. esitati mõlemal aastal 94 avaldust ja 2009.a. (esimese 9 kuu jooksul) esitati 85 avaldust. Umbes 3% avaldustest jääb igal aastal rahuldamata erinevatel põhjustel.

3.8 Laste subjektiivne tervisehinnang

Laste terviseuuringu andmetest on teada, et 86% kooliõpilastest hindab oma tervist heaks, tüdrukutest hindab tervist heaks 85% ja poistest 88%. Konguta Koolis ja lasteaias käivad lapsed on suhteliselt terved, puudumisi on õppeaasta jooksul vähe. Naabervalla koolides käivate Konguta valla õpilaste kohta andmed puuduvad.

Allikas: Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5239>), Konguta Kool

3.9 Kehaline aktiivsus ja kehakaal

Alakaalulisi lapsi on statistika andmetel 4% lastest, 86% lastest on normaalkaalus ja ülejäänutel on probleeme ülekaalulisusega. Poistel esineb vähem ülekaalulisust (2%) kui tüdrukutel (7%).

Allikas: Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5239>)

3.10 Sõltuvusained

Vaata punkte 5.7-5.9

3.11 Koolitoit

Lapsi toitlustatakse 1 kord päevas, toidukorra maksumuseks on 11,73 krooni, toidu eest maksab riik ja vald. Lapsed saavad Koolipiima ja Pria puuvilja. Pikapäevarühmas saavad lapsed sponsorite poolt saadetud piparkooke ja küpsiseid. Lasteaia toidupäev maksab 17.- Selle tasub lapsevanem. Vald toetab paljulapseliste perede puhul ettenähtud soodustuste osas.

Murelikuks teeb asjaolu, et koolilastest sööb ainult 66% igal hommikul hommikusööki, kusjuures need on valdavalt algklasside lapsed, ehk siis sellised, kellele lapsevanem tavaliselt hommikusöögi valmis paneb. Ülejäänud 34% lastest ei söö üldse või siis söövad harva hommikut. See asjaolu aga mõjutab kindlasti laste koolijõudlust, aga ka haigustega toimetulekut, kooliväsimust jne. Laste toitumine oleks kindlasti teema, millel tuleks põhjalikult peatuda ja mida uurida süvendatult. Koolitoidu puhul on märgata, et lapsed ei söö meelsasti salateid, kala, putrusid jne. Selles osas oleks vaja kindlasti tööd teha olukorra paremaks kaardistamiseks ja mõjutamiseks.

Konguta koolis söövad koolitoitu kõik lapsed. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring aga paljastab tõsiasi, et värske juur- ja puuvilja tarvitamine ei ole kooliõpilaste hulgas väga populaarne- kui nooremad õpilased neid veel söövad, siis mida suuremaks muutub klassinumber, seda vähem lapsed puu- ja juurvilju söövad(35% 11-aastastelt kuni 24%-ni 15.a. hulgas). Seda asjaolu on Euroopa Liidu toel asunud muutma ja nüüd jagatakse 1- 4.klassi lastele Pria vahendusel europuuvilju. Kuigi sihtgrupp peaks olema mitte 1- 4.klass, vaid statistikat arvestades põhikool.

Pikapäevarühma nimekirjas on 33 õpilast, kelledest 54,5%-le pakutakse ootena küpsiseid ja sooja jooki. See toidukord on võimalik tänu meie sponsoritele, kuid tervislikkusest on asi kaugel. Vald ega lapsevanemad pikapäevarühma toitlustamisele tähelepanu üldjuhul pööranud pole. Erinevatel aastatel on kool kasutanud erisuguseid võimalusi, kuid peamiselt on siiski toetunud välisabile. 2010.a on kooli hoolekogu asunud probleemiga tegelema, samuti on aktiivsust üles näidanud sponsorid, kes on nõus osaliselt toitlustuskulude katmisega ja laste hommikusöögi rahastamisega.

Tabel 1 Koolitoidu analüüs:

nr	toidu nimetus	kes toetab?	mis aastast
1	Koolipiim	PRIA	2003
2	Koolileib	PERE Leib	2006
3	Koolipuuvili	PRIA	2009
4	Kodumaine köögivili		2006
5	Tervislikud toidud	ise	2007
6	Tervist edendava kooli nimetuse taotlemine	TAI	2006
7	Tervist edendava kooli tiitel	TAI	2009

Allikas: Konguta vald

3.12. Õpilastransport

Koolist koju saavad lapsed liigeldud ühistransporti kasutades. Õpilastele väljastatakse kiipkaardid, mis tagavad tasuta sõidu õiguse ettenähtud marsruudil. Vallas toimib ka vallabuss, mis lisaks Annikoru- Kapsta suunal on 2008.a-st hommikuti teenindanud ka Karijärve-Annikoru suuna lapsi. 2009.a.-st on lisandunud veel Mälgi- Annikoru suund. Vallabuss koolibussina on tasuta. Valla bussi kasutab 27,2% Konguta kooli õpilastest. Ühistransporti kasutab 34,5% meie kooli õpilastest. Kohalik omavalitsus on olnud paindlik vallabussi sõidugraafiku korraldamisel, püüdes arvestada kooli ja lastevanemate vajadustega.

Allikas: Konguta vald

4. TERVISLIK ELU, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND

4.1 Huvitegevuse ja vaba aja veetmise kohad

Arv: 16-20

Vallas: rahvamaja, koolimaja, spordisaal, külaseltsid (2)

Elvas: muusikakool (10), Sinilind (11), Tartus 2-6,

Rannus: muusikaklass, spordiringid

Puhjas: Gümnaasium

Külastatavus: Ei oska täpselt määrata. Muusikakoolides ja huvikoolides käiakse 2-3 korda nädalas, spordiringides samuti 2-3 korda nädalas, külaseltsid käivad koos keskmiselt 1 kord kvartalis. Vallas on piisavalt palju võimalusi spordi ja taidlusega tegelemiseks. Meie valla inimesed tegelevad muusikaga, tantsuga, spordiga, meisterdamisega jne.

Valla spordi- ja taidlusringid on kõikidele osalejatele tasuta. Probleem tekib muusikakoolidega ja teiste tasuliste ringidega, mille õppetasu käib vanematele üle jõu. Sageli on probleemiks ka transport. Noortele oleks vaja omaette käimise kohta- noortekeskust. Praegu kogunevad noored rahvamajja, kuhu muretseti 2009.a. piljardilaud ja lauajalgpalli mäng. Noortel on meie vallas olemas võimalused tegelemaks huvitegevuse ja spordiga, aga sageli jääb vajaka omapoolsest initsiatiivist midagi teha.

Allikas: Konguta vald

4.2 Üldkasutatavad spordirajatised ja terviserajad

Arv : kooli spordihall (1), välistaadion- lõpetamata (1), väli-võrkpalliplatsid külakeskustes (4), Annikoru puhkepargi terviserada (1), Elvas maratonirada, rahvamajas (piljardi ja lauajalgpalli mängud). Kokku: 9

Külastatavus: spordihalli kasutavad esmaspäevast reedeni hommikupoolikul (kell 8.00-15.00-ni) kooli ja lasteaia lapsed kehalise kasvatus tunde ja spordiringide läbiviimiseks. Õhtuti on spordisaal täiskasvanute päralt. Spordisaal on avatud esmaspäevast reedeni kella

18.30-20.30. Nädalavahetustel on võimalik pidada võistlusi kokkuleppel koolijuhatajaga. Spordisaali kasutusloa annab esitatud avalduse põhjal koolijuhataja koostöös kooli majandusjuhatajaga. Saali koristab kooli koristaja. Transpordi peab iga külastaja ise leidma. Transport ei ole takistuseks. Külastavad spordihuvilised lapsed, noored ja täiskasvanud.

Puudub spordiinventari hoidmise koht. Selle ehitamiseks on osaliselt rahalised vahendid olemas. Puuduv osa tuleb veel leida.

Plaanis on täiendada terviserada Annikoru puhkepargis, mida saab kasutada igal aastaajal. Jalgpalli staadioni ümber on plaanis teha korralik jooksurada. Talvisele ajal on vabatahtlike abiga rajatud koolimaja korvpalliplatsile uisuväljak, mis on vabaks kasutamiseks kõikidele vallakodanikele. Valla parkmetsas on olemas jooksu- ja jalgrattarajad huvilistele. Talvisel perioodil on aetud sisse ka suusarajad.

Allikas: Konguta vald

4.3. Transport ja teedevõrk

Ühistransport Konguta vallas on kohaliku vallaelanike üks peamisi muresid(valla SWOT, maakonna teemaplaneering). Bussiliiklus on hõre ja kulgeb hommikuti peamiselt suuremate tömbekeskuste poole(Tartu, Elva) ja pärastlõunal on suund vastupidine. Maakonnakeskusesse jõudmine võtab palju aega, sest bussiliiklus ei ole mitte otse ja kiire, vaid korraldatud läbi väikeste külakeste, asumite ja sagedaste peatustega, mis pikendab ajaliselt tunduvalt maakonnakeskusesse jõudmist. Peale kella 19.00 ei ole võimalik saada ei Tartusse ega Elvasse ega ka tagasi. See tähendab, et enamus vallakodanikke on sellega arvestanud ja orienteeritud isikliku sõiduvahendi kasutamisele. See omakorda aga paneb suurema koormuse valla teedele ja mõjutab veelgi ühistranspordi korraldamist, sest sõitjaid ei jagu. Kooliõpilastele orienteeritult on vald teinud kahel korral bussifirmadele ettepanekuid liinide korrigeerimiseks ja seda on ka arvestatud.

Teede kvaliteet vallas on sõltuv aastaegadest. Põhi- ja tugimaanteid korrastatakse vastavalt Maanteeameti kavadele, kohalikud teed (83km) on aga valla korras hoida. Teed on jagatud vastavalt kasutamisele eri kategooriatesse, et siis neid talvisel ajal vastavalt ettenähtule korras hoida. Elva- Suure-Konguta- Annikoru- Puhja maantee korrashoid ei ole talvisel perioodil kohalikke elanikke rahuldanud, sest teed on libedad, tuisuvaaludega või kinnisõidetud lume tõttu konarlikud. Teistel aastaegadel Teedevalitsuse poolt korrashoitavate teede suhtes üldiselt pretensioone pole. Kohalikud kruusateed põhjustavad probleeme sügiseti ja kevadeti teedelagunemise ajal. Siis võib olla raskendatud operatiivsõidukite kohale jõudmine. Suvine probleem on teede tolmmamine, mille pärast tunnevad ebameeldivust enamsõidetavate teede läheduses elavad kodanikud. Suvel kasutatakse valla keskasulas teede tolumvabaks muutmist.

Valla idaosa läbib Tartu- Valga maantee, kus liiklustihedus on küllaltki kõrge ja see on tee, kust käib kaubavedu Valga- ja Tartumaa ning ka Eesti naaberriikide vahel. Annikorust, valla keskasulast, ei kulge läbi intensiivset kaubavedu. Kergliiklusteid vallas ei ole.

Tänavavalgustust on vallas pidevalt laiendatud ja nüüdseks on vallas valgustus olemas Metsalaane, Mälgi, Mäeotsa, Konguta, Kobilu ja Annikoru külas, valgustrassi kogupikkus on ligikaudu 5km ja kasutusel on valgusele reageerivad andurid, mille toimetel valgustus sisse lülitub või kustub.

Rohealad moodustavad 1/3 valla pindalast. Meil on 2 looduskaitseala ja Viisjaagu- Karijärve hoiuala. Vallas on mitmeid looduskaitsealuseid üksikobjekte. Rekreatsiooni aladena võib välja tuua Karijärve piirkonna ja Kavilda ürgoru ja Vellavere- Vapramäe piirkonna, kus vallakodanik võib käia ennast lõõgastamas. Üldiselt aga kasutavad vallakodanikud puhkamiseks VVV SA piirkonna matkaradasid ja väljaehitatud puhkekohti, meelsasti käiakse Võrtsjärve äärsetes rekreatsioonialadel ning muidugi Elva linnas.

Allikas: Konguta vald

4.4 Keskkonna mõjurid

Vesi: joogivee kvaliteet vastab nõuetele, peale pumbajaama remonti 2009 a. vähenes rauasisaldus kümneid kordi (enne oli probleemiks suur rauasisaldus joogivees). Mõningates piirkondades esineb siiski suur raua sisaldus, mis on tingitud asukoha eripärasusest kuni 9000µg/.

(piirnorm on 200µg/l). Rauasisalduse vähendamiseks on võimalik paigaldada rauaeraldusfiltrid, mis puhastavad vee enne majja jõudmist.

-avalikke randasid ja supluskohti hetkel pole.

-pinnaveekogusse juhitud puhastamist vajavat vett ei ole

-heitvee puhastamiseks settetiigid

Õhk: töökohal suitsetamine keelatud

-avalikes asutustes jälgitakse tubakaseaduse täitmist

Välisõhk: paiksed saasteallikad puuduvad

Probleemiks on kujunenud valla teede, mis on enamuses kruusakattega, tolmmine suve perioodil. Majade lähedalt 50 m. raadiuseni niisutatakse teid. Teiseks tolmu leviku ajaks on karjäärdest materjali välja viimise perioodid.

Jäätmed ja jäätmekäitlus: prügila puudub (töötas kuni 2002.aastani). Prügila pindala oli ca. 0,6 ha ning ladestati ca. 2000 m³ jäätmeid.

-uus jäätmekäitluseeskiri vastu võetud 15. veebruaril 2008

Konguta valla territooriumil ei ole hetkel korraldatud jäätmekäitlust. Konguta vald on suures osas hajaasustusega piirkond, kus on võimalik palju jäätmeid komposteerida ning puidu -ja paberjätmeid põletada. Konguta valla territooriumile on paigaldatud 10 segapakendite ning

papi ja paberi konteinerit. Iga majapidamine peab olema jäätmekäitlussüsteemis st. , et on olemas prügifirmaga leping. Suureks puuduseks on nõuetele vastav ohtlike jäätmete kogumiskoha puudumine ning suur osa jäätmevaldajatest ei ole sõlminud prügivedajaga lepingut.

Radoon: 2007.a viidi läbi radoonisisalduse mõõtmine 10 elumajas, Konguta kooli ning lasteaia ruumides. Mõõtmistulemustest selgus, et piirnormi (200Bq/m³ elu- puhke-ja tööruumides) ületas vaid üks mõõtmiskoht, kus mõõdeti radoonisisalduseks 206 Bq/m³.

4.5. Kuriteod

Tabel 2 Kuritegude võrdlus Konguta valla, Tartumaa ja kogu Eesti andmete põhjal aastatel 2005-2009

Kuriteod kokku	2005	2006	2007	2008	2009
Eesti		51834	50375	50977	
Tartumaa		4 973	5 466	4 920	4876
Konguta vald	12	19	24	28	27

Eesti Statistikaameti andmebaas Tabel JS009 Uuendatud: 03.06.2009 Vaadatud 05.03.2010

Tabel 3 Varavastaste kuritegude arv Konguta valla, Tartumaa ja kogu Eesti andmete põhjal aastatel 2005-2009

Varavastaste kuritegude arv	2005	2006	2007	2008	2009
Eesti		32 550	27 600	28 262	
Tartu maakond		3 041	2 727	2 437	2773
Konguta vald	11	4	9	14	

Eesti Statistikaameti andmebaas Tabel JS009 Uuendatud: 03.06.2009 Vaadatud 05.03.2010

Tabel 4 Varavastaste kuritegude arv Konguta valla, Tartumaa ja kogu Eesti andmete põhjal aastatel 2005-2009

Isikuvastaste kuritegude arv	2005	2006	2007	2008	2009
Eesti		5 055	6 004	6 540	
Tartu maakond		410	501	584	458

Konguta vald	1	13	10	7	
--------------	---	----	----	---	--

Eesti Statistikaameti andmebaas Tabel JS009 Uuendatud: 03.06.2009 Vaadatud 05.03.2010

Arv 1000 elaniku kohta – ei arvuta. Osakaalu ei arvuta. Andmed pole võrreldavad, kuna jaotusalused on mitu korda nende aastate jooksul muutunud.

Allikas: Politsei

4.6. Liikluskuriteod ja –õnnetused

Maakonna territooriumil toime pandud seaduserikkumised. Eraldi joobes juhtide arv ja osakaal kontrollitud juhtidest.

23.03.2010 [Liiklusõnnetused: Liiklusõnnetused teedel maakonna järgi](#) Ei ole veel avaldatud.

Tabel 5 Seaduserikkumised Eestis aastatel 2005-2009

Eesti	2005	2006	2007	2008	2009
Seaduserikkumised	2 341	2 585	2 450	1 869	1 496

Allikas: Tabeli kood: TS093 vaadatud 22.01.2010, Politsei andmebaas

Tabel 6 Liikluskuriteod aastatel 2007-2009 Tartumaal

Tartumaa	2007	2008	2009
Liikluskuriteod	621	493	331
Neist juhtimine joobeseisundis	585	474	314

Allikas: Tartu Postimees 11.03.2010

Tabel 7 Liiklusväärteod ja kuriteod aastatel 2005-2009

Konguta vald	2005	2006	2007	2008	2009
Liiklusväärteod/ joobes juht	33/1	82/10	105/7	391/8	
Kuriteod (mootorsõiduki joobes juhtimine)	1	3	4	5	

Allikas: Politsei andmebaas

4.7 Tulekahjud

Tabel 8 Tulekahjud Kogu Eestis, Tartu maakonnas ja Konguta vallas aastatel 2005-2009

Tulekahjud	2005	2006	2007	2008	2009
Eestis	10 614	14 900	10 400	10 052	
Tartu maakonnas	1088	1341	958	929	
Konguta vallas	11	12	11	8	9

Allikas: Päästeamet, Eesti Statistikaameti Regionaalarengu andmebaas, JS41 Uuendatud: 12.03.2009 vaadatud 05.03.2010 +Kohalik omavalitsus

Tabel 9 Tules hukkunud

Tules hukkunuid	2005	2006	2007	2008	2009
Eestis	136	145	122	90	
Tartu maakonnas					
Konguta vallas			0	0	

Allikas: Päästeamet, Eesti Statistikaameti Regionaalarengu andmebaas, RV56 Uuendatud: 19.06.2009 vaadatud 05.03.2010

4.8. Alkoholi müüvad kauplused

Alkoholi müüvaid kauplusi kohapeal on ainult 1 ja see asub Annikorus, valla keskasulas. Kauplus on avatud igal nädalapäeval kell 10.00-18.00. Laupäeval- pühapäeval on kauplus avatud kella 16.00-ni. Üks kord nädalas teenindab vallakodanikke kauplusauto, kus kanget alkoholi ei müüda.

Allikas: Konguta vald

4.9. Kohaliku omavalitsuse alkoholipoliitika

Ei ole reguleeritud kohalike aktidega, vaid riikliku regulatsiooniga. 2003.a. kehtestatud Heakorra eeskiri sätestab avalike ürituste korral territooriumi koristamise, kuid alkoholiga seonduvat täiendavalt reguleeritud pole.

Allikas: Konguta vald

4.10. Tervist edendavad töökohad

Konguta vallas on ainuke tervist edendav asutus Konguta Kool. Konguta valla asutused rakendavad tervisedendamise põhimõtteid, kuid tervistedendavasse võrgustikku veel ei kuulu.

Allikas: Konguta vald

4.11 Tervist edendavad lasteaiad

Konguta lasteaiad ühines Konguta Algkooliga 1.aprillil 2004.a. Ühinenud asutus kannab nime Konguta Kool.

4.12 Tervist edendavad koolid

Konguta Kool, mille koosseisus on ka lasteaiarühmad on ühinenud Terviste Edendavate Koolide (TEK) võrgustikuga 2009.a. Tunnistus nr.153/24.11.2009/. Konguta Koolis on olemas toimiv 7-liikmeline tervisenõukogu. Tervist edendav kool on investering haridusse, tervisesse ning demokraatiasse. TE kooli eesmärk on tervislik ja toetav õpikeskkond. Konguta Kooli tervisenõukogu selle õppeaasta prioriteetideks on: koolikeskkonna turvalisus ja ohutus ning koolipere tervislik toitumine. Tervisenõukogu on kinnitanud tervist toetavate ürituste plaani, mida pidevalt järgitakse.

Allikas: Konguta Kool

4.13. Tööõnnetused

Statistika andmetel on tööõnnetuste hulk 2009a langenud ja iga 100 000 töötaja kohta tuleb 489 tööõnnetust, millest lõppeb 3,2 surmaga. Surmaga lõppenud õnnetuste arvnäitaja on püsinud stabiilsena viimased 3 aastat (alates 2007a-st). Tööõnnetuste arv aga on näidanud langustendentsi, olles 2009a. samamadala kui aastal 2002. Vaadeldaval perioodil tööõnnetusi Konguta valla territooriumil paiknevates ettevõtetes pole fikseeritud.

Allikas: Tööinspektsioon (<http://www.ti.ee/index.php?page=764&>).

4.14. Kõrgendatud riskiga objektid

Vastavalt kriisiregulatsiooni plaanile, Konguta vallas kõrgendatud riskiga objekte ei olnud fikseeritud. Samas aga tuleb teada, et kõrgendatud riskiga objektideks on kõik lasteasutused (lasteaiad, koolid) ja seega saab ütelda, et Konguta vallas paikneb 1 kõrgendatud riskiga objekt - Konguta kool. Samas tuleb kõrgendatud riskiga objektiks lugeda ka sotsiaal-

üürimaja „Tarekest“, sest selles ööpäevaringselt elavad inimesed ei ole võimelised ohuolukordades evakueeruma(liikumispuuded, vaimne seisund jne).

Allikas: Päästeamet

4.15 Juhtumikorraldusskeemide olemasolu

Valla ametnike poolt on koostatud kriisireguleerimise plaan 2009a. Konguta Koolis on see koostamisel.

Allikas: Konguta vald

4.16 Puukborrelioosi ja -entsefaliiti nakatumine

Andmeid ei õnnestunud saada.

4.17 Hulkuvad loomad: Konguta vallas on kehtestatud kaks regulatsiooni eeskirjade näol, millega on püütud korraldada koduloomade ja kasside- koerte pidamist vallas. Mõlemad eeskirjad on aastast 2003. Hulkuvaid kasse- koeri saab paigutada kinnipüüdmise järgselt Tartu kodutute loomade varjupaika. Konguta vallas vaadeldaval perioodil loomi varjupaika paigutatud ei ole. Varjupaigaga teenuse osutamise suhtes lepingut sõlmitud pole. Hulkuvate koertega tegelevad valla ametnikud ja konstaabel. Periooditi on olnud koerte kadumisi, kuid omanikele on toimetatud nende loomad koju tagasi või on loomad ise kodutee ülesse leidnud.

Allikas: Konguta vald

5.TERVISLIK ELUVIIS

5.1. Terviealase teabe kättesaadavus

Kohalik omavalitsus levitab tervisealast infot valla lehes, mis ilmub üks kord kuu jooksul ja toimetatakse kõikidele valla elanikele koju tasuta. Tervisealast teavet jagatakse ka erinevatel valla üritustel (pensionäride pidudel, puhkeõhtutel jne.), kooli kodulehel, lasteaia blogides, kooli ja lasteaia lastevanemate koosolekutel. Koolis/lasteaias toimuvad erinevad tervisealased teabepäevad. Valla elanikele jagatakse tervisealaseid infovoldikuid ja teabelehti. Kevadel viiakse koolis läbi südamenädal, mille raames kontrollitakse kooli töötajate ja õpetajate tervist. Igal aastal viiakse koostöös lapsevanematega lasteaia rühma lastele läbi Hambaprojekt.

Kindlasti võiks olla rohkem infopäevi/tervispäevi oma valla keskses, kus inimesed saaksid mõõta oma vererõhku, kontrollida oma tervist, kuulata arstide loenguid, soovitusi jne.

Konguta Valla ajalehes avaldatud tervisealased artiklid:

2005 aug.-Üleskutse suitsetajatele- loobuge suitsetamisest! dr. Silvia Noodla
 2005 nov. Helkur ei ole igaks juhuks. Võrtsjärve Konstaablipiirkonna konstaablid
 2006 jaanuari numbris on artikkel Tervislik toit- tervise alus. Autor Lea Tobreluts- Tartu MV tervise edendaja.

2006 okt. -Helkur, helkur, helkur- kordamine on tarkuse ema. Patrullides kohalikel teedel, on silma jäänud, et helkurit kannavad meelsamini koolilapsed. Mida vanemaks saavad inimesed, seda lohakamaks nad muutuvad. Maanteeameti tellimisel TNS Emori poolt läbiviidud uuring, näitab, et viimaste aastate jooksul on toimunud nähtav positiivne muutus. On suurenenud helkuri kandjate arv. Uuringust selgus, et alati kannab helkurit pea iga teine elanik ning vähemalt mõnikord 69% 15-74-aastastest elanikest.

2006 okt. -Rain Pross-päästeameti pressiesindaja. Päästeameti teade. Soovitatakse kontrollida ahjud- pliigid ning pühkida korstnad. Hoone korsten ja tahmalõõrid peavad olema puhtad ja pragudeta. Pliiti, maja- või saunaahju tuleb kütta mõõdukalt, vältida liigkütmist. Kütte- ja soojendusseadmeid ei tohi jätta järelvalveta. Tulekahjusid aitab varakult avastada suitsuandur. Kütteseadmetest tingitud tulekahjudes hukkus 2005.a. 10 inimest, 2004.a. 5 inimest

2006 okt.- Hoiame tervist! Tagli Pitsi, TAI toitumisspetsialist. Vähem rasva, vähem soola, vähem suhkrut.

2006 dets. –narkopreventsiooni koolitusest räägivad Eva Tammemägi ja Piret Mägi.

2006 dets.- Päästeameti ennetuskampaania: Tuleohutud jõulud- Erki Remmelkoor Lõuna-Eesti Päästkeskuse Ennetusbüroost.

2007 jaan. Hea tervise nimel tasub pingutada- Margi Ein räägib tervislikest eluviisidest.

2007. jaan. Sotsiaalministri Jaak Aabi pöördumine 1. detsembril 2006.a. HIV nakatumisest hoidumisest, HIV strateegia rakendamine aastateks 2006-2015.

2007 veebr. Aeroobika- mis, kellele ja miks? Kirjeldatakse mis on aeroobika ja kutsutakse osalema treeningutel.

2007 aprill- Suitsuandur päästab elu ja säästab kodu!- suitsuanduri vajadusest.

2008 märts- Tervelt ja targalt suureks. Lea Saul kirjutab Tallinnas Eesti Rahvusraamatukogus toimunud Tervist Edendavate Lasteaedade (TEL) ja Tervist Edendavate Koolide (TEK) konverentsist.

2008 sept. -Hoia oma süda terve. TAI

2008 nov.-Kõrge eluea lõiv- valla sotsiaalnõunik Elo Kasetalu

2008 dets.-Konguta Kooli õppelaager: Ise elus, elu ohutu.

Allikas: Konguta Valla Teataja

Kokkuvõte: Kohalik omavalitsus levitab tervisealast infot valla lehes, mis ilmub üks kord kuu jooksul ja toimetatakse kõikidele valla elanikele koju tasuta. Tervisealast teavet jagatakse ka erinevatel valla üritustel (pensionäride pidudel, puhkeõhtutel jne.), kooli kodulehel, lasteaia blogides, kooli ja lasteaia lastevanemate koosolekutel. Koolis/lasteaias toimuvad erinevad tervisealased teabepäevad. Valla

elanikele jagatakse tervisealaseid infovoldikuid ja teabelehti. Kevadel viiakse koolis läbi südamenädal, mille raames kontrollitakse kooli töötajate ja õpetajate tervist.

Tervisealase teabe kättesaadavus on rahuldav, kuid mitte piisav. Valla elanikele tuleks rohkem infot jagada tervislike eluviiside kohta. Kindlasti võiks olla rohkem infopäevi/tervispäevi oma valla keskusel, kus inimesed saaksid mõõta oma vererõhku, määrata kehamassi indeksit, mõõta luutihedust, s.t. kontrollida oma tervist. Infopäevadel võiks olla ka arstide/tervishoiutöötajate loengud, praktilised soovitusel sellest, kuidas hoida ja kaitsta oma tervist. Praegu saab tervisekontrolli teostada Elva Haigla juures. Otsene suhtlemine elanikega annab kindlasti ka parema tulemuse.

5.2. Tervislikku eluviisi toetavad üritused paikkonnas

Aasta Üritus	Osalejate arv					
	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Jüriöö- jooks	76	44	78	83	52	64
Nõidade rattaralli	32	34	32	25	56	71
Vastla- päev	Annikorus1 03	95	Külaasemel 176	Vahessaares 168	95	Annikorus 105
Ratta- matk: Tunne oma kodu- valda		2005 sügisel- 48	2006- 12	2007 mai-18 2007 sept.-14 Kokku 32	13. sept.-24	Ei toimunud
Playback Muusikag a narko- maania vastu	Playback-5. aastap.-17 kollektiivi- 71	63	14 kollektiivi: Puhjast, Elvast, Rannust, Pukast ja Kongutast	61 osalejat	65	23.jaan. -64
Kooli OM	Mai 2004-I OM-200	4.01.2005 Talve OM,		Pärismaalaste OM 157		

		28.05- metsa- rahva OM 145				
Küla- päevad		Majala-487	Külaaseme3 56	Pööritsa 387	Vahessaare 327	Lembe- vere 850
VVV SA matka- mängude sari	Keskkonna mängude ideekon- kurss Kokku 53	Projekti- dest osavõtt Kokku: 63		2007- Loodusõppemars- ruudid ja näidismatkad Elva Puhkepiirkonna kaitsealadel Kokku 77	Okt. Väikese Väe rada Elvas 43, Vapu päkapiku- maa- 40 Kokku 83	Matka- mäng, Vapu jõulumaa Kokku 54
Avatud liuväli ja suusa- rajad Annik- oru puhke- pargis	Uisuväli- 160, Suusarajad 123	Uisuväli- 80, Suusarajad 134	Suusarajad- 250	Suusarajad 170	Uisuväli 230, Suusarajad 260	2009.a. suusatajaid talve jooksul 950, uisutajaid 540
Tartu maratoni neliküritu sest osavõtt	5	4	6	3	5	7
Jõulutare rahvamaj as	100 osalejat	96 osalejat	16 töötuba- 102 osavõtjat			
Noortean samblite festival – muusikaga	6 ansamblit	9 ansamblit	8 ansamblit	5 ansamblit		

narkomaa nia vastu						
Pallimän gud	2004 Korvpall- 17, võrkpall-38	2005 korvpall- 46, võrkpall-32	2006- Kovpall-28 osalejat	2007 Korvpall-74, saaljalgpall-10	2008 Paarisvõrk- pall-25	2009 võrkpall-25
Memme- taadi lustitanti mine	225	15 rühma- 239 tantsijat	13 rühma - 160 tantsijat	16 rühma – 212 tantsijat	18 rühma- 230 tantsijat	17 rühma 225 tantsijat
Metsa- semu matka- mäng			2006.a.- 43	2007 65 last ja saatjat I kl. sai I koha		

- 1) **Jüriööjooks.** Selle sportliku ürituse algatajaks on olnud kool. Ürituse laienedes on korraldusliku poole pealt aidanud ka rahvamaja. Kui algselt võistlesid jüriööjooksus vaid lapsed, siis hiljem lisandusid siia ka täiskasvanud. Esindatud on olnud külad ja asutused. Päris väikesed lapsed jooksevad individuaal distantssidel, koolilapsed ja täiskasvanud võistlevad võistkondlikult. On olnud toredaid kostüüme ja humoorikaid lahendusi. Isegi ratastoolis ja kipsis jalaga on võistlustele tulnud. Jüriööjooks toimub Annikoru parkmetsas, kus on mõnus murdmaastik.
- 2) **Memme-taadi lustitantsimine** on Konguta vallas üks rohkearvulisemaid ja pikaajalisemaid üritusi. 1998.aastal alustatud piirkondlikust peost on välja kasvanud suur maakondlik üritus. Viimastel aastatel on tulnud viimastele rühmadele isegi ära öelda, kuna vana rahvamaja lihtsalt rohkem rahvast ei mahuta. Sellel üritusel antakse esinemisvõimalus just eakamatele tantsijatele, kuna memme-taadi rühmadel ei ole eriti palju esinemisvõimalusi. Tantsijad ootavad igal aastal seda pidu väga. Nad saavad teisi vaadata, ise esineda, sõlmida uusi tutvusi ja kohtuda vanade sõpradega ning lõpuks jalgagi keerutada. Tore on see, et tantsides unustatakse ära oma terviseprobleemid ja tantsitakse suure rõõmuga. Konguta rahvamajas ootab esinejaid alati puhas maja, soe vastuvõtt ja tuline supiports. Memmed– taadid on väga leidlikud ja viimastel aastatel on otsitud üha uusi ja põnevaid tantsusid ning üllatatud on ka omanäolise riietusega. 2006.a külastas meie üritust ka ETV Prillitoosi võttegrupp.
- 3) **Külapäevad** 2005.a. toimus I Konguta valla külapäev ja seda koraldas Majala küla. Külapäevad toimuvad kordamööda Konguta valla külades. Korraldajaks on külaselts või küla aktiivsed inimesed. Sel päeval kogunetakse ettevalmistatud külaplatsile. See plats on igal külal erinev. Mõni plats asub suuremal talumaal, mõni peab külapäeva lihtsalt lagedal heinamaal ja mõni küla kopereerub teise külaplatsiga ja peab oma peo seal. Toimub tervitamine maavanema ja vallavanema poolt, taidlejate kontsert, sportlikud mängud ja võistlused ning töötod nii lastele kui ka täiskasvanutele. Päeva lõpuks tehakse kokkuvõtted spordivõistlustest ja tantsitakse ansambli saatel. Külapäeval rändab käest kätte Konguta valla vimpel, kuhu on peale tikitud külade kontuurid. Küla, kes valmistab ette külapäeva, peab oma küla vimplil ära tikkima. Nii on kenasti näha, millised külad veel pole külapäeva jõudnud korraldada. Rahalisi vahendeid külaplatsi tegemiseks ja külapäeva läbiviimiseks taotletakse erinevatest projektidest, oma panuse annab ka kohalik OV. Nii on külaplatse ehtimas kiiged, palliplatsid,

püstkoda, palkmajake, grillimiskohad jne.

II külapäev toimus Külaaseme külas. Ette oli valmistatud külaplats Põrgumäel.

Peale külapäeva korraldamist ei jää kaunid platsid aga sugugi tühjalt seisma, vaid seal toimuvad küla üritused ja pakutakse oma platse ka teistele välja üürimiseks. Nii näiteks toimuvad Majala külaplatsil pidevalt mitmesugused üritused: puuskulptuuride päev, päkapikkude jõulumaa, küla jaanipäev ja vastlapäev, sügise alguse pidu jne. Viimasel külapäeval Lembeveres 2009.a. oli rekordarv külastajaid- 850. Seekord tulid isegi võõrad inimesed, kes olid lehest lugenud kuulutust ja tulid huviga vaatama. See on meie valla kõige suurem üritus terve aasta jooksul.

- 4) **Playback:** Muusikaga narkomaania vastu. See on traditsiooniline üritus, mis sai alguse juba 10 aastat tagasi (1999.a.) Mõte sai alguse jällegi Konguta Koolist. Algul osalesid vaid meie algkooli lapsed, kuid peagi levisid kuuldused toredast üritusest ka naabervaldadesse. Aastate jooksul on väga paljusid artiste jäljendatud ja üsnagi tõetruult: Freddy Mercury, Holly Dolly, Niki, 42GO, Meie mees, Push Up, Kate Perry, Anne Veski, Macarena jpt. 2006.a. astus üles 14 kollektiivi Puhjast, Elvast, Rannust, Pukast ja Kongutast.

2009. Aastal osales 64 last erinevate staaride jäljendamisel. Seda üritust sponsoreerib Konguta Kooli kauaaegne sõber ja sponsor härra Hans Berg Rootsimaalt. Tänu temale saavad kõik osalevad grupid Rootsimaalt saadetud küpsisekarbi ja võitjad saavad rahalise preemia. Sponsoriteks on olnud ka Punane Rist, Maanteeamet, Kohuke jt.

5) **VVV SA matkad ja üritused.** Vapramäe-Vellavere-Vitipalu Sihtasutus on mittetulundusühing, mis moodustati 8. jaanuaril 1999. aastal. Asutajaliikmed on Nõo, Konguta ja Palupera vallad, Elva linn, Tartu Maaspordi Liit. Vapramäe-Vellavere-Vitipalu Sihtasutus on läbi viinud hulga suuremahulisi projekte: korraldatakse matku, matkamänge, antakse välja trükiseid, viiakse läbi uuringuid, õppepäevi jne.

2006.a. käisid Konguta lasteaia lapsed Vapu jõulupeol Vellavere loodusmajas. Vapu on VVV SA vapiloom-suur rõõmsameelne, ümmargune ja roheline maskott. Lapsed ronisid koos Vapu ja päkapikkudega ronimisämblikul ja kiikusid puukiiguga ning osalesid töötubades, kus meisterdati endale väike Vapu ja käbist päkapikk. Kaunistati ka Vapu piparkooke glasuuriga. Pärast said lapsed veel hobusega sõita ja mängida. Vapu õpetas kõigile lume võlumist- 2006.a. detsembris lund ei olnud.

2007.a. toimus pilootprojekt: Loodusõppemarsruudid ja näidismatkad Elva Puhkepiirkonna kaitsealadel. Projekti raames on koondatud kaante vahele kõik Elva puhkepiirkonna kaitsealade skeemid koos olemasolevate loodusõppemarsruutidega ning komplekteeritud 20 matkakotti koos vajalike loodusõpe vahendite ja määrajatega. Projektis osalejad saavad kaasa kogu varustuse iseseisvaks loodusõppeks ja õpperadade kaardid. Et iseseisev loodusõpe pakuks ka seikluslikku

momenti, on VVV SA poolt koostatud marsruudid koos matka jooksul läbitavate punktidega, mille juures tuleb lahendada mõned ülesanded. Matkad on erineva raskusastmega ja erineva suunilusega (lasteaia lastele-jalgsimatkad, algklassi lastele-jalgsimatk, peredeleb jalgsi- või rattamatk, noortele-jalgrattamatk, loodushuvilistele lastele-jalgsimatk ja loodushuvilistele täiskasvanutele-rattamatk.

2008.aasta sügisel avati Elvas Väike Väerada. See on terviserada, mis ühendab endas teaduse, tervise ja spordi, kunsti ja pärimuse ning pakub erinevaid võimalusi igäühele tunnetada looduse väge enda seisundi paremaks muutmisel. Väike Väerada on kolme km pikkune ja kergesti läbitav metsatee. Peatuskohti tähistavad eesti muinasjuttude tegelaste puuskulptuurid-kokku 35 skulptuuri erinevatelt

autoritelt. Vaikse järve äärne soine pinnas on rikas erinevatest orgaanilistest humiinhapetest, mis leevendavad reumat ja põletikulisi protsesse. Paraneb vaimne tasakaal.

6) **Metsasemu matkamängust** võttis osa terve kool. Klasside kaupa käidi erinevatel matkaradel üle Eesti ja lahendati etteantud ülesandeid. 1.-2. klass käisid Roiupalu õpperajal, kus neil tuli leida märke sellest, kuidas inimene abistab metsloomi. 3. Klass käis Hargla terviserajal ja õppeülesandena uuriti, kuidas saab määrata kasvavate mändide vanust. 4. Klassi õppekäik viis Kilingi-Nõmme matkarajale, kus tuli pildistada loodust, vastates nii loodusteemalistele küsimustele. 5. Klassi lapsed käisid koguni Ranametsa-Tolkuse matkarajal, uudistades rabajärve vee värvi ja määrates erinevaid rabas kasvavaid puuliike. 6. Klass võttis ette retke talvisesse Taevaskotta, kus pidid uurima inimeste tehtud kahju loodusele. Matkamäng oli kõikidele huvitav ja andis juurde palju uusi teadmisi.

7) **Nõidade rataralli**- Igal aastal viimasel aprillikuu päeval peetakse Konguta vallas nõidade rattaralli. See on üritus, kuhu peab tulema nõiariietes (kostümeeritult), kaasas peab olema luud (põhisõiduvahend) ja jalgratas (abisõiduvahend). Aastate jooksul on sellest välja kujunenud traditsioon, millest võtavad osa nii väiksed kui suuremad vallakodanikud. Toimub huvitavamate kostüümide premeerimine, luudade kontroll, rattaralli ja igasugused põnevad mängud. Näiteks 2007.a. pidid nõiad teadma võlusõnu, tundma kinnisilmi ära oma luua, laulma karaoket ja võluma. 2008.a. juhendas volbitralli Väike Nõid. Siis otsiti peidetud varandust. Otsima pidi kooli ja lasteaija ümbrusest ning abiks olid kaardid, mis varanduseni viisid. Lõkke ääres pakuti nõidadele mürgipirukaid, jääkülma kurgukülmetajat ja surimurinõiajooki. Lõpuks muidugi tants ja trall. Suuremad ja kangemad nõiad trallitasid kuni pimedani.

8) **Kooli OM** Kongutas on toimunud juba 4 olümpiamängud.

2004.a. toimusid I OM Kongutas, kus osalesid, kool, lasteaed, vallavalitsus, ja valla elanikud. Mängud kuulutas avatuks vallavanem Agu Kasetalu. Olümpiatule süüas Roland Lessing-Eesti Koondise laskesuusataja. Nende mängude noorim osavõtja oli 1,5 aastane ja kõige vanim 83- aastane. Võisteldi kokku 16 erineval spordialal. Populaarseimaks alaks sai saapavise, kus oli 131 osalejat, rohkelt võeti osa ka kõhulihaste testist, hantlitega kaugushüppest, käbijooksust ja jõuhoidmisest. Välja jagati 80 medalikomplekti. Kõik medalistid said Eesti Olümpiakomitee ja Olümpiaakadeemia diplomi ja Rootsi sponsorilt Hans Bergilt küpsisekarbi.

2005.a. toimusid OM talvel. Olümpiatule süüas paraolümpialane ujumises- Marge Kõrkjas, kes on käinud neljal järjestikusel olümpial. Ta on võitnud ühe kuld-, kolm hõbe- ja ühe pronksmedali. Kuna lund oli sel talvel vähevõitu, siis toimusid osa võistlusi sees ja osa väljas. Lapsed said proovida osavust uisusaapa paela sidumises, nooleviskes, karonamängus, lauatennis, kabes-males ja loomulikult ka suusatamises. Mängudel said osaleda ka täiskasvanud. Seekordsetele võistlustele pani punkti lumejeti valimine. See pidi olema kõige tugevam, osavam, kiirem mees või naine.

2007.a. toimusid pärismaalaste OM. Kõik lapsed alates lasteaiast olid riietatud erinevate kontinentide pärismaalasteks, osa võisid võtta ka täiskasvanud vallakodanikud. Avadefileele kogunesid esindajad Euroopast, Aasiast, Ameerikast, Aafrikast, Austraaliast. Oli väga põnev näha Kongutas võistlemas hiinlasi, neegreid, indiaanlasi, samuraisid, viikingeid, eskimosid, aborigeene jne. Isegi murjamid olid esindatud. Mängud algasid värvikireva ja lõbusa rongkäiguga. Suunduti peaväljakule, kus toimus avatseremoonia nagu päris OM-del. Heisati lipp, süüdati olümpiatuli, anti pidulik vanne nii sportlaste kui ka kohtunike poolt. Peale avamist asuti võistlustulle. Ka alad olid põnevad nagu pärismaastele kohane: ahvide võidujooks, musta mehe täpsusvise, sumo ja elevantide jõutrik, indiaa palli vise,

Kanada hokimeeste slaalom, põhjamaade saapavise ja naise/mehe kandmise võistlus, kanguru hüpped jne. Võistluste lõppedes said parimad sportlased medalid kaela. Pidulõppedes kontserdi ja ilutulestikuga.

Kokkuvõte: Konguta vallas on päris palju traditsioonilisi tervist toetavaid suurüritusi nagu küladepäev, memme-taadi lustitantsimine, jüriööjooks, nõidade rattaralli, Playback, rattamatk, avatud suusarajad ja uisuväljak jne. Lisaks üritustele osaleb suur hulk täiskasvanuid mitmesugustes taidlus- ja sporditreeningutel. Sellest hoolimata jätkatakse üha uute võimaluste otsinguid. Enamus üritusi on seotud kehalise aktiivsusega. Edaspidi võiks korraldada info- või tervisepäevi, et teavitada elanikkonda tervise hoidmise vajalikkusest ja erinevatest võimalustest. Lasteaia- ja koolilastele on väga palju terviseealaseid üritusi. Rohkem tähelepanu tuleks pöörata noortele ja täiskasvanud elanikkonna kaasamisele.

Allikas: Kohalik omavalitsus

5.3. Subjektiivne tervise enesehinnang

Oma tervist heaks ja väga heaks hinnanud inimeste hulk (%) Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaal

2004.a. **39,3%**;

2006.a. **43,5%**

2008.a. **47,8%**

Kokkuvõte: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringus (vanuses 16-64) on Eesti jaotatud 5 piirkonnaks. Konguta vald kuulub Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga- ja Võrumaa piirkonda. Uuringu järgi on enda tervist heaks ja väga heaks hinnanud inimeste hulk %-des järgmine: 2004. a. 39,3%; 2006.a. 43,5% ja 2008.a. 47,8%. Võrreldes teiste Eestimaa piirkondadega, jääb Lõuna- Eesti Harju- ja Raplamaa ning Järva-, Pärnu- ja Viljandimaa järel kolmandale kohale. Alates 2004.aastast on oma tervist heaks ja väga heaks hinnanute osakaal järjest tõusnud, kuid ometi jäävad need arvud alla 50%, s.t., et üle poole Lõuna-Eesti inimestest ei tunne end tervena. Edaspidi tuleb palju tööd teha selle nimel, et tervete inimeste hulk suureneks. Väga oluline osa on siin tervislike eluviiside propageerimisel ja tutvustamisel (õige toitumine, piisav kehaline aktiivsus, õige töö ja puhkuse vahekord jne.). Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

5.4. Füüsiline aktiivsus

Inimeste osakaal rahvastikust, kes rohkem kui kord nädalas vabal ajal harrastavad tervisesporti (%)

2008.a. Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa **36,3 (mehed-35,9, naised- 36,6)**

2006.a. Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa **32,1 (mehed 27,3, naised 35,3)**

2004.a. Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa **30,5 (mehed 29,2, naised 31,6)**

Kokkuvõte: Alates 2004.aastast on Lõuna-Eestis tervisesportlaste osakaal pidevalt kasvanud. 2004.a. oli Lõuna-Eesti kolmandal kohal saarte ja Ida-ning Lääne-Virumaa järel (30,5%). 2008.a. tõusid Lõuna-Eesti üle Eesti esimesele kohale inimeste osakaalult, kes rohkem kui kord nädalas vabal ajal harrastavad tervisesporti (36,3%). See on ilmselt tingitud nii Lõuna-Eesti maastiku iseärasustest, kui ka sellest, et järjest rohkem ehitatakse välja tervise- ja suusaradade, korrastatakse/luuakse sportimisvõimalusi valdades, rajatakse palliplatse külaväljakutele. Viimastel aastatel meelitavad lumerohked talved järjest rohkem inimesi suusaradadele. Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringust selgub, et rohkem tegelevad tervisespordiga kõrgharidusega inimesed, kõige vähem on tervisespordi juurde jäänud keskeriharidusega inimesed. Soolisest võrdlusest selgub, et naised teevad tervisesporti rohkem kui mehed.

Õpilaste jaotus (%) vähemalt tund aega päeva jooksul mõõduka kehalise aktiivsuse sageduse, soo ja vanuse järgi 2005/2006

vanus	Poeglapsed				tütarlapsed				
	11	13	15	K	11	13	15	K	K
Mitte kordagi	2,5	4,4	3,9	3,7	2,6	4,0	4,1	3,6	3,6
3 x nädalas	16,1	16,2	19,1	17,3	17,9	23,3	20,8	20,8	19,0
5 x nädalas	14,9	16,7	16,3	16,0	15,7	12,4	12,4	13,4	14,8
7 x nädalas	24,2	23,0	18,5	21,7	21,3	12,9	9,3	14,3	18,1

Konguta valla inimesed saavad tasuta kasutada kooli juures asuvat spordisaali nii korvpalli kui ka võrkballi mängimiseks. Valla elanikud saavad käia Vellevere-Vitipalu-Vapramäe matkaradadel, kus pakutakse erinevaid õppeprogramme. Osaliselt valgustatud Annikoru puhkepargis on võimalik talvel suusatada looduslikel mäenõlvadel. Koolimaja juurde on igal talvel rajatud uisuväljak, kus saavad õhtuti uisutada kõik huvilised. Annikoru külas asub ka jalgpalliväljak ja liivaga võrkpalliplats. Päris paljud Konguta valla inimesed võtavad osa Tartu neliküritusest (rattasõit, jooksmine, suusatamine ja rulluisutamine). Populaarsust on kogunud ka oma valla rattamatkad igal sügisel, jüriööjooks, vastlapäeva tähistamine ja kooliolümpiamängud. Eakamad inimesed harrastavad kepikõndi.

Konguta vald on toetanud oma elanikke spordibaaside loomise näol. Edaspidi peab leidma võimalusi tuua veelgi rohkem valla elanikke tervisespordi juurde, sest liikumine on hea tervise aluseks.

Kooliõpilaste tervisekäitumise uuringust selgub, et järgides soovitusi olla kehaliselt aktiivne vähemalt üks tund päevas, on Eesti õpilastel selliseid päevi nädalas keskmiselt 3,5. Aktiivsemad on 11-aastased ja vähem aktiivsed 15-aastased. Kokkuvõttes on poisid eelduspäraselt füüsiliselt aktiivsemad. Võib ka arvata, et nad järgivad rohkem kehalise tegevuse soovitusi. Soovitatavat liikumist (liikumine päevas rohkem kui üks tund enamikul päevadel nädalas) on poisid harrastanud rohkem kui tüdrukud: 35% 11-aastastest poistest ja 29% 11-aastastest tüdrukutest, 13-aastastest vastavalt 26% ja 20%, 15-aastastest 27% ja 16%. Poisid liiguvad rohkem ja neil on ka vähem tervisehäireid. Ühtlasi viibivad nad

sagedamini sõpradega väljas, mis juba iseenesest tähendab suuremat liikumist (Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring 2002/2003 ja 2005/2006)

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5239>)

5.5. Toitumine

- Toiduõli kasutajate osakaal keskmiselt 2008a. 92,6%; 2006 a 92,4%; 2004a 91,3%.

Maapiirkonnas 93,0% Linnas 92,8%. Tartu- Jõgeva- Põlva- Valga –Võru keskmiselt 93,0%

2008 töötavad inimesed 93,2%; töötud 93,8%

- Pansoola kasutajate osakaal keskmiselt 2008a. 12,4%; 2006a. 10,8%; 2004a. 10,5%

Maapiirkonnas 13,7%. Linnas 10,3% . Tartu- Jõgeva- Põlva- Valga- Võru keskmine 13,0%

2008 töötavad inimesed 13,1%; töötud 8,0%

- Vähemalt kuuel päeval nädalas värsket juurvilja söönute osakaal 2008a.20,4%; 2006a. 22,6%; 2004a. 20,0%.

Maapiirkonnas 14,6%. Linnas 21,7%. Tartu- Jõgeva- Põlva- Valga- Võru keskmine 17,4%.

Töötavad inimesed 21,8%; töötud 8,0%.

- Vähemalt kuuel päeval nädalas värskaid puuvilju/ marju söönute osakaal 2008a. 30,7%; 2006a. 29,2%; 2004a. 23,7%.

Maapiirkonnas 26,5% Linnas 29,9%. Tartu- Jõgeva- Põlva- Valga- Võru 24,5%.

Töötavad inimesed 31,1%, töötud 13,6%.

Kooliõpilased 11a. 35%; 13a. 32%; 15a. 24%. Nende tulemustega on Eesti teiste riikide hulgas 11a.- 34. kohal; 13a. 32. kohal; 15a. 35. kohal värsked puuvilja söömisega.

Kokkuvõte: inimeste toitumisharjumusi on väga raske muuta. Eelkõige on muutumatuse taga traditsioonid, aga ka teadmatus ning sageli ka materiaalsed võimalused. Kui nüüd analüüsida eelpoololevaid arve, siis on märgata, et toiduõli tarvitajate osakaal suureneb tasahilju aasta- aastalt (91,3%-lt 92,6%-ni) ja meie piirkonnas kasutatakse toiduõli keskmisest pisut enamate inimeste poolt(93%). Ka pansoola tarvitajate hulk on tõusnud 10,5%-lt 12,4%-le, mis aga siiski on üsna marginaalne näitaja veel. Mõistetav on, et pansoola tarvitavad enam töötavad inimesed (13,1%) , seevastu kui töötutest tarvitab pansoola ainult 8%. Huvitav aga on täheldada, et maapiirkondades söövad inimesed vähem juurvilja kui linnades, vastavalt 14,6% maal ja linnas 21,7%. Tartu piirkonnas tarvitatakse juurvilju 17,4% inimeste poolt vähemalt kord nädalas värskelt. Töötavad inimesed tarvitavad juurvilju rohkem kui töötud ja see on materiaalselt mõistetav, aga võib- olla on

siin tegemist hoopiski trenditeadliku käitumisega, sest kõikvõimalikud tervise- ja söögisaated propageerivad tööl olles vahepalaks juurviljade söömist nagu ka puuviljade söömistki. Positiivne nihe ongi märgata justnimelt puuviljade söömise osas. Nii on sööjate osakaal 23,7%-lt 2004.a. tõusnud 30,7%-le ja linnaelanikkond tarvitab söögiks neid sagedamini kui maarahvas. Muidugi on märgatav lõhe siin töötute ja töökäijate puuviljade söömise vahel, sest ainult 13,6% töötutest saab endale kord nädalas lubada puuvilju, seevastu kui töökäijatest saab seda endale lubada 31,1%. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring aga paljastab tõsiasi, et värske juur- ja puuvilja tarvitamine ei ole kooliõpilaste hulgas väga populaarne- kui nooremad õpilased neid veel söövad, siis mida suuremaks muutub klassinumber, seda vähem lapsed puu- ja juurvilju söövad (35% 11-aastastelt kuni 24%-ni 15.a. hulgas). Seda asjaolu on Euroopa Liidu toel asunud muutma ja nüüd jagatakse 1.-4. klassi lastele PRIA vahendusel europuuvilju. Kuigi sihtgrupp peaks olema mitte 1.-4. klass, vaid statistikat arvestades põhikool.

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

5.6. Ülekaalulised/ rasvunud

Ülekaalulised ja/või rasvunud inimeste osakaal täiskasvanud elanikkonnas on aasta- aastalt tõusnud. Kui 2004. a oli neid 42,8%, siis 2008a. oli neid juba 49,5%. Tartu piirkonna keskmine on ainult keskmisest madalam. Selle kasvutendentsi taga on kindlasti inimeste suurenenud mugavus ja heaolu, aga vähenenud liikumine. Linnades on ülekaalulisi üle poole täiskasvanud elanikkonnast (51%), maal on alla poole (49,9%). Kindlasti on linnades inimestel liikumist vähem, sest saab kasutada ühistransporti, liigutakse liftidega jne. Maapiirkonnas aga enamasti liigutakse siiski pisut enam jalgsi ja liftisid ning eskalaatoreid veel pole. Samas on töötute hulgas vähem ülekaalulisi (45,4%) ja see võib tuleneda majanduslikust seisundist. Kooliõpilaste hulgas läbi viidud terviseuuring sedastas, et mida vanemad on meie praegused õpilased, seda vähem on ülekaalulisust ja noorte kooliõpilaste hulgas on märgata ülekaalulisuse tõusutrendi. Nii on 15a-te laste hulgas ülekaalulisust täheldatud 8%-l, seevastu kui 11a. lastel on ülekaalu täheldatud 11%-l lastest.

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5239>)

5.7 Alkoholi tarbimine

Vähemalt üks kord kuus korraga kuus või rohkem alkoholiannust tarbinute jaotus (%) vanuse ja taustaandmete järgi. 2004.a.

Perekonnaseis

Vallaline	M 45,8	N 14,4	Keskm. 30,5
Abielus, vabaabielus	46,5	12,3	27,4
Lahutatud, lahus elav	57,8	12,4	27,7
Lesk/ Widowed	25,0	9,6	11,0

Haridus

Alg-, põhi	49,2	14,1	32,4
Kesk	48,5	13,9	29,2
Keskeri	49,4	14,6	29,4
Kõrg	34,5	6,5	15,8

Elupiirkond

Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	47,3	13,8	29,2
--	------	------	------

Nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi tarbinute jaotus (%)**Perekonnaseis**

Vallaline	45,4	17,6	31,9
Abielus, vabaabielus	54,0	15,0	32,2
Lahutatud, lahus elav	52,4	13,6	26,8
Lesk	30,8	15,7	17,2

Haridus

Alg-, põhi	44,0	14,4	30,0
Kesk	49,4	18,1	32,1
Keskeri	54,4	13,9	31,2
Kõrg	56,3	15,4	29,0

Elupiirkond

Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	53,1	16,6	33,5
--	------	------	------

Üldse mitte	7,4	9,5	8,6
-------------	-----	-----	-----

2006.a.

Üldse mitte	6,4	8,8	7,8
-------------	-----	-----	-----

Vähemalt üks kord kuus korraga kuus või rohkem alkoholiannust tarbinute jaotus (%) vanuse ja taustaandmete järgi**Perekonnaseis**

Vallaline	47,7	13,6	29,3
-----------	------	------	------

Abielus, vabaabielus	42,9	12,1	24,9
Lahutatud, lahus elav	57,8	11,5	23,0
Lesk	46,2	12,8	16,4

Haridus

Alg-, põhi	47,3	16,0	32,2
Kesk	46,9	13,7	26,7
Keskeri	48,2	13,8	26,6
Kõrg	34,7	6,9	16,5

Elupiirkond

Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	50,4	13,6	28,2
--	------	------	------

Nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi tarbinute jaotus (%) vanuse ja taustaandmete järgi**Perekonnaseis**

Vallaline	49,3	18,9	33,1
Abielus, vabaabielus	53,0	16,6	31,8
Lahutatud, lahus elav	54,7	13,8	23,8
Lesk	15,4	15,4	15,4

Haridus

Alg-, põhi	44,5	12,2	29,2
Kesk-	50,0	16,7	29,8
Keskeri	55,3	17,7	31,7
Kõrg	57,0	17,8	31,3

Elupiirkond

Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	53,0	14,2	29,7
--	------	------	------

2008.a.

Üldse mitte	7,8	8,7	8,4
-------------	-----	-----	-----

Vähemalt üks kord kuus korruga kuus või rohkem alkoholiannust tarbinute jaotus (%)

Vallaline/	41,7	15,6	28,1
Abielus,	44,3	11,5	25,6
Lahutatud,	47,	10,6	23,6
Alg-, põhi-/	45,9	15,7	32,5
Kesk	43,8	16,4	28,0
Keskeri	48,9	10,6	27,3
Kõrg	33,0	8,4	16,2

Elupiirkond

Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	42,7	15,8	28,8
--	------	------	------

Nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi tarbinute jaotus (%) vanuse ja taustaandmete järgi**Elupiirkond**

Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	50,8	20,0	34,9
--	------	------	------

Kokkuvõte: 2004.a. Lahutatud mehed ja naised tarbivad alkoholi kõige rohkem, kõige vähem abikaasa kaotanud inimesed. Alg- ja põhiharidusega mehed ja naised tarbivad kõige rohkem alkoholi, kõrgharidusega inimesed kõige vähem. Eesti piirkondadega võrreldes, on Lõuna-Eestis vähemalt üks kord kuus korruga kuus või rohkem alkoholiannust tarbijaid 29,2%, s.h. mehi 47,3% ja naisi 13,8%. Nädalas rohkem kui 40g absoluutset alkoholi tarbivad kõige rohkem kõrgharidusega abielus olevad mehed ja keskhariidusega vallalised naised.

2006.a. vähemalt üks kord kuus korruga kuus või rohkem alkoholiannust tarbijad olid keskeriharidusega lahutatud mehed ja alg- ja põhiharidusega vallalised naised. Lõuna-Eesti on Eesti piirkondadega võrreldes teisel kohal (28,2%). Nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi tarbivad kõige rohkem keskhariidusega lahutatud mehed (54,7%) ja keskeriharidusega vallalised naised (33,1%). Lõuna-Eesti meestest tarbib nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi 53% ja naistest 14,2%. **2008.a.** vähemalt üks kord kuus korruga kuus või rohkem alkoholiannust tarbijad on keskeriharidusega lahutatud mehed ja keskhariidusega vallalised naised. Lõuna-Eesti on nende näitajate poolest vabariigis teisel kohal (28,8%). Nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi tarbivad Lõuna-Eestis 50,8% meestest ja 20 % naistest.

Vaadeldes kolme rahvastiku uuringut, võib öelda, et alkoholi tarbivad kõige rohkem lahutatud alg- ja põhiharidusega mehed ning vallalised alg- ja põhiharidusega naised. Vähemalt üks kord kuus korraga kuus või rohkem alkoholiannust tarbijate osakaal Lõuna-Eestis on aastate lõikes olnud järgmine: 2004.a. 29,2%; 2006.a. 28,2% ja 2008.a. 28,8%. Nädalas rohkem kui 40 g absoluutset alkoholi tarbivad Lõuna-Eestis 33,5%, 29,7% ja 34,9%.

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

5.8 Suitsetamine

Täiskasvanud igapäevasuitsetajate osakaal.

2004 Eestis	47,7	21,1	32,8	
Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	43,6	19,8	30,9	
Alg-, põhi	50,0	26,3	38,8	
Kõrg-	28,6	11,1	17,1	
Lahutatud, lahus elav	60,0	29,0	39,9	

Rohkem kui 20 sigaretti päeva jooksul suitsetanute osakaal:

Eestis	11,7	1,8	8,1	
Alg-, põhi	7,2	0,0	4,9	
Kõrg-	22,0	2,7	13,8	
Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	10,6	1,6	7,5	
Lääne-, Saare-, Hiiumaa	16,7	0,0	12,5	
Suitsu mitteproovinute osakaal: Eestis	21,7	50,5	37,8	

2006 Igapäevasuitsetajate osakaal.

Eestis	40,5	19,5	27,8	
Mittesuitsetaja	24,1	52,1	41,0	
Keskeri	46,4	20,4	30,0	
Kõrg	17,8	9,7	12,5	
Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	38,8	17,9	26,3	
Ida-, Lääne-Virumaa	45,7	19,7	30,4	

Rohkem kui 20 sigaretti päeva jooksul suitsetanute osakaal

>20 Eestis	13,3	1,9	8,5	
------------	------	-----	-----	--

Kesk-	16,5	1,9	10,1		
Kõrg-	10,5	2,5	6,4		
Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa			15,4	3,3	10,6

2008.a. Igapäevasuitsetajate osakaal.

Eestis Igapäevasuitsetaja	38,6	17,1	26,2		
Mittesuitsetaja	27,1	54,8	43,0		
Alg-, põhi-/		50,0	25,9	39,2	
Kõrg	15,7	10,0	11,8		
Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa			36,1	18,3	27,0

Rohkem kui 20 sigaretti päeva jooksul suitsetanute osakaal

Eestis >20	12,1	3,1	8,8		
Keskeri	14,8	1,1	10,0		
Kõrg	8,3	-	3,5		
Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa			26,7	1,7	9,2

Kokkuvõte suitsetamisest

Koolinoored ja suitsetamine: Maailma Terviseorganisatsiooni uuringutest selgub, et suitsetamine on üks olulisemaid haigestumuse ja suremusega seotud tervise riskitegur kogu maailmas. Suitsetamise harjumus saab alguse juba noorukieas. Uuringud on näidanud, et mida varem proovib nooruk esmakordselt suitsu tõmmata, seda suurem on tõenäosus, et temast saab hiljem regulaarne suitsetaja.

Vastavalt 2005/2006.a. TAI poolt läbi viidud Eesti Kooliõpilaste tervisekäitumisuuringule, ei ole 11.-15.-aastastest kooliõpilastest suitsu proovinud vaid 35% poistest ja 51% tüdrukutest. Selleks vanuseks on suitsu ära proovinud 65% poistest ja 49% tüdrukutest. Keskmiselt hakkavad noored suitsetama 11-a. vanuselt. Regulaarseks suitsetajaks loetakse õpilast, kes suitsetab vähemalt korra nädalas. Regulaarselt suitsetab 18,8% poistest ja 13,3% tüdrukutest, s.h. iga päev suitsetab 10% poistest ja 5% tüdrukutest, vähemalt korra nädalas suitsetab 3,9% poistest ja 3,7% tüdrukutest. Vanusega suureneb igal nädalal suitsetajate osakaal. Igapäevasuitsetajaid leidub kõige rohkem mitte-eesti kodukeelega pärit noorukite hulgas. Nendel õpilastel on raske oma muresid vanematele usaldada ja nad elavad enamasti halvema majandusliku olukorraga peredes. Igapäevasuitsetajaid on kaks korda sagedamini depressiivsusele kalduvate õpilaste hulgas.

Konguta vallas suitsetab päris palju noori. Suitsetamist soodustab vanemate ja sõprade negatiivne eeskuju ning vastutustundetud täiskasvanud, kes ostavad alaealistele noortele sigarette. Suitsetamist aitaks vähendada see, kui maakauplustes ei müüdnaks sigarette ja kehtiks rangem kontroll politsei poolt.

Täiskasvanud igapäevasuitsetajate osakaal on Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringu järgi vähenenud: 2004.a.-32,8%, 2006.a.-27,8% ja 2008.a. 26,2%. Mittesuitsetajate osakaal Eestis tervikuna vastavalt 37,8%, 41% ja 43%, kusjuures mittedsuitsetajate meeste protsent on kasvanud 21-lt 27-le ja mittedsuitsetajate naiste protsent on kasvanud 50-lt 54-le. Langus on eelkõige toimunud nooremate vanusegruppide seas. Kolme viimase uuringu võrdluses on suurim langus toimunud 25-34-aastaste meeste seas (2004. aastal oli igapäevasuitsetajaid 51,1%, 2008. aastal 37,5%) ning naistel on langus suurim vanusegrupis 16-24 (2004 – 21,4% ja 2008 – 13,6%). See näitab, et inimeste teadlikkus on mõnevõrra kasvanud.

Lõuna-ja Kagu-Eestis on igapäevasuitsetajate osakaal vastavalt 30,9%, 26,3% ja 27%. Võrreldes 2004.a. on suitsetajate osakaal langenud, kuid 2008.a. tulemustest selgub, et on toimunud väike tõus. Vaatamata suitsetajate langustendentsile, tuleb selle probleemiga tulevikus kõvasti tegeleda, sest suitsetamine kahjustab tugevalt inimeste tervist.

Rohkem kui 20 sigaretti päeva jooksul suitsetajaid võib nimetada ahelsuitsetajateks. Nende arv Eestis on olnud järgmine: 2004.a. 8,1%; 2006.a. 8,5% ja 2008.a. 8,8%. Nagu näha on ahelsuitsetajaid pidevalt juurde tulnud. Siin on ees suur tööpõld- teadvustada inimestele suitsetamisest loobumise võimalusi nii riiklikul kui ka omavalitsuste tasemel.

Suitsetamise juures tuleb välja suur erinevus erineva haridustasemega rahvastiku tervisekäitumises. Kui kõrgharidusega meestest suitsetas igapäevaselt 2004.a. 128,1% ja 2008.a. 15,7% siis alg- või põhiharidusega meestest suitsetasid pooled. Kõrgharidusega naistest suitsetab iga kümnes, põhiharidusega naistest aga iga neljas. Nii meeste kui naiste hulgas on kõige enam igapäevasuitsetajaid töötute seas (vastavalt 66,2% ja 32,6%). Perekonnaseisu järgi on kõige enam selliseid suitsetajaid lahutatud või lahus elavate inimeste seas (meestest 48,5% ja naistest 26,0%).

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5239>)

5.9 Narkootiliste ainete tarbimine

Narkootiliste ainete tarbimine näitab kasvutendentsi kogu maailmas, nii ka Eestis. Aina nooremas eas asutakse narkootikumide pruukima. Kui 2004.a. oli tarbinuid 11,4%; siis 2008a-ks oli see tõusnud juba 15,3%-le. Mõnevõrra ootamatu on teadmine, et maapiirkonnas tarvitatakse linnadest rohkem narkootilisi aineid, ehkki võiks eeldada vastupidist tendentsi. Tartumaal (koos piirkonnaga) tarvitab Eesti keskmisest rohkem inimesi (15,3%) narkootilisi aineid. Arvatult enim tarvitavad narkootilisi aineid töötud (20,7%) - eks see ole põgenemine reaalsusest. Kooliõpilaste tervisekäitumisest selgub, et uue trendina on lisandunud vesipiibu proovimine. Nii on seda 11.a. laste hulgas proovinud 18%, 13-aastaste laste hulgas 31% ja 15a laste hulgas on proovijaid olnud juba ligi 52%. Kanepitarvitajad on eelkõige poisid-31% 15a. grupis ja 19% samavanade tüdrukute grupis. Kokkuvõtet tehes võib märkida, et Konguta vallal on selles valdkonnas olemas negatiivsed eelised- maapiirkond, Tartumaa ja suhteliselt suur töötute arv. Noored on alati igasuguste alternatiivsete ideede osas ja oma osa on siin ka noorte interneti suhtluskeskkondadel ning interneti põhjalat maailmal- otsitakse uusi ideid ja

võimalusi, ollakse julged katsetama jne. Narkootikumide alternatiivid on taimed, seemed jne. Teadaolevalt oli ka Konguta vallas 2009. a. mürgitusjuhtumeid, kus noored püüdsid hallutsinatsioonide esile kutsuda taimede (inglitrompet) abil. Vallanoori aga kutsutakse üles narkootikumide vastu

võitlema muusika tegemise ja tantsuga (Konguta Kooli ÕOV staarijäljenduskonkurss Playback). Konguta Koolis on tegeldud aktiivselt narkopreventatiivse toga (agitprogrammiga tuuritati Tartumaal mitmel aastal).

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

5.10 Kondoomi kasutamine

Kondoomi kasutajate hulk on aasta aasta järel tõusnud. Selle põhjuseks saab pidada inimeste teadlikkuse kasvu, aga ka kõikvõimalikke kampaaniaid, mida tervishoiusüsteemi eestvedamisel läbi viiakse, samuti ka tõhusat tööd, mida tehakse noorte teadlikkuse tõstmisel. Kui 2004.aastal oli kondoomikasutajaid 50,7%, siis 2008-ks a-ks oli see % tõusnud juba 58,5%-le. Kondoomid on müügil ka Konguta valla kohalikus kaupluses. Maapiirkonnas kasutatakse kondoomi peaaegu 10% vähem kui linnas. Põhjuseks võib arvata asjaolu, et inimesed vajavad intiimsete probleemide puhul rohkem anonüümsust, mis maapiirkonnas, (sageli üksainus ostukoht) vajaka jääb. Töötavad inimesed kasutavad kondoomi sagedamini kui töötud. Võib-olla on siin põhjuseks kondoomide hind ja asjaolu, et töötutel on vähem materiaalseid võimalusi. Kooliõpilaste puhul ei ole terviseuuringutes kondoomi kasutamist otseselt uuritud, kuid on täheldatud, et seksuaalelu alustatakse järjest noorem eas ning seetõttu oleks vaja selle küsimusega tegeleda ka üha nooremates klassides. Kondoomi kasutamist õpetatakse lastele terviseõpetuse tunni raames alates 5.klassist ja kooliarst on Konguta Koolis igal sellel teemal noortega vestelnud.

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

5.11 Helkuri kasutamine

2006.a. Vastajate jaotus (%) pimedal ajal helkuri kasutamine soo järgi

Üldiselt alati	31,4	45,8	40,1
Vahete-vahel	22,3	20,6	21,3
Mitte kunagi	24,2	16,8	19,7

Peaaegu alati helkurit kasutanute jaotus (%) vanuse ja taustaandmete järgi

Vallaline	29,2	45,4	37,8
Lesk/	50	47,8	48,0
Alg-, põhi	40,4	45,7	43,0
Kõrg	23,8	43,0	36,4
Tartu-, Jõgeva-, Põlva-, Valga-, Võrumaa	35,5	56,7	48,3
Eestlane	38,3	56,7	49,5
Mitte-eestlane	15,9	21,4	19,2

2008.a. Vastajate jaotus (%) pimedal ajal helkuri kasutamine soo järgi

Üldiselt alati	33,8	50,5	43,4
Vahete-vahel	20,6	20,1	20,3
Mitte kunagi	19,1	12,0	15,0

Kokkuvõte: Alati kasutab helkurit 33% meestest ja pooled naised; mitte kunagi ei kasuta helkurit 19% meestest ja 12% naistest (2008). Võrreldes 2006 aastaga on helkuri kasutamine inimeste hulgas suurenenud. Tulemuste paranemiseni on viinud paljude ametkondade ühine töö (Maanteeamet, If kindlustus, haridusasutused, politsei, päästeamet jne.). Kuid ikkagi on 15% inimestest, kes riskivad oma eluga, kõndides pimedal ajal ilma helkurita. Kõige vähem kasutavad helkurit kõrgharidusega mehed ja naised, kõige rohkem alg- ja põhiharidusega mehed ja keskharidusega naised. Lõuna-Eestis on helkuri kasutamine Eesti teiste paikadega võrreldes keskmine (48,3%). Kuid see arv näitab, et rohkem kui pooled jalakäiad ei kasuta alati kõige odavamast vahendist -helkurit. Rahvuse järgi kasutavad eestlased rohkem helkurit kui mitte-eestlased.

Enam kasutavad helkurit töötud mehed 34% ja töötavad naised 47,8%. Vähem kui 2000 EEK suuruse kuusissetulekuga meestest kasutab helkurit 35% ja naistest 48,4%. Rohkem kui 7000 EEK suuruse kuusissetulekuga meestest kasutab helkurit 28,9% ja naistest 39,9%. See näitab, et madalamapalgelised inimesed hoolivad oma elust rohkem. Ilmselt kasutavad kõrgemapalgelised inimesed liikumiseks rohkem autot ja käivad seetõttu jalgsi vähem. Lahutatud meestest kasutavad helkurit 31%, leseks jäänud meestest aga 44% (2008). Lahutatud naistest kasutavad helkurit 46,7%, leseks jäänud naistest aga 58%. Abikaasa kaotus ilmselt kohustab natuke tõsisemalt oma ellu suhtuma. Inimesed, kelle elus on segased ajad, ei pööra ka enda turvalisusele tähelepanu.

Konguta Koolis on igal aastal väga palju tähelepanu pööratud õpilaste helkuri kandmisele. On korraldatud helkuri kandmise koolitusi (If Turvafirma), jagatud tasuta helkureid ja räägitud selle kandmise vajalikkusest. Kõik Konguta Kooli õpilased ja töötajad kannavad pidevalt helkurit. Selle kandmist kontrollib koolis Õpilasmavalitsus.

Täiskasvanud inimeste hulgas on olukord rahuldav. Konguta Valla ajalehes on aeg-ajalt ilmunud artikleid helkuri kandmise vajalikkusest. Politsei on pidevalt korraldanud reide helkuri kontrollimiseks. Ka valla töötajad juhivad inimeste tähelepanu helkuri kandmise vajalikkusele.

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

5.12 Turvavöö kasutamine

Turvavöö kasutamine autodes on järjest enam paranenud. Selle põhjuseks on inimeste suurenenud teadlikkus, aga ka politisienike preventiivne töö ja muidugi ka inimeste seaduskuulekusele allutamine trahvide näol. Kui 2004.aastal kasutas turvavööd 89,4% liikluses olijatest, siis 2008a. oli see arv tõusnud juba 97,1%-le. Konguta vallas on korraldatud reide turvavarustuse kontrollimiseks ja ka turvavööde kasutamise kontrollreide on läbi viidud.

Allikas: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (<http://tai.ee/?id=5322>)

6. TERVISETEENUSED

6.1. Tervishoiuteenused.

- 1) Haiglad (s.h. hooldushaiglad)
- 2) Eriarstiabi väljaspool haiglaid
- 3) Hambaravi teenuse osutamine
- 4) Perearstid
- 5) Apteegiteenus
- 6) Koolitervishoiu korraldus
- 7) Töötervishoiu korraldus
- 8) Ämmaemandus
- 9) Koduõendus-hooldusteenuse osutajad.

1) **Haiglad** (s.h. hooldushaiglad). Kõige lähem haigla Konguta vallale on Elva haigla (15 km). Elva haigla pakub järgmisi teenuseid:

- ambulatoorne eriarstiabi
- päevakirurgia
- plaaniline statsionaarne haiglaravi
- ambulatoorne koduõendus
- statsionaarne hooldusravi
- rehabilitatsiooniteenus

Poikliinikus töötab ka:

- labor
- röntgen
- tehakse endoskoopia-, ultraheli- ja kardioloogilisi uuringuid.

Taastus/rehabilitatsioon 1 päev (3 protseduuri,majutus, toitlustus) 220,00

Uderna Hooldekodu pakub ööpäevaringset hooldust/põetust vanuritele ja puuetega inimestele. Kohamaksumus on **8000.- kuus**

2) **Eriarstid.** Meie valla inimesel on Elva polikliiniku juures (15 km) võimalik käia järgmiste eriarstide juures:

- kirurg,
- ortopeed,
- silmaarst,
- neuroloog,
- kardioloog,
- gastroenteroloog,
- günekoloog,
- taastusravi,
- logopeed,
- psühholoog,
- koduõendus.

Eriarsti juures on võimalik käia ka Tartus (35 km). Paljud meie valla inimesed kasutavad linnas silmaarstiteenust jt. eriala spetsialistide teenuseid.

Rehabilitatsiooni teenust saavad taotleda puudega täiskasvanud ja lapsed. Elva Haiglas on võimalik koostada reh.plaani (ambulatoorne/statsionaarne), kasutada ambulatoorset ja statsionaarset reh.teenust.

Elva Haiglas on järgmised rehabilitatsiooni ja taastusravi teenused: arsti vastuvõtt, füsioterapeudi teenus, massaaž – käsi-, aparaatne lümfimassaaž, massaažitool, liikumisravi, vesiravi - ravivann, duššmassaaž, külmaravi, soojustravi - turvas, parafiin, savi, elektriravi, valgusravi, inhalatsiooniravi, logopeedi teenus, sotsiaaltöötaja teenus, eripedagoogi teenus, tegevusterapeut- psühholoogi teenus.

3) Hambaravi teenuse osutamine.

Hambaravi teenust osutavad Elvas: Maxilla Hambaravi, Elva Hambaravi OÜ, Elva Hambaprotees OÜ, Dr. Pedaku Hambaravikabinet (4). Rannus: Rannu Hambaravi OÜ (1) Tartus: (3-5) Kokku: 8-10 võimalust

4) Perearstid:

Kongutas-(1); Elvas- (5); Puhjas (1); Rannus- (1); Tartus (3-5). Kokku: 11-13 perearsti

5) Apteegid:

Puhja alevikus (5 km)-OÜ Kogu pere apteek (1); Rannu alevikus (6 km) –Eeva Pärsimägi Rannu apteek (1); Elva linnas (15 km) - Raves MK OÜ, haruapteek (Kesk tn. 1), Männilinna Apteek, Elva Apteek (4); Tartus 35 km: (10-15 apteeki). Kokku: 16-21 apteeki

Kokkuvõte: (andmed 01.12.2009 seisuga) Vanaduspensionäre on vallas 306, töövõimetuspensionäre 169, nendest mehi 104 ja naisi 65. Puuetega inimesi on Konguta vallas kokku 271, neist sügava puudega 28 ja raske puudega 155. 23-le sügava puudega inimestele ja 26-le raske puudega inimesele on vormistatud hooldajad.

Lastega perede arv on 150, nendest kolme ja enama lapsega peresid 26. Vanemahüvitist saab 21 ema. Eestkoste on vormistatud kuuele lapsele. Keila SOS lastekodus on vallast 4 last. Konguta vallas tegutseb 1 perearst, kuid kasutatakse ka Elva, Rannu, Puhja ja Tartu perearstide teenuseid. Eriarstiabi on võimalik saada Eesti Haigekassa Kagu Osakonna lepinguliste partnerite juures, millest lähimad asuvad Elvas ja Tartus. Vältimatut abi osutab kiiraabi ja päästeamet, lähimad kiirabibrigaadid asuvad Elvas, ja Tartus. Hambaravi kohapeal ei ole. Lähimad hambaarstid teenindavad Elvas, Rannus, Puhjas ja Tartus. Lähimad apteegid asuvad Elvas, Rannus ja Puhjas. Üldiselt on arstiabi Konguta valla elanikele kättesaadav. Vajadusel korraldatakse valla poolt transport arsti juurde ja tagasi.

Vastavalt Konguta valla arengukavale tuleb tulevikus rohkem tähelepanu pöörata tervisliku elukeskkonna ja seda väärtustava hoiaku kujundamisele ning riskiteguritest hoidumisele. Valla elanikele tuleb teadvustada profülaktilist tööd haiguste ennetamisel, propageerida tervisliku toitumist ja terveid eluviise.

6) Koolitervishoiu korraldus. Konguta Koolis on olemas töötervishoiu volinik ja töökeskkonnaspetsialist, kes peavad vastutama töötajate heaolu eest. Töötervishoiu ja tööohutuse alast praktilist tööd koolis korraldab ja teeb töötervishoiu volinik, kelle ülesanne on tagada töötajale tervislikud ja ohutud töötingimused ning korraldada töötajate sissejuhatav, esmane ja täiendav juhendamine vastavalt kehtivale korrale.

Töökeskonnaspetsialist jälgib ja kontrollib töötingimusi ning teeb ettepanekuid ohutu töökeskkonna loomiseks, võtab tarvitusele abinõud töökeskkonna ohutegurite mõju vähendamiseks. Samuti korraldab töökeskonnaspetsialist töötajate töötervishoiu ja tööohutuse alast juhendamist ning tööõnnetuste ja kutsahaiguste registreerimist ja uurimist.

Töökeskonna hindamiseks viiakse igal aastal koolitöötajate hulgas läbi töökeskkonna ohutegurite alane ankeetküsitlus. Kõik kooli töötajad peavad iga kahe aasta tagant käima tervisekontrollis. Vajadusel suunatakse töötajad erialaarstide juurde. Selle täitmist jälgib koolijuhataja. Kõikidel töötajatel on läbitud esmaabi- ja tuleohutuslane koolitus. Õpilastele viiakse regulaarselt läbi tuleohutus- ja evakuiatsiooniõppusi. 2009/2010 õ.-a. viidi koolilastele läbi õppus „Hoiu end ja kaitse teisi!“, mille raames õpetati õpilasi käituma metsas olles, pimedal ajal helkurit kasutama jne.

- 7) **Töötervishoiu korraldus.** Konguta Koolis on tänu renoveerimistele töötingimused väga head ja kõikide arvuliselt mõõdetavate näitajate (valgustus, müra, õhu liikumine, temperatuur) tulemused vastavad kehtivatele tervisekaitsenõuetele. Riskianalüüs: Töökeskonna riskianalüüs on tegevus, mille abil tööandja selgitab välja, hindab ja kontrollib võimalikke töökeskkonna ohutegureid, mis võivad töötajat tema töökohal ohustada. Riskihindamise eesmärk on töötajate tervise ja ohutuse kaitsmine. Risk on ohuteguriga kokkupuutumisest tingitud tervisekahjutuse raskusaste ja selle tõenäosus. Riskide hindamine viiakse läbi etappidena. Esmalt kogutakse info töökeskkonna, tööprotsessi ja töötajate kohta. Kogutud info põhjal tuvastatakse töökeskkonnas olevad ohutegurid. Seejärel viiakse läbi ohuteguritega seotud riskide hindamine – hinnatakse võimaliku tagajärje raskusastet ning selle tõenäosust ning otsustatakse, kas risk on lubatav või mitte. Teades riskide tõenäosust ja tagajärgede raskusastet kavandatakse järgmisena tegevused riski kõrvaldamiseks või vähendamiseks. Viimase etapina dokumenteeritakse kogu riskihindamine – saadud dokumenti nimetatakse töökeskkonna riskianalüüsiks.

Konguta vallas asuvates ettevõtetes vastutavad oma töötajate ohutuse eest tööandjad. Seisuga 1.12.2007 on majandustegevuse registrisse (MTR) kantud valla territooriumil tegutsevat 28 äriettevõtet Konguta vallast. Suuremad tööandjad vallas on: Konguta Vallavalitsus koos allasutustega, AS Lihameister, OÜ Armin Puit, OÜ Annikoru Agro, OÜ Viljameister ja OÜ ProMetall.

- 8) **Ämmaemandus.** Elva polikliinikus saab käia günekoloogi juures, kes jälgib, hooldab ja nõustab naisi raseduse ja sünnitusejärgsel perioodil ning günekoloogiliste probleemide lahendamisel. Elva polikliinikus saab teostada ka ultraheliuuringuid. Perekooli teenust Elva polikliinik ei paku. Seda saavad soovijad vaid Tartu sünnitusmajast, kus asubki lähim sünnitusmaja.
- 9) **Koduõendus-hooldusteenuse osutajad.** Koduõendus-hooldusteenusele saamise eeldus on, et patsiendil on perekond, hooldaja või abiline, kes on valmis patsienti toetama. Patsiendi kodune keskkond peab võimaldama teha vajalikke raviprotseduure ja hooldada haiget ning tema lähedased peavad koduse teenuse osutamist toetama ja soodustama. Loomulikult peab patsient ise olema koduõendus-hooldusteenusega nõus.
- Konguta vallas koduõendus-hooldusteenuse osutajaid ei ole.

Allikas: Konguta vald, Elva Haigla, Uderna Hooldekodu

6.2 Nõustamisteenused

Esmase nõustamisega tegelevad valla sotsiaalnõunik, kooli sotsiaalpedagoog, logopeed, koolijuhataja, kooli ja lasteaia õpetajad ning kooliarst. Pere- ja seksuaalnõustamist, erivajadustega laste nõustamisteenust osutavad Elva haigla ja perearstid. Elvas on ka eraldi noorte nõustamiskeskus. Vastavalt vajadusele ja probleemile suunatakse abivajajad edasi erialaarstide juurde kas Tartusse või Elvasse. Olukord on rahuldav, inimesed saavad vajadusel abi ja toetust.

Allikas: Konguta vald

6.3. Kuni kahe aastaste laste hõlmatus immuniseerimisega

2-aastaste laste hõlmatus immuniseerimisega (%) Tartumaal

aasta	2-aastaste arv	Eesti keskmine	difteeria, teetanus	Eesti keskmine	lākakōha	Eesti keskmine	polio-mūeliit	Eesti keskmine	leetrid, mumps, punetised	Eesti keskmine	b-viirus-hepatiit	Eesti keskmine	Hib	Eesti keskmine
2005	1657	12661	98,9	97,3	98,7	97,1	99,8	97,5	97,4	95,9	91,7	92,8	20,1	35,8
2006	1779	13600	98,8	97,4	98,5	97,3	98,8	97,4	97,6	96,1	94,3	96,3	81,8	81,2
2007	1801	13922	98,2	96,6	98,2	96,6	98,4	96,7	96,4	95,5	97,7	95,8	98	96,1
2008	1802	14447	97,8	96,1	97,8	96,1	97,8	96,2	96,7	95,4	97,1	96,2	97,8	96
2009	2004	15050	97,3	96	97,3	96	97,3	96	96,1	95,2	96,8	96,1	97,3	96,1

Kokkuvõte: Tartumaal on 2-aastaste laste hõlmatus immuniseerimisega üsna kõrge, ületades enamasti vabariigi keskmist. 2005.aastal on olnud üsna madal (20,1%) immuniseerimine Hemofilu influenza tüüp b vastu, kuid juba 2006.a. on immuniseerimine tõusnud 81,8 %-ni. Kõige paremini on läbi aastate vaktsineeritud 2-aastasi lapsi difteeria, teetanuse ja lākakōha vastu (97-98%). Positiivne on ka see, et 2-aastaste laste arv on alates 2005.aastast tõusnud 1657-lt 2004-ni. Väikeste laste esmane vaktsineerimine toimub juba sünnitusmajas, edaspidi on võimalik lapsi vaktsineerida perearsti või kooliarsti juures, polikliinikutes ja haiglates. Vaktsineerimine on kõige kindlam võimalus vältida rasketesse nakkushaigustesse haigestumist ja selle tulemusel tüsistuste teket. Näiteks hepatiidi vastu varase vaktsineerimise peamine põhjus on, et see annab kõige tugevama ja püsivama immuunsuse. Eestis korraldatakse laste vaktsineerimist vastavalt riiklikule immuniseerimiskavale, mille alusel vaktsineeritakse korrapäraselt 0-17 aastaseid lapsi tuberkuloosi, B-viirushepatiidi, difteeria, teetanuse, lākakōha, poliomieliidi, leetrite, mumpsi ja punetiste vastu. Lisaks riiklikule vaktsineerimiskavale on võimalik vabatahtlikult vaktsineerida lapsi selliste haiguste vastu nagu imikute rotaviiruslik kõhulahtisus, puukentsefaliit ja tuulerõuged jms.

Allikas: Terviseamet

6.4. Olulisemad tervisteenuseprojektid

Konguta vallas ei ole kunagi tervisteenuse projekte kirjutatud. Selle põhjuseks võib olla tervisetöötaja puudumine omavalitsuses või ka 4-aastane valimistsükkel. Samuti pole tervisealaseid kohustusi

pandud ühelegi teisele omavalitsuse töötajale. Tervisedendustööga tegeletakse aktiivselt Konguta Koolis, kus on olemas ka tervisenõukogu. Konguta Kool kuulub Tervist Edendavate Koolide võrgustikku alates 2009.aastast. Konguta vallal on sel alal veel suur tööpõld ees. Vaadates meie valla terviseprofiili saame järeldada, et Konguta valla inimeste tervise, turvalisuse ja heaolu nimel tuleb veel palju vaeva näha.

7. TERVISEPROFIILI TEGEVUSKAVA

Vt: Lisa 2

8. KOKKUVÕTE

Konguta vald asub looduslikult kaunis kohas – valla territooriumit läbib maaliliselt ilus Kavilda ürgorg. Konguta vald on peamiselt hajaasustusega piirkond, mis pakub soodsat elukeskkonda ning samas paikneb Tartu linnale kui Tartumaa keskusele piisavalt lähedal. Konguta valla keskuseks on Annikoru küla, kuhu on koondunud raamatukogu, rahvamaja, kauplus, kool, lasteaed-alkool ning vallavalitsus. Valla piires on enamus teenused kättesaadavad, kuid puuduvad apteek, surnuaed ja kirik.

Konguta vallas elab 2010.a seisuga ca. 1410 elanikku ning valla pindala on 107,6 km². Elanike sisse- ja väljarände protsent on viimaste aastate jooksul olnud stabiilne. Statistiliste andmete põhjal on näha, et sündid ja surmad on viimastel aastatel olnud tasakaalus. Põhilised suremuse põhjused on vereringeelundite haigused, pahaloomulised kasvajad ja välispõhjused nii nagu kogu Eestis tervikuna. Eriti paistab silma noorte ülekaalulisus ning ebatervislikud toitumisharjumused.

Kuritegude arv on aasta- aastalt näidanud tõusutrendi. Aastal 2005 registreeriti antud piirkonnas 9 kuritegu ning aastal 2008 oli juhtumite arv juba 28.

Konguta vallas peaks tõhustama turvalisust ning koostööd politsei ja teiste ametkondadega, mis aitaksid kuritegevuse määra alandada ning pakkuda elanikele turvalist elukeskkonda.

Konguta valla tööhõivemäär on olnud enamjaolt üsna positiivne võrreldes ümberkaudsete valdadega ja kogu Eesti andmetega. Töötute arv läbi aastate on jäänud tunduvalt alla 20 inimese. Inimesed on olnud aktiivsed töötusimisel ning paljud on leidnud ka väljaspool valda töökoha. 2010. aastast on töötuse määr oluliselt kasvanud, kuna kogu Eesti majanduslik olukord on drastiliselt halvenenud. Miinimumpalga saajaid on Konguta vallas Maksu -ja Tolliameti andmetel ca 15% kogu tööealisest elanikkonnast.

Majanduslikult aktiivsete ettevõtete arv on püsinud 50- 60 ringis. Neist 1 ettevõtte on 50-249 töötajaga.

Konguta vallas on välja arendatud sotsiaaltoetuste süsteem, mis toetab nii vanureid, noori kui ka tööealisi kodanikke.

Konguta vallas on head tingimused tegeleda kultuuri, hobide ja teiste huvialadega. Konguta vallas on õppimistingimused kaasaegsed. Lasteaed on renoveeritud ja uue ilme saanud 2009. aasta lõpus.

Terviseprofili koostamise üheks peamiseks eesmärgiks on leida üles piirkonna kitsaskohad ning otsida võimalusi neid parendada.

Profili koostamise protsess jäi küll lühikeseks kuid senine töö andis indu juurde ning antud dokumenti täiendatakse peagi.

9. TERVISEPROFIILI KOOSTAMISE PROTSESS JA LOETELU PROFILI KOOSTAJATEST

Konguta valla terviseprofili koostamist koordineerisid Konguta Kooli Tervisenõukogu liikmed. Tööd alustati 2010.a jaanuari keskel ning edasisteks tegemisteks koostati alljärgnev töökvaa.

20.01.2010- Meeskonna loomine, tegevuste jagamine, indikaatorite valik.

Statistiliste andmete kogumine-2 indikaatorit- üldandmed, sotsiaalne sidusus, laste –ja noorte turvaline ning tervislik areng, tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond, tervislik eluviis, tervise teenused.

27.01.2010-Statistiliste andmete kogumine 2 indikaatorit- üldandmed, sotsiaalne sidusus, laste –ja noorte turvaline ning tervislik areng, tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond, tervislik eluviis, tervise teenused.

03.02.2010-Statistiliste andmete kogumine 2 indikaatorit- üldandmed, sotsiaalne sidusus, laste –ja noorte turvaline ning tervislik areng, tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond, tervislik eluviis, tervise teenused. Küsitluste koostamine.

10.02.2010-Andmete kogumine 2 indikaatorit- üldandmed, sotsiaalne sidusus, laste –ja noorte turvaline ning tervislik areng, tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond, tervislik eluviis, tervise teenused. Küsitluste läbiviimine.

17.02.2010-Andmete kogumine 2 indikaatorit- üldandmed, sotsiaalne sidusus, laste –ja noorte turvaline ning tervislik areng, tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond, tervislik eluviis, tervise teenused. Küsitluste tulemuste analüüs.

25.02.2010-Andmete kogumine 2 indikaatorit-(lisaks soovituslike indikaatorite analüüs) üldandmed, sotsiaalne sidusus, laste –ja noorte turvaline ning tervislik areng, tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond, tervislik eluviis, tervise teenused.

03.03.2010- Andmete analüüsimine, tõlgendamine.

10.03.2010- Andmete kirjeldamine, erinevate näitajate kirjeldused, võrdlused.

17.03.2010- Terviseprofili koostamine. Andmete kontroll, analüüs.

22.03.2010- Terviseprofili esitamine.

Terviseprofili koostamisest osavõtjad:

Kaie Tali- Konguta Kooli kehalise kasvatusõpetaja, Tervisenõukogu esimees

Riina Savisaar, KOV, arengu –ja keskkonnanõunik

Liina Tamm- Konguta Kooli juhataja

Elo Kasetalu-KOV, sotsiaalnõunik

Elina Visk- KOV, finantsjuht

Piret Mägi- Konguta Kooli majandusjuhataja

Lea Lepik-KOV, konsultant

Egle Kotkas-Konguta Kooli alushariduse õpetaja

Inga Hanni- Konguta Kooli õpetaja

Margit Ott- Konguta Kooli õpetaja, logopeed

Inno Laur- Konguta Kooli õpetaja

Eva Tammemägi- Konguta Kooli õpetaja, sotsiaalpedagoog

Tiit Treial- kontstaabel

Aivar Õun –Konguta valla vallavanem

Sotsiaalministeerium

Maksu-ja Tolliamet

Eesti Statistikaamet