



# **PÕDRALA VALLA TERVISEPROFIIL**

## **JA**

### **TEGEVUSKAVA 2015 - 2020**

**Euroopa Liit Euroopa Sotsiaalfond programm „Tervislikke valikuid toetavad meetmed 2013-2014“**



**Euroopa Liit  
Euroopa Sotsiaalfond**



**Eesti tuleviku heaks**

Riidaja

2015

## SISUKORD

SISSEJUHATUS	4
1. ÜLDANDMED	5
1.1. Pindala, asukoht	5
1.2. Rahvaarv	6
1.3. Sünnid, surmad ja loomulik iive	7
1.4. Kohaliku omavalitsuse eelarve ja tulumaksu laekumine	9
1.5. Rahvastiku ränne	11
1.6. Rahvastiku tervise seisund	11
1.7. Põdrala valla probleemid üldandmete indikaatorite põhjal	14
2. SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED	15
2.1. Tööturu situatsioon	15
2.2. Toimetulek	18
2.3. Kaasatus kogukonna tegevustesse	24
2.4. Kultuurielus osalemise ja kultuuri tarbimise võimalus	25
2.5. Põdrala valla probleemid sotsiaalse sidususe ja võrdsete võimaluste indikaatorite taustal	25
3. LASTE NING NOORTE TURVALINE NING TERVISLIK ARENG	26
3.1. Laste arv omavalitsuses	26
3.2. Laste ja noortega tegelevad asutused	27
3.3. Koolilaste tervisekäitumine	28
3.4. Laste ohutu elu- ja õpikeskkond	29
3.5. Terviseteenuste olemasolu koolis/lasteaias	30
3.6. Koolikohustuse täitmine, noorte süüteod	30
3.7. Kohaliku omavalitsuse initsiatiiv ja toetused tagamaks teenuste kättesaadavust	31
3.8. Põdrala valla probleemid laste ning noorte turvalise ning tervisliku arengu indikaatorite põhjal	32
4. TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND	33
4.1. Huvitegevus ja sport	33
4.2. Transport ja teedevõrk	33
4.3. Keskkonna mõjurid	34
4.4. Kuriteod	34
4.5. Tulekahjud	36
4.6. Alkoholi müüvad kauplused ja omavalitsuse alkoholipoliitika	37
4.7. Tervist edendavad asutused	37
4.8. Tööõnnetused	38

4.9. Kõrgendatud riskiga objektid	38
4.10. Hulkuvad loomad	39
4.11. Põdrala valla probleemid tervisliku-, õpi- ja töökeskkonna indikaatorite põhjal	39
5. TERVISLIK ELUVIIS	40
5.1. Tervise alase teabe kättesaadavus	40
5.2. Tervislikku eluviisi toetavad üritused Põdrala vallas ja Tõrva piirkonnas	41
5.3. Subjektiivne tervise enesehinnang	41
5.4. Füüsiline aktiivsus	43
5.5. Toitumine	44
5.6. Alkoholi tarbimine	45
5.7. Suitsetamine	46
5.8. Helkuri kasutamine	48
5.9. Põdrala valla probleemid tervisliku eluviisi indikaatorite põhjal	49
6. TERVISETEENUSED	50
6.1. Tervishoiuteenused	50
6.2. Nõustamisteenused	51
6.3. Põdrala valla probleemid tervise teenuste indikaatorite põhjal	53
7. KOKKUVÕTE	53
8. PLANEERITAVAD TEGEVUSED PÕDRALA VALLAS ELANIKE TERVISE EDENDAMISEKS	54

## SISSEJUHATUS

Terviseprofiil on üks maailmas laialdast kasutust leidnud võimalus saada ülevaade piirkonna inimeste terviseseisundist ja seda mõjutavatest teguritest.

Põdrala valla terviseprofiil on arengudokument, mille eesmärgiks on kaardistada vallaelanike tervislikku seisundit, seda mõjutavaid tegureid ning pakkuda välja lahendusi probleemide ja kitsaskohtade lahendamiseks. Terviseprofiili alusel on võimalik suurendada kohalike elanike heaolu, tõsta nende elukvaliteeti ning juhtida tähelepanu inimeste tervisliku seisundi ja omavalitsuse tegevuse vahel.

Tervis on inimese elukvaliteedi üks alustalasid ning määrab suuresti selle, kui hästi või halvasti ta oma eluga toime tuleb. Inimeste kollektiivne tervis määrab selle, kui terve on vald ning veelgi edasi vaadates, kui terve on riik. Tervist mõjutavad individuaalsed, ealised, soolised ja pärilikud tegurid, mida ei ole võimalik muuta. On aga suur hulk tegureid, mille mõju sõltub nii riigis kui ka omavalitsuses tehtavatest otsustest ja seeläbi kujunevast elukeskkonnast, mis omakorda mõjutab inimese tehtavaid valikuid ja otsuseid ehk individuaalset eluviisi.

Terviseprofiili esimeses osas analüüsitakse erinevatele andmekogudele tuginedes Põdrala valla elanike hetkeolukorda järgmistes valdkondades: sotsiaalne sidusus ja võrdsed võimalused; laste ja noorte turvaline ja tervislik areng; tervislik elu-, õpi- ja töökeskkond; tervislikud eluviisid ning terviseteenused. Iga analüüsitava teemavaldkonna lõpus on välja toodud peamised kitsaskohad. Terviseprofiili lõpuosas on välja toodud planeeritavad tegevused Põdrala valla elanike tervise edendamiseks. Tegevuskavas keskendutakse tervisedenduslikele tegevustele, kui kõige efektiivsemale terviseprobleemide ja –vajaduste lahendamise võimalustele kohalikus omavalitsuses. Käesoleva terviseprofiili koostamise käigus ei ole läbiviidud küsitlusi Põdrala valla elanike tervisekäitumise ja subjektiivsete tervisehinnangute kogumiseks. Nimetatud tegevus on käesolevas terviseprofiilis välja toodud ühe prioriteetse tegevusena.

Põdrala valla terviseprofiili koostamisel oli aluseks Tervise Arengu Instituudi juhendmaterjal 2010. aastast „Kohaliku omavalitsuse ja maakonna terviseprofiili koostamine. Juhised“. Osa indikaatoritest koguti riiklikest statistilistest andmebaasidest: Eesti Statistikaameti andmebaas, Tervisestatistika ja terviseuuringute andmeesitlussüsteem, Eesti Haigekassa andmebaas, Politsei ja Piirivalveameti andmebaas. Mõnede indikaatorite puhul olid kättesaadavad ainult maakondlikud või piirkondlikud andmed ning kui neid oli võimalik Põdrala vallale laiendada, siis võeti need analüüsis aluseks. Põdrala valla terviseprofiili indikaatorite kogumisse olid kaasatud esindajad kõigist Põdrala valla hallatavatest asutustest vastavalt oma valdkonna indikaatorite kogumise vajadusele.

## 1. ÜLDANDMED

### 1.1.Pindala, asukoht

Põdrala vald paikneb Valga maakonna loodeosas Tõrva linna mõjupiirkonnas. Põhjas piirneb Põdrala vald Viljandi maakonna Tarvastu vallaga, lääne- ja lõunaosas Valga maakonna Helme ja Puka vallaga. Põdrala valla pindala on 127,22 km<sup>2</sup>, mis on 6,3% Valga maakonna pindalast. Põdrala vald on suuruselt üks väiksemaid valdu Valgamaal, Põdrala vallast on väiksemad vaid Palupera ja Õru vald. Kujult on Põdrala vald suhteliselt kompaktne, valla ulatus põhjast lõunasse on 12 km ja idast läände 16 km. Lähim tõmbekeskus on Tõrva linn, mis asub Põdrala valla keskusest 14 km kaugusel. Suuremate keskuste kaugused vallast on: Valga 45 km, Viljandi 42 km, Tartu 70 km.

Põdrala vallas on 14 küla, suurim on Riidaja küla ja väikseim Karu küla.

Elanike arv külades seisuga 01.01.2014:

- Karu 7
- Kaubi 7
- Kungi 41
- Leebiku 109
- Liva 19
- Lõve 65
- Pikasilla 92
- Pori 57
- Reti 61
- Riidaja 214
- Rulli 40
- Uralaane 38
- Vanamõisa 31
- Voorbahi 35

Looduslikult asub Põdrala vald Võrtsjärve valgallas, kuhu koguvad vett Väike-Emajõgi ja Õhne jõgi. Põdrala valla territooriumil asub kokku neli järve: 0,5 ha suurune Mustjärv, 4,0 ha suurune Kurvitse järv, 1,2 ha suurune Tani järv ja Lõve paisjärv. Põdrala valda kuulub ka Võrtsjärve lõunaosa koos Pähksaarega. Põdrala valla üldpinnast 47 % on metsaga kaetud.

Valdav osa valla territooriumist asub Sakala kõrgustiku idanõlval. Valla idaosa ulatub Väike-Emajõe orundisse, mis moodustab ligi 10 km ulatuses ka valla administratiivpiiri. Põdrala valla põhjaosa kujutab endast lainjat tasandikku, mida liigestavad üksikud põhjalõunasuunalised suurvoored ja mõningate väiksemate jõgede ja ojade orud. Paremad põllumaad asuvad Reti, Riidaja, Vanamõisa ja Leebiku külates. Mullastik nendes piirkondades on keskmise viljakusega ja sobib enamuses teravilja kasvatamiseks.

Maavaradest leidub vallas liiva, kruusliiva ja põhjavett. Olemasolevad kruusakarjäärid asuvad eramaadel, on kasutusloata ja seetõttu ei ole kasutuses.

## **1.2.Rahvaarv**

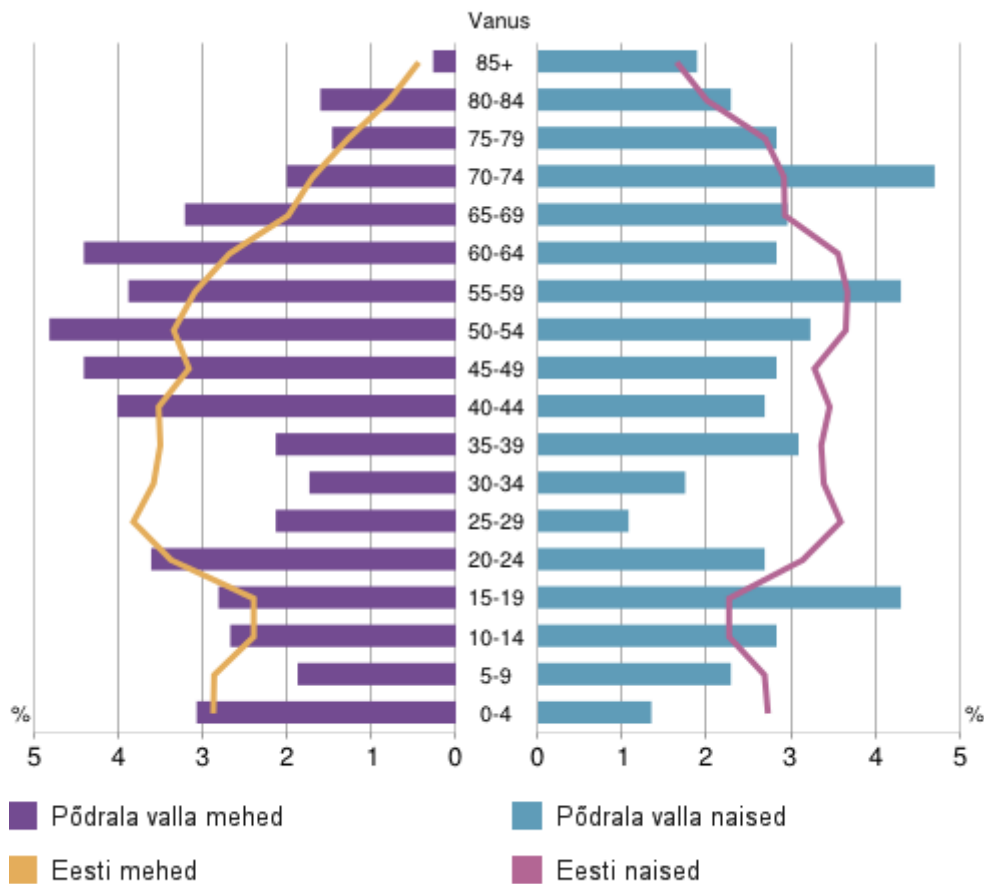
Elanikud on iga omavalitsuse jaoks määrava tähtsusega. Omavalitsuse territooriumil elavate inimeste arvust sõltub linna või valla tulubaas ja samas ka kulubaas ehk igapäevases tegevuses tuleb mõelda kõigi elanike heaolu suurendamise peale.

Põdrala valla elanike arv seisuga 01.01.2014 oli 816. Elanike arv on viimase 7 aasta jooksul vähenenud 922-lt 816 inimeseni, mis on 11,5 %. Alates 2000. aastast on elanike arv vähenenud aga 21.8 %.

Statistikaameti andmetele tuginedes koostatud rahvastikupüramiid näitab, et kõige arvukamaks elanikkonnagrupiks käesoleval ajal on tööealised inimesed vanuses 50-59 aastat. Märkimisväärselt väike osakaal on 25 -34 aastaste meeste ja naiste seas. Sellest võib järeldada, et noored peale kõrgkooli lõpetamist on otsustanud elukohta vahetada, et leida tulusamaid töövõimalusi. Samuti on väike osakaal alla 10 aastaste laste osas. Püramiidist joonistub välja ka Eesti üldine probleem, kus alates 70 eluaastast on meeste arv oluliselt väiksem kui naiste arv ning see tendents süveneb veelgi vanuses 85+.

99% Põdrala valla elanikest on rahvuselt eestlased.

## Põdrala valla rahvastikupüramiid, 1. jaanuar 2014



Allikas: Statistikaamet

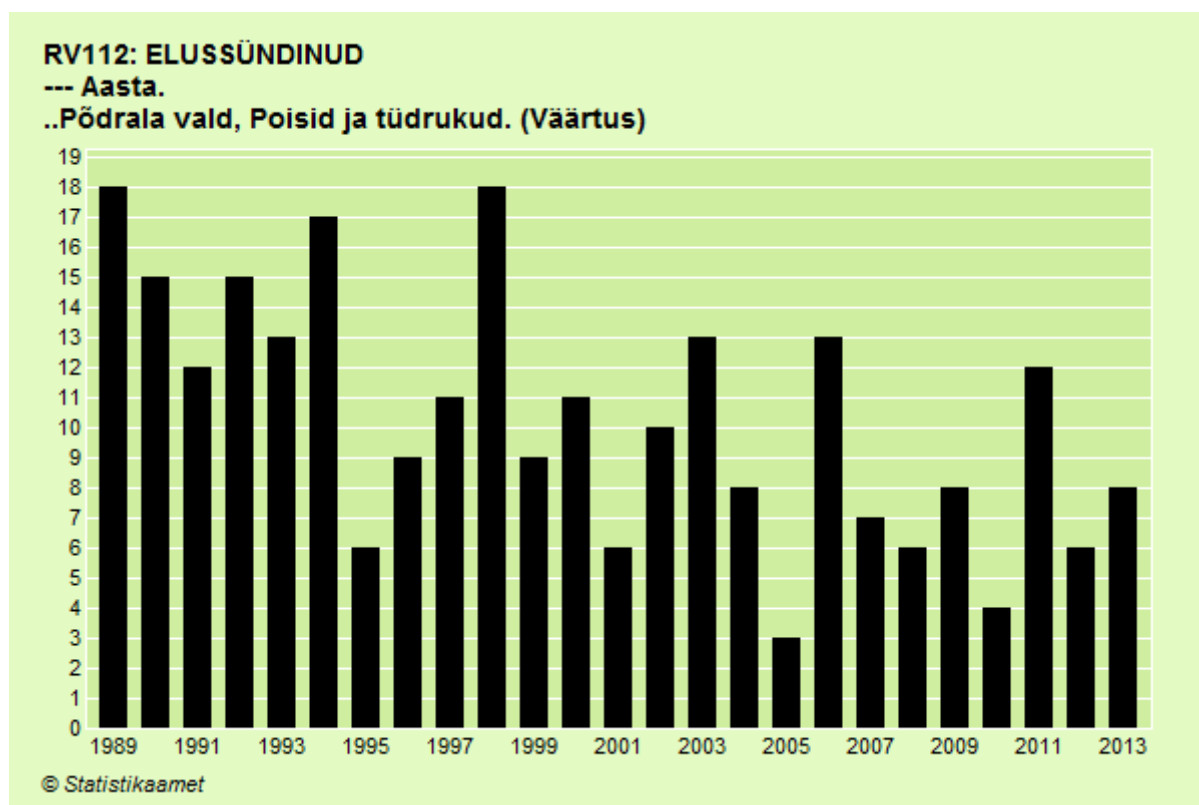
Joonis 1. Põdrala valla rahvastikupüramiid seisuga 01.01.2014.a (Allikas: Statistikaamet)

Põdrala valla keskmine asustustihedus on 5,9 elanikku km<sup>2</sup> kohta. Eesti keskmine asustustihedus on 30,3 elanikku km<sup>2</sup> kohta ja Valga maakonna keskmine on 14,8 elanikku km<sup>2</sup> kohta.

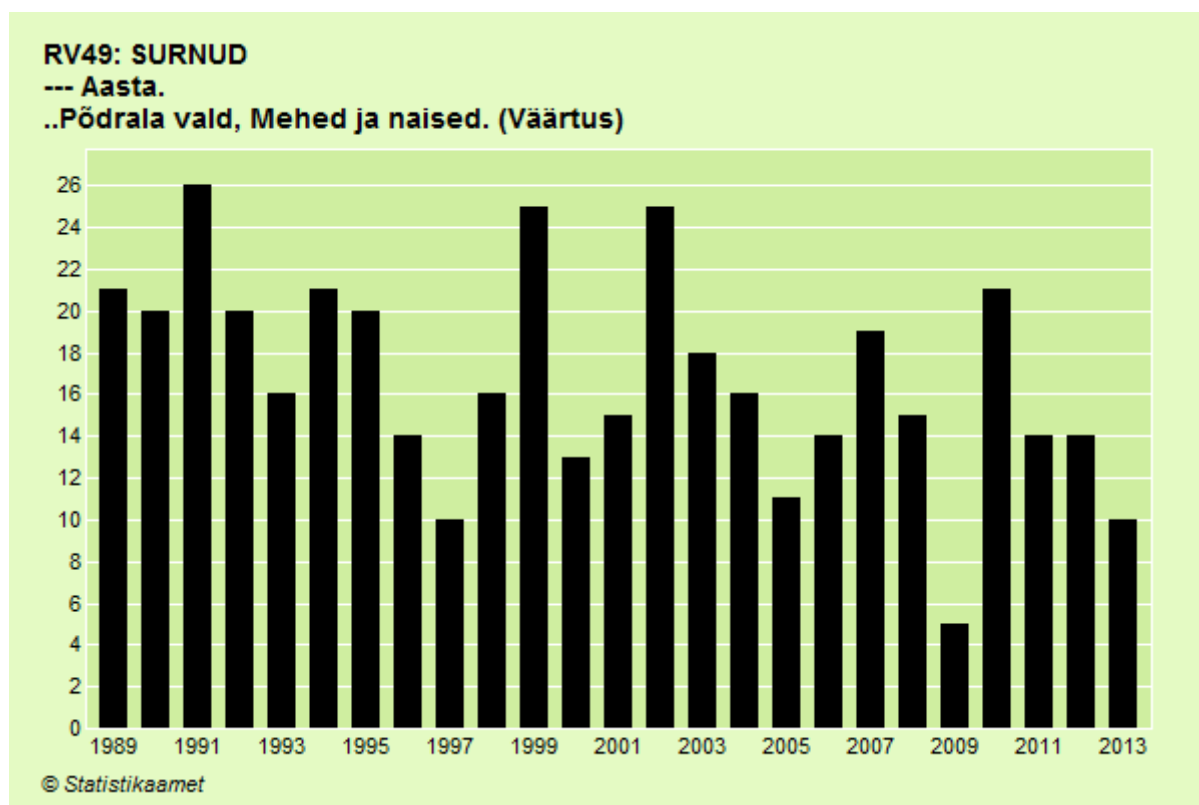
### 1.3. Sünnid, surmad ja loomulik iive

Sündide indikaator on oluline näitaja erinevate teenuste pakkumisel tulevikus, näiteks lasteaia- või koolikohtade planeerimiseks. Indikaator sõltub piirkonna rahvastiku soo- ja vanusejaotusest, eriti sünnitusealiste naiste arvust piirkonnas. Sündide tabelis on näha, et viimase 25 aasta jooksul on elussünnide arv Põdrala vallas olnud vägagi kõikumine (3-18 registreeritud sünni aastas).

Suremuse indikaator võimaldab hinnata suremust aastate lõikes, andes võimaluse märgata sekkumist vajavaid suundumisi või muutusi. Näitaja sõltub rahvastiku soo- ja vanusejaotusest. Suremus meeste ja naiste seas on Põdrala vallas olnud statistikaameti andmetel viimase 25 aasta jooksul suhteliselt võrdne. Erandina võib välja tuua 2002. aasta, kus 25- st surnud elanikust olid 18 naist ja 7 meest.



Joonis 2. Elussünnid Põdrala vallas aastatel 1989-2013 (Allikas: Statistikaamet)



Joonis 3. Surnud isikud Põdrala vallas aastatel 1989-2013 (Allikas: Statistikaamet)



Suremuse üldkordaja (surmade arv 1000 elaniku kohta) on suhtarv, mis võimaldab võrdlust teiste omavalitsuste ja kogu eesti vastava näitajaga. Indikaator sõltub piirkonna rahvastiku soo- ja vanusejaotusest. Põdrala valla suremuse üldkordaja on suurem nii Valga maakonna kui kogu Eesti vastavast näitajast.

Tabel 1. Suremuse üldkordaja aastatel 2003-2013 (Allikas: Statistikaamet)

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Põdrala vald	19,2	17,0	12,1	15,7	21,5	17,3	5,8	25,0	17,1	18,2	13,6
Valga - maa	14,6	15,4	15,6	16,8	15,7	15,0	13,1	14,8	15,3	15,9	15,9
Kogu Eesti	13,5	13,2	13,0	13,0	13,1	12,6	12,1	11,8	11,5	11,7	11,6

Loomulik iive näitab piirkonna rahvaarvu muutumist kindla ajavahemiku jooksul, mis moodustub sünni- ja surmajuhtude arvu vahena. Loomuliku iibe kordaja on aasta elussündide ja surmajuhtumite arvu vahe. Rahvastiku koguiibe väljatoomiseks tuleb arvesse võtta ka mehaaniline liikumine ehk ränne.

Tabel 2. Loomulik iive ja loomuliku iibe kordaja 2004-2013 ( Allikas: Statistikaamet)

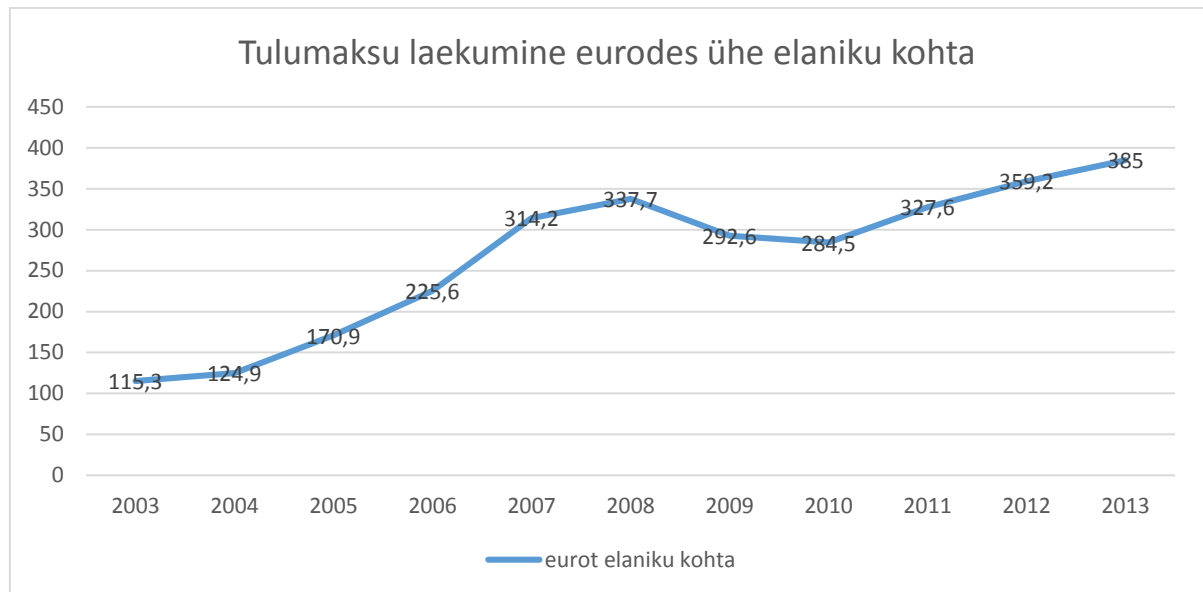
	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Põdrala vald	-10	-15	-1	-12	-9	+3	-17	-2	-8	-2
Valgamaa	-199	-209	-212	-197	-138	-89	-159	-163	-196	-216
Kogu Eesti	-3693	-2966	-2439	-1634	-647	-318	+35	-565	-1394	-1713
Loomuliku iibe kordaja Põdrala vallas	-10,8	-16,4	-11,2	-13,6	-10,4	+3,5	-20,3	-2,4	-10,4	-2,7

Loomulik iive on viimasel kümnel aastal olnud Põdrala vallas sarnaselt Valga maakonna ja kogu Eestiga negatiivne. Mõningane tõus oli Eestis aastatel 2009- 2011, kuid käesoleval ajal on taas tendents negatiivse iibe tõusu suunas.

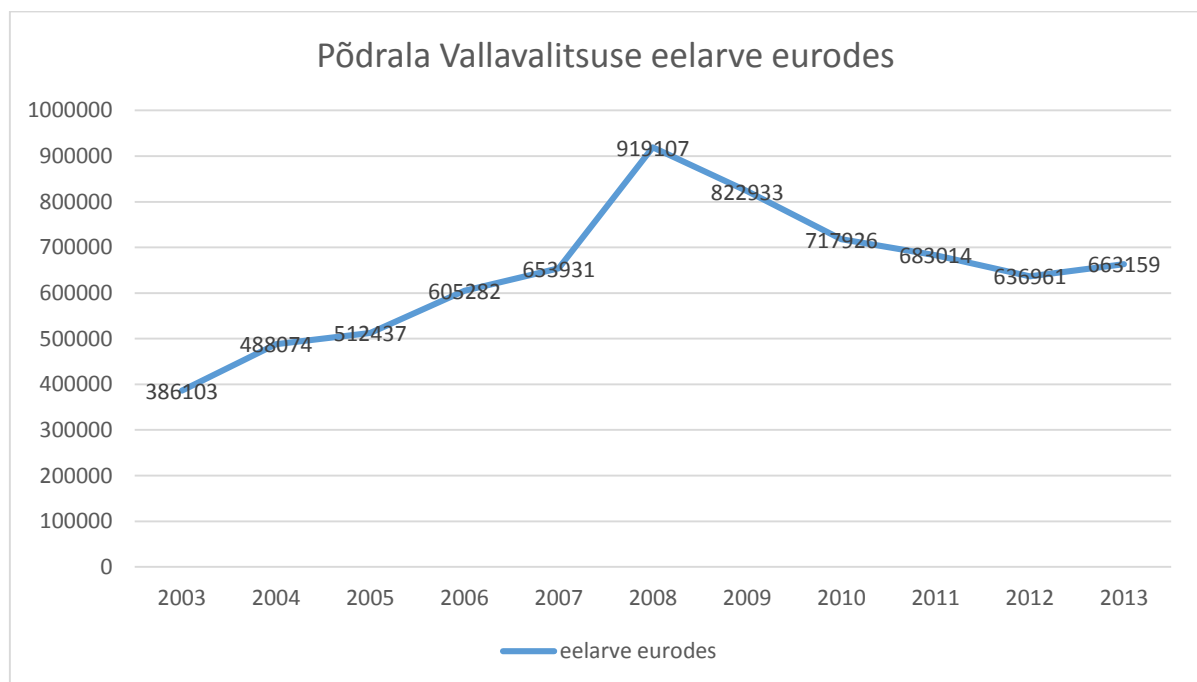
#### 1.4. Kohaliku omavalitsuse eelarve, tulumaksu laekumine

Indikaatorid näitavad omavalitsuse materiaalseid võimalusi oma paikkonna elanike tervislikuma elukvaliteedi tagamiseks. Tulumaksu laekumise põhjal on võimalik kirjeldada elanikkonna elatustaset, mis võimaldab omavalitsusel planeerida piirkonna arengut ja investeeringuid.

2003. aastast alates on tulumaksu laekumine suurenenud igal aastal, mis on tingitud elatustaseme tõusust. 2009 ja 2010 aastal tingituna elanike sissetulekute vähenemisest ja majanduslangusest ka tulumaksu laekumine vähenes.



Joonis 4. Tulumaksu laekumine eurodes ühe elaniku kohta Põdrala vallas aastatel 2003-2013 (Allikas: Rahandusministeerium)



Joonis 5. Põdrala Vallavalitsuse eelarve eurodes aastatel 2003-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Põdrala valla eelarve on alates 2003 aastast järjest suurenenud kuni 2008 aastani, millal see oli 919107 eurot ehk 996,9 eurot ühe elaniku kohta. 2009 aastast, tingituna üldisest majanduskriisist ja elanike arvu vähenemisest on valla eelarve vähenenud. 2013.a on valla eelarve taas veidi tõusnud.

### 1.5. Rahvastiku ränne

Rändeks nimetatakse inimese alalise elukoha muutust üle haldusüksuse piiri. Inimene võib elukohta muuta, asudes riigi ühe kohaliku omavalitsuse haldusterritooriumilt teisele või väljapoole riigipiiri. Rännet ühest omavalitsusest teise nimetatakse riigi siserändeks. Kui kolitakse teise riiki, on tegu välisrändega. Ränne on sündide ja surmade kõrval oluline rahvastiku muutumist põhjustav tegur, siseränne suurendab territooriumi elanikkonda ning väljaränne vähendab seda. Veelgi enam, ränne võib muuta rahvastiku vanuskoosseisu. Seda siis, kui rändajaid on korraga palju ja enamik neist on üheeaalised (tavaliselt noored).

Tabel 3. Ränne Põdrala vallas aastatel 2003-2013 (Allikas: Statistikaamet)

	Sisseränne		Väljaränne		Rändesaldo	
	Sisseränne	Välisränne	Sisseränne	Välisränne	Sisseränne	Välisränne
2004	34	0	42	2	-8	-2
2005	21	1	35	1	-14	0
2006	20	0	27	5	-7	-5
2007	18	0	17	5	1	-5
2008	17	2	22	4	-5	-2
2009	23	1	37	3	-14	-2
2010	29	0	31	2	-2	-2
2011	30	1	44	3	-14	-2
2012	21	0	41	5	-20	-5
2013	26	1	12	4	14	-3

Aastatel 2003-2012 on Põdrala valla rändesaldo olnud negatiivne ehk on lahkunud rohkem inimesi kui on juurde elama tulnud. Statistikaameti andmetel on peamiselt tegemist siseriikliku rändega. Inimesed asuvad elama mujale ja registreerivad ennast ühtlasi ka teise omavalitsuse elanikuks. 2013. aastal on rändesaldo siserände toel muutunud positiivseks.

### 1.6. Rahvastiku tervises seisund

Andmed Põdrala valla elanike tervises seisundi kohta ei ole kättesaadavad, seega on kasutatud Valga maakonna andmeid, mis annavad ülevaate ka Põdrala valla rahvastiku tervises seisundist.

Esmahaigestumine on protsess, mis näitab haiguse tekkimise kiirust rahvastikus. Esmahaigestumuskordaja väljendab uute haigusjuhtude arvu rahvastikuarvu suhtes mingil kindlal ajavahemikul.

Tabel 4. Valga maakonna ja Eesti esmahaigestumuskordajad 1000 elaniku kohta **pahaloomulistes kasvajatesse** (Allikas: Tervisearengu Instituut)

Aasta	Sugu	Eesti	Valga maakond
2000	Mehed	459,48	409,59
	Naised	422,39	380,80
2001	Mehed	454,04	446,19
	Naised	430,57	425,95
2002	Mehed	453,00	425,95
	Naised	410,86	417,52
2003	Mehed	469,45	348,99
	Naised	428,03	371,98
2004	Mehed	507,46	424,85
	Naised	449,73	304,46
2005	Mehed	449,73	304,46
	Naised	479,23	488,74
2006	Mehed	546,89	534,63
	Naised	454,76	330,23
2007	Mehed	590,50	633,5
	Naised	494,90	546,5
2008	Mehed	577,5	631,7
	Naised	503,9	472,2
2009	Mehed	581,7	531,3
	Naised	485,8	547,5

Tabelist nähtub, et Valgamaal ei ole enam esmahaigestumine pahaloomulistes kasvajatesse alla Eesti keskmise. Haigestumine pahaloomulistes kasvajatesse on aastatega kasvanud nii Eestis, kui ka Valga maakonnas.

Tabel 5. Esmahaigestumine pahaloomulistes kasvajatesse paikne järgi % juhtumitest (Allikas: Tervisearengu Instituut)

	Valgamaal	Eestis
Seedeelundites	22	23
Eesnäärmes	11	13
Nahal	9	12
Hingamis- ja rindkeresisestes elundites	9	12
Hingetorus, bronhides, kopsudes	8	10
Naissuguelundites	8	8
Rindades	7	9

Tabelist nähtub, et nii Eestis kui Valga maakonnas on pahaloomulistest kasvajatest esikohal pahaloomulised kasvaja seedeelundites ja eesnäärmes. Haigekassa kutsub igal aastal naised emakakaela- ja rinnavähi sõeluuringule. Sihtrühmaks on ravikindlustatud naised vanuses 50-62 aastat kaheaastase intervalliga. Emakakaelavähi varajase avastamise projektis osalevad lähimatest tervishoiuasutustest Tartu Ülikooli Kliinikum ja Valga Haigla.

Suremuskordaja pahaloomulistesse kasvajatesse näitab pahaloomulistesse kasvajatesse surnud inimeste suhtarvu 100 000 elaniku kohta.

Tabel 6. Suremuskordaja pahaloomulistesse kasvajatesse Valga maakonnas (Allikas: Statistikaamet)

Aasta	Suremuskordaja 100 000 elaniku kohta
2002-2003	199,03
2004-2005	216,29
2006-2007	192,97

Järgnevalt on välja toodud enamlevinud **nakkushaigused** Valgamaal aastatel 2008- 2013.

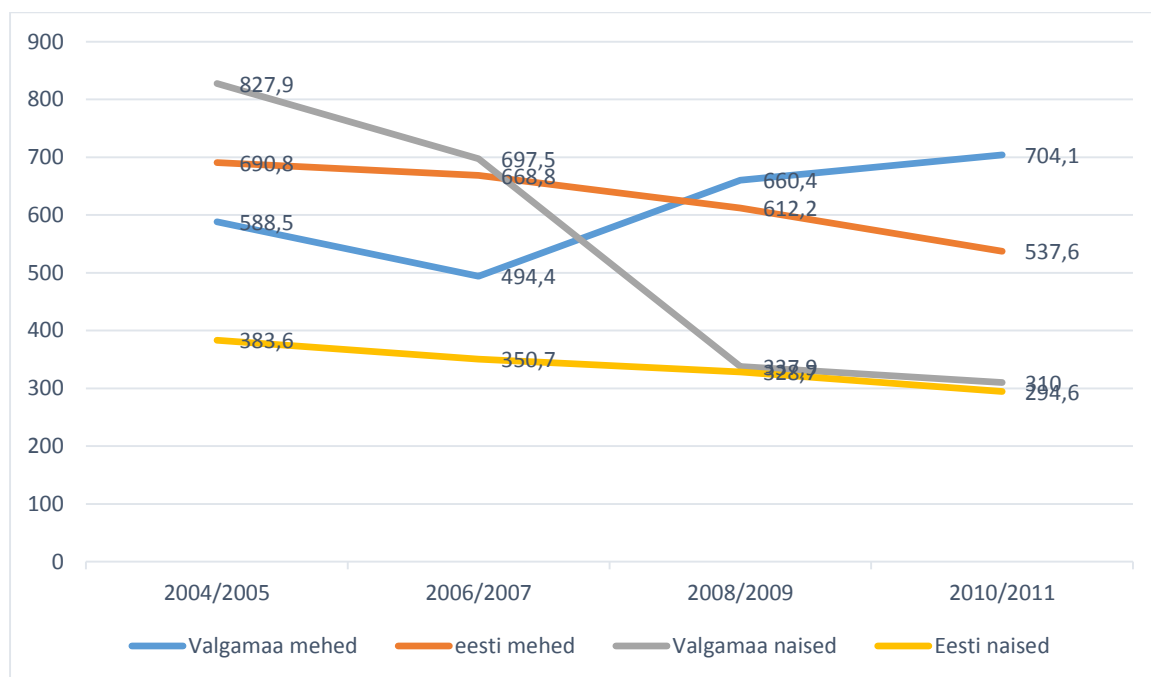
Tabel 7. Nakkushaigustesse haigestumiste arv ja haigestumuskordaja 100 000 elaniku kohta Valgamaal (Allikas: Tervisearengu Instituut)

Nakkushaigus	2008		2009		2012		2013	
	juhud	kordaja	juhud	kordaja	juhud	kordaja	juhud	Kordaja
Salmonelloosid	19	55,0	2	5,8	2	6,5	0	0
Tuberkuloos	10	28,9	6	17,5	11	35,7	12	39,5
Läkaköha	1	2,9	20	58,4	6	19,46	0	0
Sarlakid	19	55,0	3	8,8	24	77,9	3	9,9
Gonokokknakkus	3	8,7	1	2,9	1	3,2	2	6,6
Suguliselt leviv klamüüdia	11	31,8	1	2,9	11	35,7	35	115,2
Puukensefaliit	2	8,7	5	14,6	2	6,5	3	9,9
Tuulerõuged	73	211,3	54	157,6	85	275,7	170	559,5
Sügelised	33	95,5	34	99,2	177	55,1	0	0
Ülemiste hingamisteede nakkused	4136	11972	4659	13597	2744	8901	3262	10736
Gripp	67	193,9	328	957,2	47	152,5	63	207,4
Loomahammustused	33	95,5	31	90,5	37	120	29	95,5

Eesti keskmiste näitajate taustal on tõsiseks piirkondlikuks probleemiks endiselt tuberkuloos. Tuberkuloosi haigestumise juhtude arv on kasvanud. Terviseameti andmetel olid 2013.a ohurühmaks 30-59 aastased isikud (59% haigete üldarvust). Mehed moodustasid 67,6% haigestunutest.

HIV- nakkusesse nakatumine Valgamaal on üks madalamaid Eestis, 2010-2013 registreeriti kokku 2 juhtu. Samuti oli 2013.aastal puukborrelioosi haigestumine Valgamaal üks väiksemaid Eestis. Eestis tervikuna on haigestumus puukborrelioosi samuti oluliselt vähenenud.

Valga maakonna suremuskordajad **vereringeelundite haigustesse** meestel ja naistel on Eesti ühed kõrgemad. Kui 2010. aastal olime veel II kohal, siis 2012-2013 juba I kohal Eestis.



Joonis 6. Suremuskordaja 100 000 elaniku kohta vereringeelundite haigustesse aastatel 2004-2011 (Allikad: Statistikaamet, Tervisearengu Instituut)

Eestis on nii meeste kui naiste vereringeelundi haigustesse suremuse kordaja langustendentsiga. Samased trendid valitsevad viimastel aastatel ka Valgamaa naiste vereringehaiguste suremuse kordajates. Valgamaa meeste vereringeelundihaigustesse suremuse kordaja on aga tõusva trendiga.

### 1.7. Põdrala valla probleemid üldandmete indikaatorite põhjal:

- **Elanike arvu pidev vähenemine nii väljarände kui negatiivse iibe tõttu.**
- **Vanemaeliste osakaalu suurenemine ning laste ja tööealise elanikkonna vähenemine.**
- **Üle 70 aastaste meeste arv oluliselt väiksem kui naiste arv.**
- **Meeste vereringeelundihaigustesse suremuse kordaja tõusva trendiga.**
- **Haigestumine pahaloomulistesse kasvajatesse tõusva trendiga.**

## 2. SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED

Sotsiaalne sidusus kogukondlikus võtmes tähendab seda, et selle liikmed hoiavad kokku, osalevad mitmesuguste ühenduste ja rühmade tegevuses, tunnevad oma naabreid ja suhtlevad nendega. Kogukond suudab kindlustada oma liikmete heaolu vältides lõhestumist ja tõrjutust. Sidususe kõrge tase toetab ka sotsiaalset turvalisust, mis omakorda on oluline tervisemõjur. Sotsiaalset sidusust, turvalisust ja toimetulekut iseloomustavad ka tööhõive, vaesuse ja kihistumise näitajad, rahaliste sissetulekute suurus, omavalitsuse tulumaksu laekumine, sest need näitajad määravad paljuski kohaliku omavalitsuse võimalused elanike heaolu tagamisel.

Tõrjutud sotsiaalsete gruppide olemasolu on oluline risk rahva tervisele, seevastu võrdsed võimalused ja võrdne ligipääs teenustele suurendavad sotsiaalset turvalisust ja sidusust ning parandavad tervisenäitajaid.

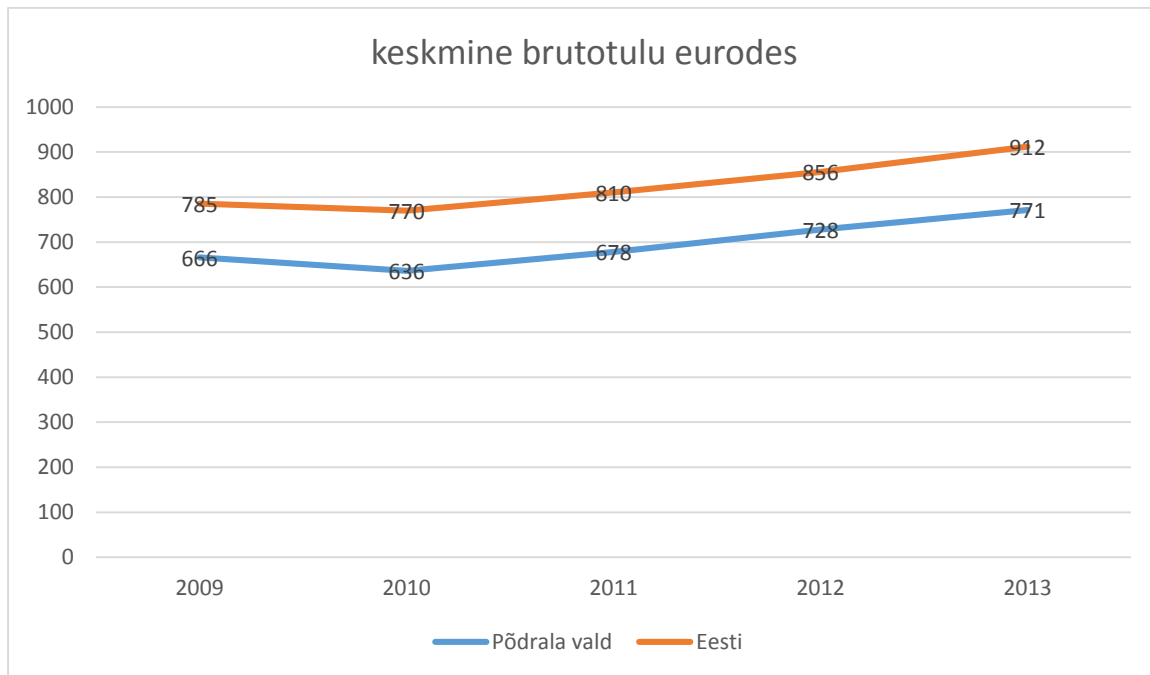
### 2.1. Tööturu situatsioon

**Maksumaksjad** on kohalikus omavalitsuses elavad inimesed, kes tasuvad üksikisiku tulumaksu. Maksumaksjate osakaal näitab survet maksumaksjale sotsiaalsfääri ülal hoidmiseks.

Tabel 8. Maksumaksjate arv ja maksumaksjate osakaal elanikest Põdrala vallas aastatel 2009-2013 (Allikas: Rahandusministeerium )

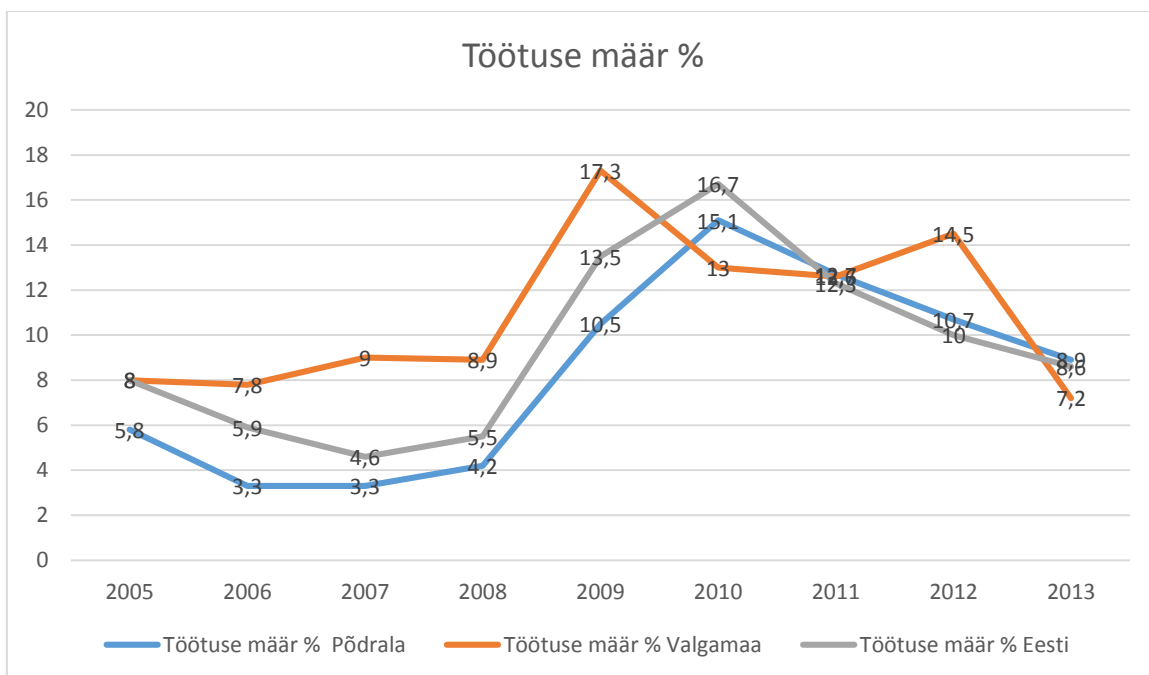
	2009	2010	2011	2012	2013
Maksumaksjate arv	301	287	294	302	296
Maksumaksjate osakaal elanikest %	33,4	32,2	33,7	35,4	36,1

Keskmine **brutotulu** kirjeldab omavalitsuse suhtelist jõukust, mis määrab kohaliku eelarve omatulude mahtu elaniku kohta. Suuremate tulude korral on suuremad võimalused avalikke teenuseid arendada ja paremad võimalused planeerida investeeringuid tulevikku. Põdrala vallas registreeritud inimeste brutotulu jääb tunduvalt alla Eesti keskmisest näitajast.



Joonis 7. Keskmise brutotulu eurodes aastatel 2009-2013 (Allikas: Rahandusministeerium)

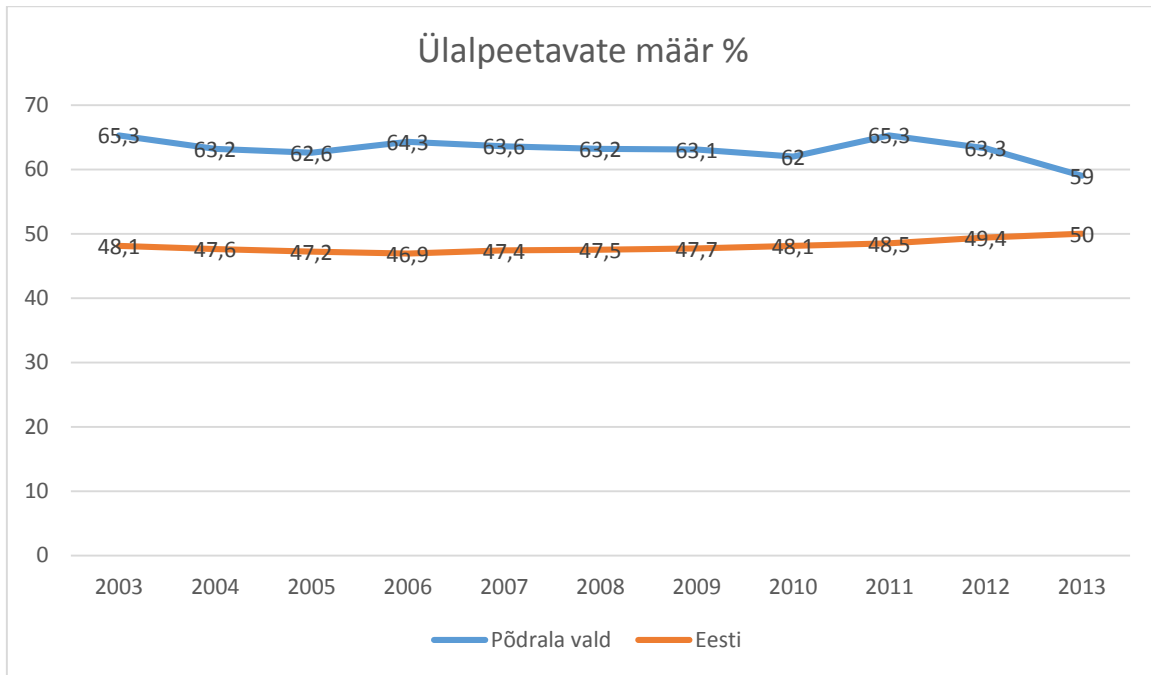
**Töötus** on üks terviseriskidest, millest lähtuvalt on omavalitsusel võimalus planeerida ja käivitada eriprogramme töötusega kaasnevate sotsiaal- ja terviseriskide maandamiseks (kursused, koolitused, töökohtade loomine, tervisteenuste tagamine tervisekindlustuseta isikutele jne). Registreeritud töötuse määr oli Põdrala vallas kõige kõrgem 2010 aastal, mil oli aasta keskmine registreeritud töötute arv vallas 78. Peale seda on töötuse määr vallas aasta aastalt vähenenud. 2013.a oli Põdrala vallas keskmiselt 41 registreeritud töötut.





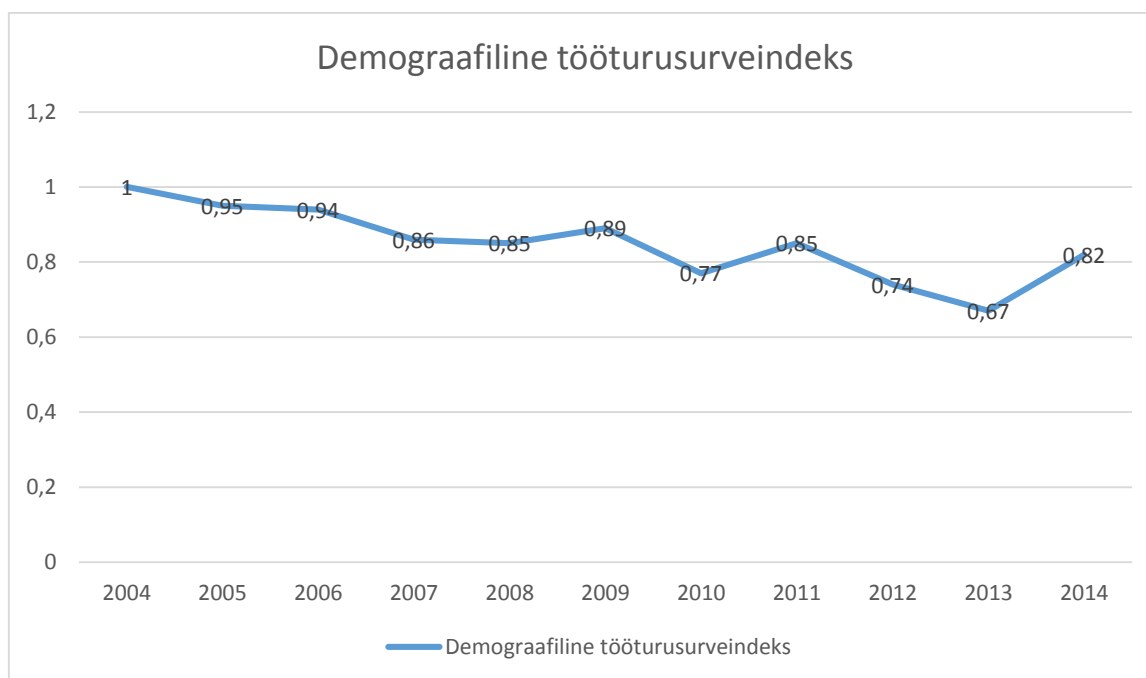
Joonis 8. Registreeritud töötuse määr Põdrala vallas, Valgamaal ja kogu Eestis aastael 2005-2013 (Allikas: Statistikaamet, Eesti Töötukassa)

**Ülalpeetavate** määr näitab rahvastiku vanuskoosseisu ehk mittetöötavate elanike suhet tööealiste inimeste kohta. Viimase 10 aasta jooksul on ülalpeetavate määr Põdrala vallas olnud suhteliselt stabiilne. 2013.a. tuli Põdrala vallas 100 tööealise elaniku kohta 59 ülalpeetavat.



Joonis 9. Ülalpeetavate määr % Põdrala vallas aastatel 2003-2013 (Allikas: Statistikaamet)

**Demograafiline tööturusurveindeks** on eelseisval kümnendil tööturule sisenevate noorte (5-14 aastased) ja sealt vanuse tõttu potentsiaalselt lahkuvate inimeste (55-64. aastased) suhe. Kui indeks on ühest suurem, siis siseneb järgmisel kümnendil tööturule rohkem inimesi, kui sealt vanaduse tõttu potentsiaalselt välja langeb. Alates 2004 aastast on tööturusurveindeksi näitaja olnud vallas pidevas negatiivses languses, mis näitab, et järgneval kümnendil lahkub töölt tööealisi valla kodanikke vanaduse või töötuse tõttu rohkem kui tööturule siseneb.



Joonis 10. Demograafiline tööturusurveindeks Põdrala vallas aastatel 2003-2013 (Allikas: Statistikaamet)

## 2.2.Toimetulek

Majandusliku ja sotsiaalse toimetuleku eelduseks on konkurentsivõimeline haridus, osalemine tööelus ja hea tervis. Sotsiaalsete riskide ( haigus, vanadus, töövõimetustöötus jne) ilmnemisel peab inimväärse toimetuleku tagama sotsiaalse kaitse süsteem. Strateegilisteks tegevussundadeks sotsiaalse kaitse ja sotsiaalse kaasatuse suurendamisel on :

- tööhõive suurendamine, pikaajalise töötuse ja mitteaktiivsuse ennetamine;
- puuetega inimeste ja eakate aktiivse osaluse toetamine ühiskonnaelus;
- sotsiaalse kaitse tõhustamine ning töötamist toetavate stiimulite ja teenuste rakendamine;
- kvaliteetse hariduse omandamiseks võrdsete võimaluste loomine;
- tervisenäitajate parandamine ja kvaliteetse eluea pikendamine;
- arstiabi ja hoolduse kvaliteedi ja kättesaadavuse parandamine.

**Ravikindlustusega kaetud** elanike osakaal rahvastikust oli 2013 aastal 92,5 % (Allikas KOV). See indikaator võimaldab planeerida võimalikke ja vajalikke sotsiaal-, tervishoiu- ja muid teenuseid. Statistikaameti leibkonnauuringu järgi on ravikindlustamata isikute seas ülekaalus need, kes ei tööta ja kes pole end ka töötuna arvele võtnud. Peale nende on veel makse mittemaksvad, dividendidest elavad ja välismaal töötavad inimesed.

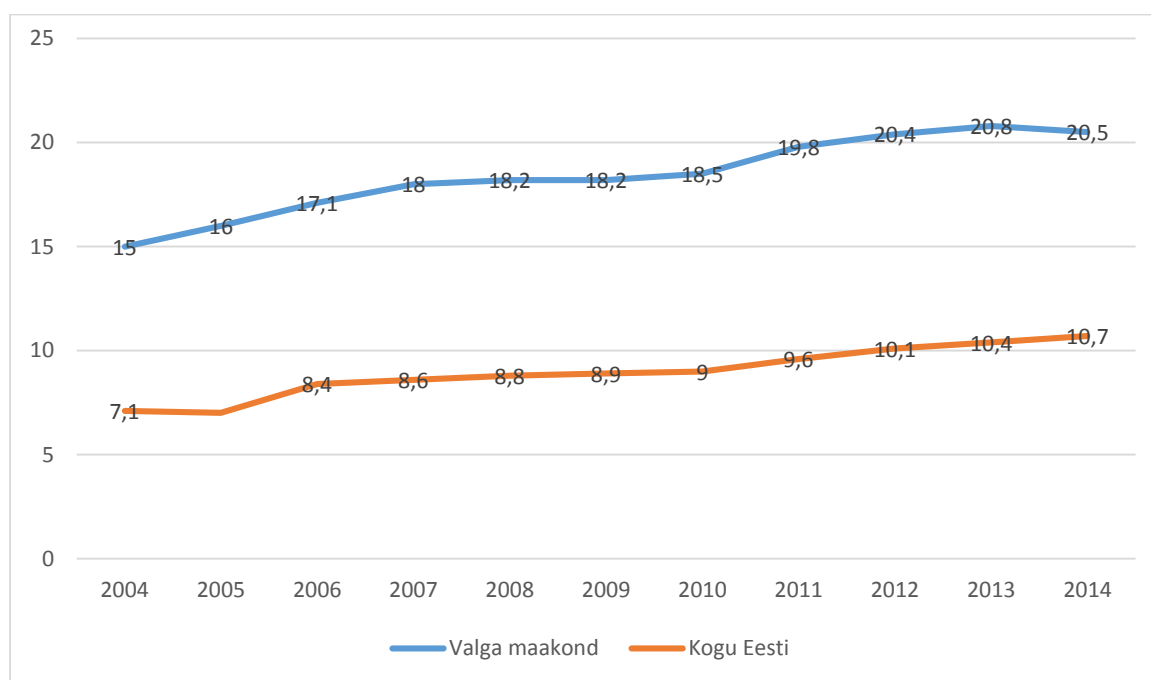
Ravikindlustusega hõlmatud isikud saavad arstiabi, Haigekassast hambaravihüvitist (vähemalt 63-aastased inimesed, vanadus- ja töövõimetuspensionärid, rasedad ja alla 1-

aastase lapse emad ning suurenenud hambaravi vajadusega inimesed), hambaproteeside hüvitist (vähemalt 63-aastased inimesed, vanadus- ja töövõimetuspensionärid), täiendavat ravimihüvitist, haigushüvitist (töötavad isikud), sünnitushüvitist, hooldushüvitist.

Ravikindlustuseta isikutele on tagatud vaid vältimatu arstiabi. Põdrala vallas on ravikindlustuseta isikutele arstiabi tagatud vallavalitsuse kaudu, kus tehakse otsused esmatasandi arstiabi, terviseuuringute ja eriarstiabi teenuste finantseerimiseks vallaeelarvest. Ravikindlustuseta isikutele ei laiene ka ravimisoodustused.

## Puudega isikud

Puue on inimese anotoomilise, füsioloogilise või psüühilise struktuuri või funktsiooni kaotus või kõrvalekalle, mis koostoimes erinevate suhtumuslike ja keskkondlike takistustega tõkestab ühiskonnaelus osalemist teistega võrdsetel alustel. Aasta-aastalt on kogu Eestis puudega isikute arv kasvanud, moodustades üle 10% rahvastikust. Kõrge töötuse tingimustes sissetuleku otsimine võib põhjustada Lõuna- ja Kagu-Eesti maakondade kõrgemat puuetega inimeste osakaalu muu Eestiga võrreldes.



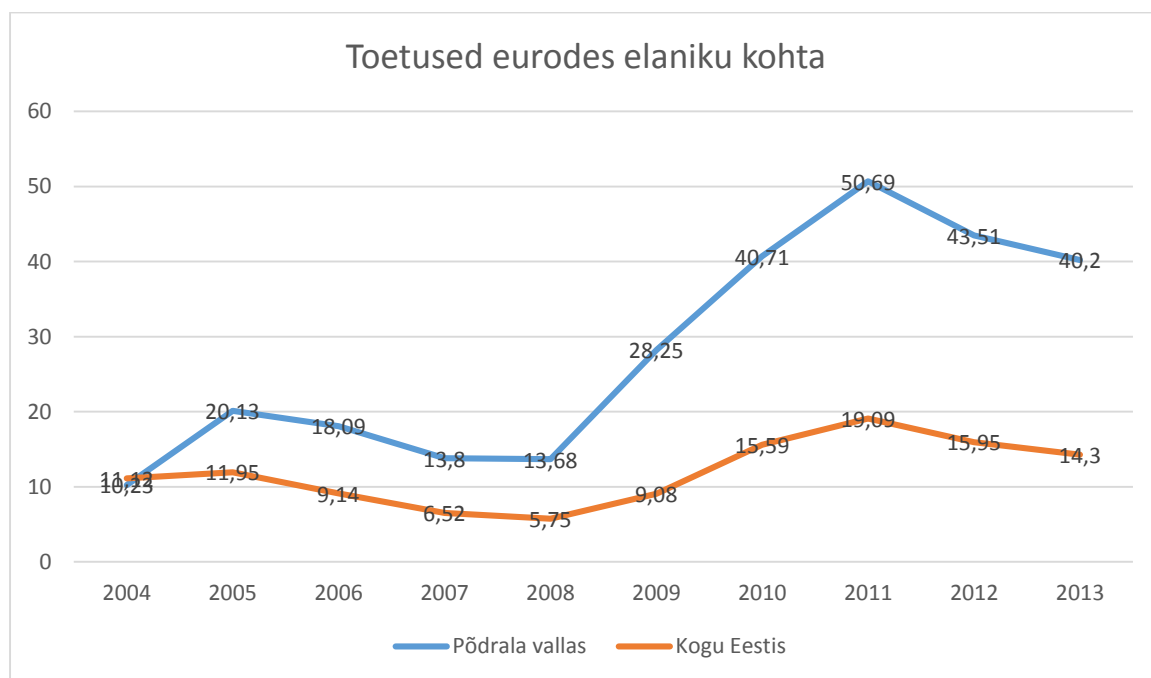
Joonis 11. Puudega inimeste osatähtsus % elanikkonnast Valga maakonnas ja Eestis aastatel 2004-2014 (Allikas: Statistikaamet)

Töövõimetus tuvastatakse ainult tööealiste isikute puhul, 16-elu-aastast kuni vanaduspensionieani. Töövõimetuspensionäril võib lisaks töövõime kaotusele vahemikus 40-100% olla määratud ka puue (keskmine, raske, sügav). Töövõimetuspensionäride arvu eraldi kohalike omavalitsuste kohta ei ole avaldatud. Kättesaadavad on vaid andmed maakonna kohta. Kui 2008 aastal oli Valga maakonnas töövõimetuspensionäride osakaal 12% tööealisest elanikkonnast, siis seisuga 01.01.2014 oli vastav näitaja 18% (Allikas:

Sotsiaalkindlustusamet ja Statistikaamet). Töövõimetuspensioniga kaasnevad sotsiaalsed tagatised ravikindlustuse ja väikese sissetuleku (töövõimetuspension) näol. Väikese sissetulekuga majandades suureneb võimalus, et inimesed ei tarbi tervise teenuseid jm. tervislikku elustiili soodustavaid teenuseid. Väheneb tervisliku toitumise osakaal ja suurenevad stressist ja mittetervislikust toitumisest tingitud vaimse tervise häired.

Erilist tähelepanu tuleb pöörata rehabilitatsiooniteenuste arendamisele, et parandada puuetega inimeste iseseisvat toimetulekut, suurendada ühiskonna kaasatust ning soodustada tööealiste töötamist või tööle asumist. Puuetega inimeste rehabilitatsiooni eesmärk on õpetada inimesi tema muutunud olukorras ise võimalikult palju toime tulema.

**Toimetulekutoetus** on riigi abi alla toimetulekupiiri elavatele isikutele, mida maksab kohalik omavalitsus. Toetus hõlmab toimetulekupiiri tagamise toetust ja täiendavat toetust. Vaesus on oluline terviserisk. Näitaja annab ülevaate vaesusriskis elavate inimeste hulgast ja toimetulekutoetuse vajaduse ulatusest.



Joonis 12. Toimetulekutoetused eurodes 1 elaniku kohta aastatel 2004-2013 (Allikas: Statistikaamet)

2013.aastal maksti Põdrala vallas toimetulekutoetust toimetulekupiiri tagamiseks 27 365,99 eurot, mis on 121,63 eurot rahuldatud taotluse kohta. 10 aasta lõikes on Põdrala vallas suurenenud nii toimetulekutoetused 1 elaniku kohta (10,23 eurolt 40,20 eurole) kui ka toimetulekutoetuse suurus ühe taotluse kohta (10,23 eurolt 121,63 eurole) Allikas: Statistikaamet.

## Sotsiaaltoetused

Alljärgnevalt on välja toodud Põdrala vallas makstavad täiendavad sotsiaaltoetused, nende rahaline maht ja saajate arv aastatel 2007-2013.

Tabel 9. Põdrala valla eelarvest makstav matusetootus, eurodes aastatel 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	1150	1438	479	1917	1573	1344	1056
Rahuldatud taotluste arv	18	15	5	20	14	14	11

Alates 2008.aastast on matusetootuse suuruseks olnud 96 eurot. Toetus on ettenähtud Põdrala valla elanike registrisse kantud isiku surma korral matuse korraldamise kulude osaliseks katmiseks.

Tabel 10. Põdrala valla eelarvest makstav sünnitoetus, eurodes aastael 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	1342	1589	2237	1278	3680	1600	3040
Rahuldatud taotluste arv	8	6	7	4	12	5	9

Alates 2014.aastast makstakse sünnitoetus välja kahes osas : kaks kolmandikku peale lapse sünni ja üks kolmandik lapse ühe aastaseks saamisel. 2008 - 2013.aastal oli sünnitoetuse suuruseks 320 eurot.

Tabel 11. Põdrala valla eelarvest makstav ranitsatoetus, eurodes aastatel 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	767	128	447	575	320	192	384
Rahuldatud taotluste arv	12	2	7	9	5	3	6

Ranitsatoetus on ettenähtud Põdrala valla registris olevatele lastele, kes asuvad õppima I klassi. Toetuse suuruseks on olnud 64 eurot. Alates 2014.aastast makstakse ranitsatoetust

kõigile I klassi astujatele olenemata kooli asukohast. Lastevanemate arvates on tegemist olulise rahalise abiga, mis aitab lastele soetada kooliks vajalikke õppevahendeid.

Tabel 12. Põdrala valla eelarvest makstav koolilõpetajatoetus, eurodes 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	326	409	428	390	310	325	315
Rahuldatud taotluste arv	18	20	27	26	19	16	17

Koolilõpetaja toetus on ette nähtud põhikooli, gümnaasiumi või peale põhikooli kutseõppeasutuse päevase õppevormi lõpetajale.

Tabel 13. Põdrala valla eelarvest makstav küttepuudetoetus, eurodes aastatel 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	639	767	671	575	768	960	1056
Rahuldatud taotluste arv	10	10	7	6	8	10	11

Küttepuudetoetust makstakse Põdrala valla elanike registrisse kantud üksi elavatele pensionäridele või töövõimetuspensionäridele tingimusel, et taotlejal puuduvad seadusjärgsed ülalpidajad; taotleja isiklikus omandis ei ole metsamaad ja taotleja sissetulekuks on ainult pension. Küttepuudetoetuse taotlejate arv on aastate lõikes olnud stabiilne ja toetuse suuruseks on alates 2009. aastast 96 eurot.

Tabel 14. Põdrala valla eelarvest makstav emadepäeva toetus, eurodes aastatel 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	352	352	320	320	288	224	160
Rahuldatud taotluste arv	11	11	10	10	9	7	5

Emadepäeva toetust makstakse peredele, kus on kasvamas neli või enam alla 19 aastast last. Toetuse suuruseks on aastaid olnud 32 eurot.

Tabel 15. Põdrala valla eelarvest makstav toetus raske majandusliku olukorra tõttu, eurodes aastael 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	2689	2194	4074	3580	2478	2141	2298
Rahuldatud taotluste arv	91	72	118	104	81	72	76

Toetuse raske majandusliku olukorra tõttu saamise ja toetuse suuruse otsustab igal konkreetsel juhul vallavolikogu sotsiaalkomisjon.

Tabel 16. Põdrala valla eelarvest makstav koolitoetus, eurodes aastatel 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	-	-	1166	997	1460	740	600
Rahuldatud taotluste arv	-	-	73	52	73	37	24

Alates 2009. aastast, kui Sotsiaalkindlustusamet lõpetas augustis kooliminevatele lastele koolitoetuse maksmise on Põdrala Vallavalitsus avalduste alusel maksnud toetust lastega peredele koolitarvete ostmiseks.

Tabel 17. Põdrala valla eelarvest makstav eakate sünnipäevatoetus, eurodes aastatel 2007-2013 (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Aasta	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Väljamakstud summad	-	-	-	1055	969	1178	1180
Rahuldatud taotluste arv	-	-	-	55	51	62	59

## Sotsiaalteenused

Põdrala vallas pakutavad sotsiaalteenused on :

- pesupesemise teenus;
- abivahendite tasuta rentimise teenus;
- hooldamine hoolekandeesutuses;
- sotsiaalnõustamine;
- transporditeenus;
- ITAK-i teenuste vahendamine;
- eestkoste vormistamine;

- erihooldusele paigutamine;
- puudega inimese sõiduki parkimiskaartide väljastamine;
- isikliku abivahendi kaartide vahendamine;
- toiduabi jagamine;
- pensionäridele isikutunnistuste vormistamine;
- pensioni taotlemiseks vajalike dokumentide vormistamine ja nende edasitoimetamine Valga Pensioniametisse;
- puuetega inimeste sotsiaaltoetuste taotlemiseks vajalike dokumentide vormistamine ja nende edasitoimetamine Valga Pensioniametisse;
- vajadusel tasuta kasutatud riiete andmine.

### **2.3. Kaasatus kogukonna tegevustesse**

**Kogukonna motivaatoriteks** on Põdrala vallas omavalitsuse poolne tunnustus ning erinevad väljaantud auhinnad:

- „Kauni Kodu“ kandidaatide tunnustamine;
- vallavalitsuse tänukirjad tähtpäevadel;
- eakate õnnitlemine juubelitel kaardi, toetuse ja lilledega.

### **Elanike kaasamine**

Põdrala valla elanikel on võimalus kaasarääkimiseks erinevate arengukavade, planeeringute jm avalikustamisel. Samuti osalevad Põdrala valla elanikud mitmete mittetulundusühingute, seltside ja seltsingute koosseisus ja töös. Kaks korda aastas toimub piirkonna ettevõtjate ümarlaud Tõrvas.

Põdrala vallas tegutsevad:

- MTÜ Põdrala Kütt;
- MTÜ Põdrala Külade Ühendus;
- MTÜ Leebiku Külaselts;
- MTÜ Rahvakultuuriühing Torupilli Ants;
- MTÜ Liiva Vesi;
- MTÜ Pikasilla-Purtsi Külaselts;
- Pori Küla Seltsing;
- Lõve Küla Seltsing;
- Rulli küla Seltsing;
- Riidaja Spordiseltsing;
- Riidaja Naisseltsing;
- Põdrala valla Pensionäride Ühendus.



## **2.4. Kultuurielus osalemine ja kultuuri tarbimise võimalus**

Suurem osa üritustest toimub **Riidaja Kultuurimajas**. Käesoleval ajal tegutsevad Riidaja Kultuurimajas käsitööring, rahvatantsuring, laste show- ja loovtantsuring. Toimuvad tantsuõhtud ja Riidaja Põhikooli ja – lasteaia peod. Traditsioonilised üritused on Riidaja Kultuurimaja sünnipäev, Põdrala valla pensionäride sügispidu, Riidaja mõisapäev, jaanipäeva tähistamine. Riidaja Kultuurimajas tegutsevad Põdrala Avatud Noortekeskus, Põdrala Pensionäride Ühendus, MTÜ Põdrala Külade Ühendus ja projektipõhine Riidaja Rändurteater.

Riidaja mõisa peahoones asub **Riidaja Raamatukogu**, mis on rekonstrueeritud 2008.a ja teenindab kogu valla territooriumi. Lugejaid oli 2013. aastal 237, sellest lapsi 57; laenutusi koju 7848, sellest lastele 713; külastusi kokku 2649, sellest lapsi 533. Töötab ka laenutuspunkt Leebiku külas. Kuni 2014.a oli raamatute laenutamise võimalus ka Pikasilla kooli juures, kuid seoses Pikasilla Kooli sulgemisega raamatute laenutuspunkt suleti. Riidaja Raamatukogu juures organiseeritakse erinevaid kursuseid, näituseid ja koolitusi. 2013.aastal toimus Riidaja Raamatukogus 4 individuaalkoolitust, 2 rühmakoolitust ja sai tutvuda 10 näitusega.

## **2.5. Põdrala valla probleemid sotsiaalse sidususe ja võrdsete võimaluste indikaatorite taustal:**

- **Keskmine brutotulu on küll tõusnud, kuid jääb maha Eesti keskmisest (912 eurot) 2013 aastal 141 euro võrra. See mõjutab ka erinevate (tervise) teenuste tarbimist.**
- **Ülalpeetavate määr suur ( 2013.a 59 ülalpeetavat 100 tööealise elaniku kohta).**
- **Demograafilise tööturu surve indeks on alates 2005 aastast olnud alla ühe ja on olnud pidevalt negatiivses languses. Tööturult lahkub rohkem inimesi, kui sinna siseneb.**
- **Ravikindlustuseta on 7,5 % Põdrala valla elanikest.**
- **Puudega inimeste osatähtsus elanikkonnast on Valga maakonnas sh Põdrala vallas tunduvalt suurem Eesti keskmisest.**
- **Toimetulekutoetuse suurus ühe elaniku kohta on tunduvalt suurem kui Eesti keskmine.**
- **On peresid, kes elavad äärmises vaesuses. Samuti on toimetulekupiiril elavate perede arv kõrge.**
- **Elukvaliteedi üldine langus toob kaasa stressi, depressiooni ja kuritegevuse.**
- **Sotsiaalhoolekande meetmete puhul vajab laiendamist ja kättesaadavuse parandamist sotsiaal- ja rehabilitatsiooniteenused puuetega inimestele, meetmed avaholdusteenuste pakkumiseks ja sotsiaalkorterite elamistingimuste parandamiseks.**
- **Töökohtade vähesus Põdrala vallas ja selle lähiümbruses, mis sunnib inimesi lahkuma Põdrala vallast kas teistesse Eesti piirkondadesse või välismaale.**

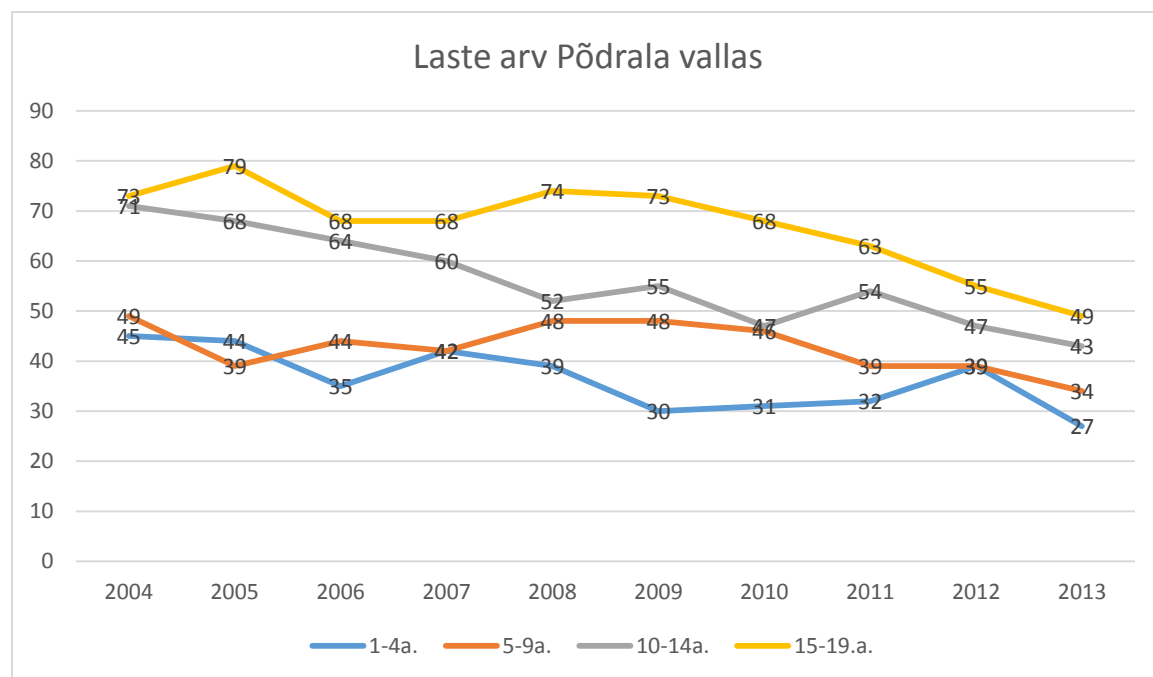
### 3. LASTE JA NOORTE TURVALINE NING TERVISLIK ARENG

Lapse- ja noorukieas pannakse alus inimese terviseteadlikkusele ja tervist säästvale käitumisele. Tervist mõjutavad peresuhted, kodused elamistingimused, kodukoha loodus- ja tehiskeskkond, lasteaia- ja koolikeskkond, üldine sotsiaalmajanduslik keskkond sh haridus- ja tervishoiusüsteemi korraldus ning töötus ja vaesus riigis.

Suurt mõju avaldab lastele ümbritsev sotsiaalne võrgustik; vanemate, vanavanemate ja sõprade eluviis ja käitumine. Lapse ja noore tervise ja arengu kujunemist tuleb käsitleda koosmõjus perekonna ja keskkonnaga, kus laps suurema osa ajast viibib. Investeering haridusse võrdub investeeringuga tervisesse.

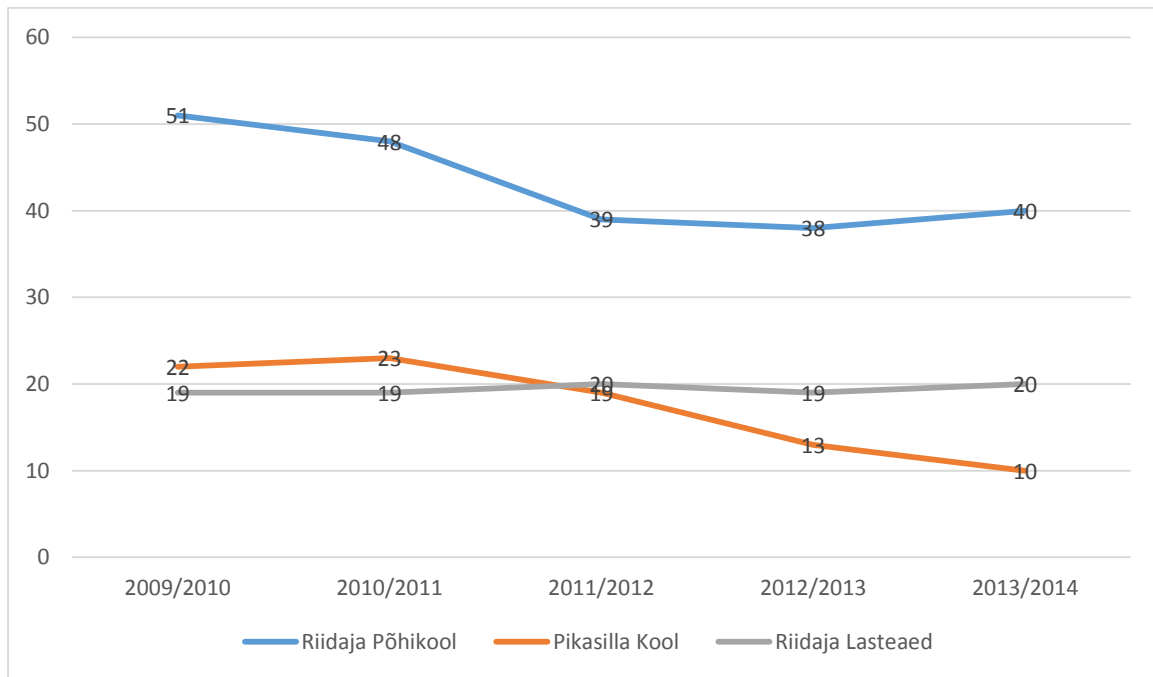
#### 3.1. Laste ja noorte arv

2004.a. elas Põdrala vallas kokku 238 last ja noorukit vanuses 0-19 aastat. 2013 aastaks on laste ja noorukite arv vähenenud 153-ni. Joonis laste arv Põdrala vallas näitab ilmekalt, et viimase 10 aasta jooksul on kuni 19. aastaste laste ja noorte arv pidevalt vähenenud. Suurim langus on 10-19 aastase noorte ehk õpilaste osas.



Joonis 13. Laste arv Põdrala vallas aastatel 2004-2013 (Allikas: Statistikaamet)

Käesoleval ajal on Põdrala vallas 1 haridusasutus – Riidaja Põhikool, mille juures on ka lasteaia liitühm 18 lapsele. Valla teine haridusasutus, 1921 aastal tegevust alustanud Pikasilla Kool lõpetas oma tegevuse 31.08.2014.a.



Joonis 14. Õpilaste arv Põdrala valla koolides ja lasteaias aastatel 2009-2013 ( Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Riidaja Põhikoolis õpib 2014/2015 õppeaastal 5 klassikomplektis kokku 46 õpilast. Koolis töötab 7 erinevat ringi 6 õpetaja juhendamisel. Riidaja Põhikoolis käib 2014/2015 õppeaastal 9 last ka teistest omavalitsustest.

Tõrva Gümnaasium on Tõrva piirkonna keskne õppeasutus. 2014/2015 õppeaastal käib 15 põhikooliealist last ja 8 gümnaasiumiealist Põdrala valla last Tõrva Gümnaasiumis. Mitmed Põdrala valla noored õpivad veel erinevates Valga ja Tartu maakonna põhikoolides ja gümnaasiumites.

Riidaja Lasteaia nimekirjas on 2014/2015 õppeaastal 18 last. Lisaks käib 5 last teiste omavalitsuste lasteaedades.

### 3.2. Laste ja noortega tegelevad asutused

Põdrala vallas elavate noorte vaba aja tegevuste korraldamiseks on asutatud Põdrala Avatud Noortekeskus, mille eesmärkideks on:

- valla noorsootöö arendamine, suunamine ja korraldamine;
- valla noortele (vanus 7-26) vaba aja veetmise võimaluste loomine erinevate noorteprojektide ja –programmide teostamise kaudu;
- noorte arengu ning sotsialiseerimise toetamine, sportlike ja tervislike eluviiside propageerimine;
- noorsootöö erinevate teenuste võimaldamine (informatsiooni, nõuande ja koolituse saamine, huvitegevuse võimaldamine);

- noore inimese ühiskonnapädevaks, tööturul toimetulevaks, algatusvõimeliseks, tegusaks ja igakülgseks haritud kodanikuks kujundamine.

Noortekeskus töötab alates 2014 aasta 01. märtsist.

Põdrala valla lastel on võimalus muusikaalast põhiharidust omandada Tõrva Muusikakoolis. Hinnanguliselt moodustavad Põdrala valla noored 12% Tõrva Muusikakooli õpilastest. Muusikakoolis kestab õppetöö 7 aastat ja on võimalik valida järgmiste erialade vahel: klaver, viiul, akordion, puhkpillid, kannel, kitarr.

### 3.3. Koolilaste tervisekäitumine

Koolilaste tervisekäitumise uurimiseks pole Põdrala vallas läbi viidud ühtegi uuringut. Alljärgnev ülevaade põhineb Tervise Arengu Instituudi poolt 2010 aastal läbi viidud „Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise“ uuringule (Allikas : TAI <http://www.tai.ee/failid/HBSC2010.pdf>).

Nimetatud uuringu sihtrühmaks olid 11-, 13- ja 15-aastased noorukid, kuna just sellises vanuses on kujunemas ja juurdumas tervisekäitumuslikud harjumused ning just sellises eas on noored inimesed vastuvõtlikud nii headele kui halbadele mõjudele. Uuring viidi läbi Eesti Vabariigi üldhariduskoolide 5., 7. ja 9. klasside õpilaste seas. Küsitlusele vastas Lõuna-Eestist ( Jõgeva-, Põlva-, Võru-, Valga- ja Tartumaa) 520 poissi ja 608 tüdrukut. Küsitluse kokkuvõtavad tulemused on järgmised:

- 37,7% poistest ja 35,5% tüdrukutest on viiel või rohkemal päeval nädalas vähemalt ühe tunni mõõdukalt kehaliselt aktiivsed;
- vähemalt kahel korral nädalas on intensiivselt kehaliselt aktiivsed 66,5% poistest ja 59,8% tüdrukutest;
- koolipäevadel vaatasid kaks või enam tundi päevas televiisorit 69,4% poistest ja 69,9% tüdrukutest;
- suitsu ei ole vastanutest proovinud 43,9% poistest ja 51,6 % tüdrukutest ning küsitluses osalenud poistest on 85,1% ja tüdrukutest 90,1% mittedsuitsetajad;
- kokku 64% 15-aastastest vastanutest on 13-aastaselt või varasemalt tarbinud alkoholi ning 22,6% on joonud ennast sama noorelt purju;
- 35% 11-,13- ja 15-aastastest meessoost vastanutest pole kunagi purjus olnud ja tüdrukute puhul on tulemus 39,2%;
- oma tervist hindab keskmiselt heaks 33,1% poisslastest ja 30,9% tütarlastest;
- 59,7% poistest ja 65,6% tüdrukutest on vähemalt üks tervisekaebus peaaegu iga nädal või sagedamini;
- viimasel 12 kuul depressiivseid episoodide koges Lõuna-Eesti noormeestest 15,8% ja tütarlastest 28,3%;

- vanuserühmas 15 on poistest olnud seksuaalvahekorras 18,5% ja tüdrukutest 27,6% ning kondoomi kasutati keskmiselt 89,1% juhtudest.
- viimasel paaril kuul on kaasõpilaste poolt mittekiusatusid olnud poistest 56,2% ja tüdrukutest 62,5%;
- toidu puudumise tõttu on pidanud tühja kõhuga magama minema keskmiselt 17,4 % vastanutest;
- puu- ja köögivilju söövad igal päeval vähemalt korra 27,2% poistest ja 29,2% tüdrukutest ning piima joovad keskmiselt 48,7% vastanutest;
- 46,2% poistest ja 43,6% tüdrukutest tarbivad viis korda nädalas või sagedamini maiustusi ja/või magusaid jooke.

### **3.4. Laste ohutu elu- ja õpikeskkond**

Indikaatoris käsitletakse ohutuse seisukohast last ümbritseva füüsilise keskkonna tegureid, nagu näiteks veekogud, teekond kooli ja lasteaeda, ülekäigurajad, mänguväljakud (uued, renoveeritud, renoveerimist vajavad), mööbel, mänguasjad, sisetemperatuur haridusasutustes. Indikaator võimaldab hinnata ohutegureid ja tegeleda vigastuste ennetamisega.

Põdrala vallas on ülekäigurajad märgistatud Riidaja külas (Riidaja keskus kergliiklustee alguses ja Riidaja PK juures). Liikluskorraldusvahendite (liiklusmärgid) paigutamisega on püütud teha kõik selleks, et luua Riidaja PK vahetus läheduses võimalikult ohutu liikluskeskkond. Pimedal ajal on valgustatud Riidaja kergliiklustee, Riidaja PK ümbrus, osaliselt Riidaja keskus, Leebiku küla keskus, Pikasilla küla. Pimedal ajal on probleeme Riidaja ühismajades elavatel lastel, sest ühismajade juurest kuni bussijaamani ei ole kergliiklusteed ja valgustust.

Riidaja kooli ja lasteaia mööbel vastavad tervisekaitse nõuetele. Laste luud on paindlikud, seetõttu on väga tähtis vältida väärkehahoiu ja lülisamba kõverdumise fikseerimist. Kool ja lasteaed on varustatud õppe- ja mänguvahenditega, kuid pidevas kasutuses olevad vahendid vajavad regulaarset uuendamist, järelvalvet, remonti, kaasajastamist.

2013.a. rekonstrueeriti PRIA toetusel Riidaja PK juures olev staadion. Jooksurajale ja kaugushüppesektorisse paigaldati tartaankate, ehitati uus kaugushüppekast ja kuulitõukesektor.

2013.a. korrastati PRIA toetusel Pikasilla puhkealal asuvat ujumiskohta, et muuta ujumiskoht ohutumaks.

2010-2013.a. ehitati PRIA toetusel Riidaja PK juurde multifunktsionaalne palliväljak, mis on spetsiaalse kummikattega ja väljakujoontega väljak võrkpalli, korvpalli ja tennise mängimiseks. Palliväljak on valgustatud ja piirdeaiaga ümbritsetud.

2011.a. püstitati PRIA toetusel Riidaja Põhikooli juurde osavusrada (poom vedrudel, pöörlev poom, liimpuidust poom kaldteega, tasakaalurada kettidega, AMAZON).

2011.a. ehitati toetusmeetme „Noorte algatused ja koostöö, tegevus Noor Valgamaa“ abil paviljon Riidaja PK juurde, kus oleks võimalik õppetunde läbi viia ka vabas õhus.

2010.a. toetusmeetme „Väärt elukeskkond“ raames ehitati Riidaja PK juurde treeningsaal, kus saab kasutada jõusaaliseadmeid, velo- ja sõudeergomeetrit.

### **3.5. Terviseteenuste olemasolu koolis/lasteaias**

Kooli/lasteaia terviseteenuste all on mõeldud psühholoogi, logopeedi, tervishoiutöötaja, sotsiaaltöötaja ja liikumisõpetaja olemasolu haridusasutuses.

Riidaja Põhikooli juures asuvas lasteaias osutab logopeedi teenust kooli eripedagoog koormusega 2 tundi nädalas. Alates 2014/2015 õppeaastast töötab Riidaja Põhikoolis psühholoog ühel päeval nädalas. Sama psühholoog teenindab ka vajadusel lasteaeda. Tervishoiutöötaja ülesandeid täidab kooliõde, kes käib Riidaja Põhikoolis kohapeal Tõrvast. Nii on tagatud ülevaade õpilaste kaaludest, pikkustest, nägemise ja kuulmise olukorrast, vaksineerimistest. Vajadusel kontakteerub kooliõde lapsevanematega, käib lastevanemate koosolekutel loengutega tervisetemadel. Kooli lõpetades saab iga õpilane kaasa tervisekaardi oma andmetega.

Kooli ja lasteaia personal peab olema läbinud tervisekontrolli vastavalt Nakkushaiguste ennetamise ja tõrje seadusele. Tööandja on kohustatud tervisetõendit nõudma enne töötaja tööle asumist. Hiljem peab tööandja vastavalt riskihindamise tulemustele saatma töötaja korrapärasele tervisekontrollile, sealhulgas iga kahe aasta järel kopsude röntgeni uuringule.

### **3.6. Koolikohustuse täitmine, noorte süüteod**

Põdrala vallast pärit alaealiste õigusrikkumisi arutatakse Tõrva Linnavalitsuse juures alaealiste mõjutusvahendite seaduse alusel töötavas Tõrva piirkonna **alaealiste komisjonis**. Alaealiste komisjon on üheksaliikmeline, komisjoni kuuluvad haridus- sotsiaal- ja tervishoiualaste töökogemustega isikud, politseiametnik ja alaealiste komisjoni sekretär. Alaealiste komisjoni pädevusse kuulub:

- alaealise õigusrikkumise asja arutelu;
- alaealisele seaduses ettenähtud mõjutusvahendite kohaldamine või kohtult loa taotlemine kasvatuse eritingimusi vajavate õpilaste kooli suunamiseks;
- oma haldusterritooriumil alaealistega tehtava kriminaalpreventiivse töö koordineerimine.

Alaealise mõjutusvahendi seadust kohaldatakse alaealisele, kes:

- ei täida koolikohustust. Õpilane on koolikohustuslik põhihariduse omandamiseni või 17-aastaseks saamiseni;

- tarvitab alkohoolset jooki, narkootilist või psühhotroopset ainet;
- nooremana, kui 14.a on toime pannud karistusseadustikus või muus seaduses ettenähtud väärteokoosseisule vastava õigusvastase teo;
- 14-18.a on toime pannud karistusseadustikus ettenähtud kuriteo, kuid prokurör või kohus on leidnud, et isikut saab mõjutada karistust või karistusseadustiku §-s 87 ettenähtud mõjutusvahendit kohaldamata ja kriminaalmenetlus on tema suhtes lõpetatud;
- 14-18.a on toime pannud karistusseadustikus või muus seaduses ettenähtud väärteo, kuid kohtuväline menetleja on leidnud, et isikut saab mõjutada karistust kohaldamata või kohus on leidnud, et isikut saab mõjutada karistust või karistusseadustiku §-s 87 ettenähtud mõjutusvahendit kohaldamata ja väärteomenetlus on tema suhtes lõpetatud.

Põdrala valla registris olevate alaealiste õigusrikkumisi on aastatel 2009-2013 Tõrva piirkonna alaealiste komisjonis arutlusel olnud alljärgnevalt (Allikas: Tõrva piirkonna alaealiste komisjon)

2009 aasta	1 alaealine	vargus poest
2010 aasta	-	
2011 aasta	-	
2012 aasta	1 alaealine	alkoholi tarvitamine, avaliku korra rikkumine, narkootilise aine (kanep) tarvitamine
2013 aasta	1 alaealine	kaks vargust poest

### **3.7. Kohaliku omavalitsuse poolne initsiatiiv ja toetused tagamaks teenuste kättesaadavust**

**Koolitoit** on mitmekülgne, lähtutakse tervislikust toitumisest. Koolitoidu kvaliteedi üle peavad järelevalvet Valgamaa Veterinaarakeskus ja Terviseameti Lõuna Talituse Valgamaa esindus. Riidaja Põhikoolil on oma söökla, mis toitlustab ka lasteaia lapsi. Koolitoit on kõigile põhikooli õpilastele tasuta. Riidaja Põhikoolis söövad koolitoitu kõik kooli- ja lasteaialapsed. Piimanina programmis ei ole Riidaja Põhikool osalenud, kuna õpilased saavad küllaldaselt piima ja piimatooteid. Alates 2014. aastast kompenseeritakse Põdrala Vallavalitsuse poolt gümnaasiumi õpilastele 0.50 eurot päevas koolilõuna maksumusest.

**Lasteaia** kohtade arv Riidajas on piisav. Riidaja Põhikooli juures asuvas lasteaias on laste toitlustamine tasuta. Vanemate poolne osalustasu on 12 eurot, millest 3 eurot on kohatasu ja 9 eurot on õppetasu. Teiste omavalitsuste territooriumil asuvates lasteaedades käivatele lastele kompenseerib Põdrala Vallavalitsus kohamaksu. Muud kulud on lapsevanemate kanda.

**Pikapäevarühm** töötab Riidaja Põhikooli juures 1-6 klassi õpilastele. Pikapäevarühma järele on vajadus, kuna koolibuss väljub peale viimaste tundide lõppemist.

**Huivialaringid ja treeningud** on Riidaja Põhikoolis õpilastele tasuta. Tõrva Muusikakoolis käivate õpilaste eest maksab kohalik omavalitsus kohamaksu ja neile võimaldatakse tasuta bussisõit muusikakooli. Spordiklubide tööst osavõtvate Põdrala valla noorte eest tasutakse osavõtutasud Spordiklubide arvete alusel.

**Ujumisõpetust** rahastatakse riigieelarvest teise klasside õpilastele. Riidaja Põhikooli II klassi õpilased käivad käesoleval ajal ujumas Karksi-Nuia Gümnaasiumi ujulas. Ujumas käimine on õpilastele tasuta, kuna Põdrala Vallavalitsus kompenseerib sõidukulud.

**Õpilastransport** Riidaja Põhikooli lapsi teenindab AS ATKO bussiliinid maakonnaliin. Koolitransporti kasutavad ka paljud lasteaialapsed. On sõlmitud kolmepoolne leping Valga Maavalitsuse, Põdrala Vallavalitsuse ja AS ATKO Grupp vahel. Riidaja Põhikoolis ja Tõrva Gümnaasiumis käivatele õpilastele väljastatakse tasuta bussisõiduks õpilaskaardid.

Põdrala vallas vastu võetud määrusega „Õpilaste sõidukulude hüvitamise kord Põdrala vallas“ reguleeritakse põhikooli ja gümnaasiumi päevases õppes õppivatele õpilastele sõidusoodustuste andmine. Sõidusoodustuse liigid on: tasuta bussisõitu võimaldava kaardi väljastamine ja tehtud kulutuste hüvitamine sõidupiletite alusel.

### **3.8. Põdrala valla probleemid laste ja noorte turvalise ning tervisliku arengu indikaatorite põhjal :**

- Nii Valga maakonna kui Põdrala valla laste arv kahaneb aasta-aastalt.
- Põdrala valla kool/ lasteaed ei ole liitunud võrgustikuga Tervist Edendav lasteaed/kool. Valga maakonnas tervikuna on liitunud 13 % lasteaedadest ja 26,1% koolidest.
- Kool peab oma tegevuse kõrvalt üha rohkem tegelema sotsiaalsete probleemidega: vägivald, toitumishäired, vähene kehaline aktiivsus, sõltuvusainete tarvitamine. Samas on laste ja noorte sotsiaalne toimetulek nõrk.
- Põdrala vallas pole teostatud uuringuid laste subjektiivsete hinnangute kohta oma tervisele ja teadmiste kohta tervisedenduse vallas.



## 4. TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND

Inimese igapäevase töö-, õpi- ja elukeskkonna korraldus määrab suuresti tema psühhosotsiaalse heaolu ja tervisliku seisundi. Kvaliteetne joogivesi, puhas õhk, täisväärtuslik toit ning head elu- ja töötingimused kindlustavad hea tervise ja tööjõudluse. Tervise säilitamiseks ja parandamiseks on oluline väärtustada ja arendada keskkonnatervise valdkonda. Tulemuslikud on keskkonna ohutegurite kahjuliku toime, nagu keskkonnareostus, müra, nakkushaiguste levik jms. vähendamine või kõrvaldamine. Oluline on motiveerida tööandjaid kaitsma inimese tervist ja keskkonda. Selle valdkonna kirjeldamine annab võimaluse planeerida tegevusi liiklus-, olme-, töö- ja vaba aja vigastuste vältimiseks ning turvalise ja ohutu keskkonna koordineeritud arendamiseks.

### 4.1. Huvitegevus ja sport

Põhiline **kultuurielu** on koondunud Riidaja Kultuurimaja juurde, kus tegutsevad mitmesugused ringid (rahvatants, käsitöö, laste show- ja loovtantsuring, näitering).

Riidajas on **raamatukogu**. Peale raamatute ja ajakirjade kohapeal lugemise ja laenutamise teenuse osutab raamatukogu veel avaliku internetipunkti teenust.

**Üldkasutatavad spordirajatised** on nii Riidaja Põhikooli juures kui Pikasillas. Riidaja Põhikooli juures on multifunktsionaalne mänguväljak, jõusaal, staadion, võimla (12 m x 24 m). Pikasillas on staadion ja endise Pikasilla kooli saalis on võimalik sportmänge mängida. Pikasilla Puhkealal on võimalik tegeleda kanuu- ja kajakisõiduga Väikesel-Emajõel.

### 4.2. Transport ja teedevõrk

Põdrala valla **ühistranspordi** kättesaadavus on piirkonniti erinev. Suhteliselt hea on see Pikasilla, Liva ja Rulli külas. Sealt sõidab läbi maakonnasisene bussiliin, mis ühendab piirkonda Tõrvaga, samuti sõidavad sealt ka Tartu bussiliinid. Kõige raskem olukord on kaugematest küladest ( Reti, Vanamõisa, Kungi) tööl käivatel inimestel. Et jõuda maakonnaliini bussile hommikul vara ja õhtul on vajalik kõndida pikki vahemaid.

Valda läbivad **teed** ja valla teed on suhteliselt heas korras. Põdrala valda läbivate riigimaanteed kogupikkus on 65,5 km. Mustkattega on neist 33,2 km ning nendest tähtsamad on Viljandi – Rõngu, Pikasilla – Tõrva ning Loodi- Helme maanteed. Põdrala vallateede kogupikkus on 41,8 km ja vallateed on kõik kruusakattega. Olemas on üks sild – Pori külas, üle Helme jõe. Valla teesid greiderdatakse vähemalt kaks korda aastas, teeääri niidetakse vähemalt üks kord aastas ja talvist teehooldust teostatakse vastavalt vajadusele. Talviseks teehoolduseks sõlmitakse sügisel varakult lepingud mitme teenusepakkujaga, et valla teed saaks operatiivselt lumest puhtaks. Valla teede parandamine toimub vastavalt teede olukorrale ja rahaliste vahendite olemasolule.

Riidaja küla keskust ja Riidaja Põhikooli ühendab alates 2012. aastast 700 m pikkune **kergliiklustee**, mis on pimedal ajal valgustatud. Tänavavalgustus on Pikasilla, Leebiku ja osaliselt Riidaja külade keskustes.

#### **4.3.Keskkonna mõjurid**

**Joogivee** kvaliteet on üldjoontes hea. Riidaja ja Leebiku külade ühisvee- ja kanalisatsiooni rajatise on rekonstrueeritud. 2007 aastal ehitati Riidajasse uus puurkaev – pumpla. 2010 aastal rekonstrueeriti 420 m Riidaja küla veetorustikku, 540 m Leebiku küla veetorustikku ja rajati Leebiku küla puurkaev - pumpla. 2011.a uuendati Riidaja küla kanalisatsioonitorustikku. 2012 aastal uuendati Leebiku külas 1128 m kanalisatsioonitorustikku ja 18 kanalisatsiooni jaotus – ning harukaevu. Terviseameti poolt võetakse perioodiliselt veeproove, et hinnata joogivee kvaliteeti.

Põdrala vald osaleb ka hajaasustuse veeprogrammis, mille kaudu on valla elanikel võimalik taotleda toetust puurkaevude ja salvkaevude rajamiseks, mis samuti oluliselt parandab vee kvaliteeti.

**Heitvee** puhastamine Riidaja ja Leebiku külates vastab nõuetele. Riidaja küla reovesi puhastatakse Sillaotsa maaüksusele ehitatud septikutes ning kahes biotiigis. Septikud on amortiseerunud. Leebiku külas kasutatakse reovee puhastamiseks kolmekambrilist septikut ja kahte biotiiki. Leebiku küla septik rekonstrueeriti 2012 aastal koos kanalisatsioonitrassidega. Keskkonnauuringute Keskuse poolt võetakse regulaarselt heitvee proove.

Keskkonnaameti poolt on Põdrala Vallavalitsusele väljastatud vee erikasutusluba vee erikasutuseks Leebiku ja Riidaja külates kuni 30.06.2018.a.

**Välisõhu** saaste valla territooriumil praktiliselt puudub, kuna õhku saastavaid ettevõtteid, katlamaju ja transiitliiklust praktiliselt ei ole. Avalikes asutustes jälgitakse tubakaseadusest kinnipidamist.

Põdrala vald on liitunud Valgamaa ühise **jäätmekavaga** aastateks 2011-2016. Samuti on Põdrala Vallavolikogu määrusega 2012. aastast kehtestatud Põdrala valla jäätmehoolduseeskiri. Tõrva-, Helme-, Põdrala piirkonna ühine jäätmejaam asub Helme vallas endises Härma kruusakarjääris. Jaama haldajaks on OÜ Helme Teenus ja seal võetakse vastu ohtlikke-, pakendi-, metalli-, plasti-, suur- ja puidujäätmeid ning vanu rehve ja biolagunevaid aia- ja haljastusjäätmeid. Vallas tekkivate olmejäätmete korraldatud veoga tegeleb AS Eesti Keskkonnateenused. Valla territooriumile suurematesse küladesse on paigutatud pakendi kogumisringi konteinerid.

#### **4.4.Kuriteod**

Kuritegude indikaatoriga on võimalik hinnata kuritegevuse ja turvalisuse taset piirkonnas. Kuritegevus Põdrala vallas jääb Eesti keskmisele tasemele märgatavalt alla. Eesti

keskmisena registreeriti 2013. aastal 27,94 kuritegu 1000 elaniku kohta. Põdrala valla antud näitaja oli Valga maakonnas kõige väiksem, samuti on Valga maakonna näitaja väiksem, kui Eesti keskmine näitaja.

Tabel 18. Õigusrikkumised Põdrala vallas aastatel 2009-2013 (Allikas: Politsei- ja Piirivalveamet)

	2009	2010	2011	2012	2013
Kuriteod kokku	14	19	19	16	9
sealhulgas isikuvastased	1	3	0	2	2
sealhulgas varavastased	8	8	11	9	4
sealhulgas liikluskuriteod	2	3	3	4	3
Liiklusväärteod kokku	61	56	41	34	56
sealhulgas joores juht ( nii LS § 224 kui ka KarS § 424)	5	6	6	4	5

Kuritegevus kokku on Põdrala vallas eelmisel 2013. aastal märgatavalt vähenenud, sama tendents on ka Valga maakonnas tervikuna. Kui Põdrala vallas on liikluskuritegude arv aastate lõikes püsinud stabiilsena, siis maakonnas tervikuna on liikluskuritegude arv tunduvalt tõusnud.

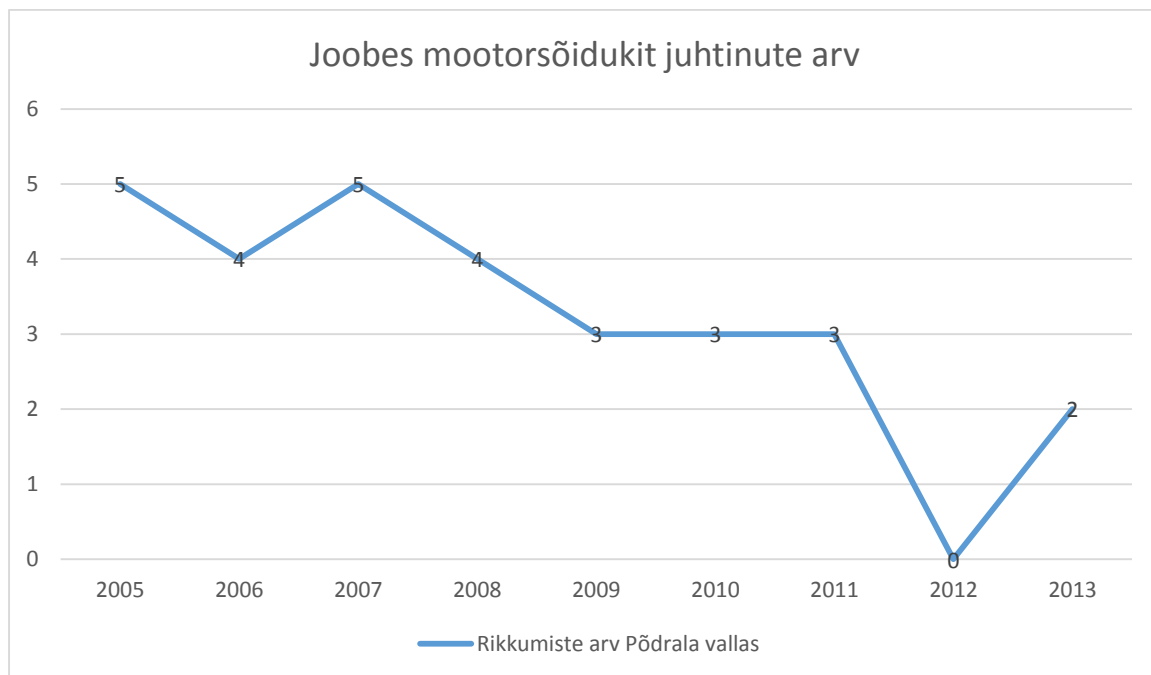
Tabel 19. Õigusrikkumised Valga maakonnas aastatel 2009-2013 (Allikas: Statistikaamet)

	2009	2010	2011	2012	2013
Kuriteod kokku	901	1080	893	714	750
sealhulgas isikuvastased	156	142	163	127	123
sealhulgas varavastased	420	639	434	375	382
sealhulgas liikluskuriteod	86	106	98	106	115

Tabel 20. Inimkannatanutega liiklusõnnetused Põdrala vallas, Valga maakonnas ja kogu Eestis aastatel 2009-2013 (Allikas: Statistikaamet)

	2009	2010	2011	2012	2013
Põdrala vald	0	2	3	2	1
Valga maakond	34	31	35	34	36
Kogu Eesti	1505	1346	1491	1381	1379

Inimkannatanutega liiklusõnnetuste arv on viimasel viiel aastal nii Põdrala vallas kui Valga maakonnas püsinud stabiilsena. Eestis tervikuna on märgata mõningast vähenemist.



Joonis 15. Liiklusseaduse § 74<sup>19</sup>, alates 01.07.2011 § 224 ( joobes mootorsõiduki juhtimine) rikkumised Põdrala vallas aastatel 2005-2013 (Allikas: Politsei- ja Piirivalveamet, ALIS, MIS)

Põdrala vallas on joobes mootorsõidukit juhtinute arv viimastel aastael vähenenud. Sarnane olukord on Valga maakonnas tervikuna, kus oli viimaste aastate kõige väiksem joobes juhtide arv 2011. aastal.

#### 4.5. Tulekahjud

Tulekahjude arv Põdrala vallas on viimase viie aasta andmetel olnud stabiilne. 2013. aastal viis põleng korteris kahe inimese elu. Suurem osa tulekahjudest on põhjustatud lahtise tulega hooletust ümberkäimisest, hooletust suitsetamisest ja kulu põletamisest.

Tabel 21. Tulekahjude arv Põdrala vallas ja Valga maakonnas aastatel 2009-2013 (Allikas: Statistikaamet)

Aasta	2009	2010	2011	2012	2013
Põdrala vald	0	2	3	1	3
Valga maakond	194	162	132	133	175

Päästeameti tellitud uuringus “Elanikkonna tuleohutusteadlikkuse seire 2008“ hinnati tuleohutuse teavitustöö täitumist. Valga maakonna vastav näitaja oli kõigi maakondade osas 11. kohal. Uuringus toodi välja teavitustöö seisukohalt olulised sihtrühmad:

- pensionärid, kelle kodu varustatus tuleohutusseadmetega on madal, suitsuanduri vajalikkust hinnatakse vähem ning tuleohutusala teadmiste oskuste näitajad on keskmisest madalamad;
- korterelamutes elavad inimesed, kelle kodu varustatus tuleohutusseadmetega on madal, suitsuandurit ei peeta vajalikuks ning alahinnatakse tulekahju tagajärgi ning selle arengukiirust;
- mehed, kellel on küll head teadmised ja oskused, kuid kes kalduvad alahindama tulekahju tõenäosust. Samuti on meeste hulgas oluliselt rohkem kodus suitsetajaid.

Põdrala vald on koostöös Päästeametiga liitunud projektiga „Kodu tuleohutuks“, mis kutsub inimesi muutma oma kodud tuleohutuks ja turvaliseks paigaks. Päästeamet on nõustanud majapidamisi, paigutanud kodudesse suitsuandureid või vahetanud olemasolevates andurites tühjenenud patareid. 2014.a külastasid päästeameti töötajad 16 Põdrala valla majapidamist või korterit, 2009 aastal oli külastatud majapidamisi samuti 16 ja 2008. aastal 27 majapidamist või korterit.

#### **4.6. Alkoholi müüvad kauplused ja omavalitsuse alkoholipoliitika**

Kaubanduse vallas töötab Põdrala vallas 2 kauplust, mis asuvad Riidajas ja Leebikus. Valla territooriumil sõidab ka kaubabuss. Indikaator alkoholi müüvate kaupluste kohta kirjeldab alkoholi kättesaadavust. Subjektiivse hinnangu kohaselt on alkoholi müüvate kaupluste puhul endiselt probleemiks alkoholi müük alaealistele. Põdrala valla kauplused suletakse tööpäeval juba kell 18 ja nädalavahetusel veel varem. Seega hilisemad alkoholi juurde ostjad kiirustavad lähedal asuvasse linnadesse, asulatesse. See on omakorda seotud lisaohutudega: joobes sõitmine, kiiruse ületamine, lubadeta sõit jne.

#### **4.7. Tervist edendavad asutused**

Tervist edendavate töökohtade, lasteaedade ja koolide võrgustikud koosnevad vabatahtlikkuse alusel ühendatud asutustest ja ettevõtetest, kes lähtuvad oma töös tervist edendava töökoha põhimõtetest.

Tervise Arengu Instituudi statistika kohaselt ei olnud Põdrala vallas ühtegi kooli, lasteaeda ega töökohta mis oleks liitunud tervist edendavate asutuste võrgustikuga. Tervist edendavate koolide võrgustikku kuulub üle eesti 200 kooli (sept 2014). Valga maakonna koolid, kes kuuluvad võrgustikku on: Hargla Kool, Keeni PK, Otepää Gümnaasium, Palupera PK, Tõrva Gümnaasium, Valga Vene Gümnaasium.

Tervist edendavate töökohtade võrgustikuga üle Eesti on liitunud seisuga september 2014.a 229 töökohta, sealhulgas Valgamaalt Valga Linnavalitsus ja Valga Postkontor. Eelkoolieelsetest lasteasutustest on kokku võrgustikuga liitunud 239 lasteaeda (mai 2014). Valgamaalt on tervist edendavate lasteaedade võrgustikuga liitunud : Hummuli valla lasteaed Sipsik, Otepää lasteaed ja Puka lasteaed.

#### 4.8. Tööõnnetused

Tööõnnetus on töötaja tervisekahjustus või surm, mis toimus tööandja antud tööülesannet täites või muul tema loal tehtaval tööl, tööaja hulka arvestataval vaheajal või muul tööandja huvides tegutsemise ajal.

Tabel 22. Tööõnnetused Valgemaal aastatel 2009-2013. ( Allikas Tervise Arengu Instituut 2014)

	2009	2010	2011	2012	2013
Kerged tööõnnetused	47	35	30	37	42
Rasked tööõnnetused	12	15	14	15	9
Surmaga lõppenud tööõnnetused	0	0	1	0	0
Kõik tööõnnetused	59	50	45	52	51

Tänasel muutlikul ajal, mil tööpuudus on ühiskonnas suur, on oluline pöörata tähelepanu nende töötajate olukorrale, kes võivad töökaotushirmus kannatada suure vaimse surve all. Tööstressi üks tekkepõhjuseid on töökohal valitsev õhkkond, suhted kolleegide ja ülemustega ning üldised töötingimused. Inimesele võib liigne stress põhjustada südamehaigusi, depressiooni, maohaavandeid, luu- ja lihaskonnaevusi. Ettevõtte tulemustes on tööstressi tulemused majanduslikult mõõdetavad: kõrge töövõimetuse tase, suur personali voolavus, suurenev tööõnnetusrisk ja kvaliteediprobleemid, mis tingivad otseseid lisakulusid.

Töötervishoiuteenust maakonnas pakub Valga Haigla AS.

#### 4.9. Kõrgendatud riskiga objektid

Kõrgendatud riskiga objektid Põdrala vallas on ühiskondlikud hooned: Riidaja Raamatukogu, Riidaja Põhikool, Riidaja Kultuurimaja, Pikasilla Tankla, OÜ Ati.

2003. aastal on koostatud Põdrala vallale Põdrala valla esialgne riskianalüüs. Riskianalüüsi kohaselt on Põdrala vallas vähe hädaolukorran viivate väga raskete tagajärgedega õnnetuse võimalusi. Samas on täiesti arvestatava tõenäosusega võimalikud erinevad raskete tagajärgedega õnnetused või nende kombinatsioonid, mille võivad põhjustada tankla ja sellega seonduv kütuse käitlus, sealhulgas laialivedu kohalikele tarbijatele, samuti puiduettevõtted.

Alates 2010 aastast on Tõrva linnal, Helme ja Põdrala vallal ühine kriisikomisjon, mis on alaliselt tegutsev komisjon kriisi reguleerimisalase tegevuse korraldamiseks kolme

nimetatud omavalitsuse territooriumil. Komisjoni nimelise koosseisu kinnitab Tõrva Linnavalitsus oma korraldusega arvestades linnapea ettepanekuid ning võttes aluseks Helme ja Põdrala Vallavalitsuse korraldusi, milles on esitatud liikmed komisjoni koosseisu vallavanemate ettepanekul. Käesoleval ajal kuuluvad kriisikomisjoni Põdrala vallast vallavanem, maa- ja majandusnõunik ja volikogu liige.

Riidaja Põhikoolil on 2011. aastal vastu võetud „Riidaja Põhikooli hädaolukorra lahendamise plaan“. Riidaja Kooli kriisikomisjoni kuuluvad: kooli direktor, terviseõpetuse õpetaja, kooliõde, lasteaia õpetaja, politsei esindaja.

#### **4.10. Hulkuvad loomad**

Üldine pilt hulkuvate loomade suhtes on Põdrala vallas rahuldav. Põdrala vallal on 2014.a vastu võetud uus „Koerte ja kasside pidamise eeskiri“, mis sätestab koerte ja kasside pidamise nõuded Põdrala valla territooriumil. Sama kord reguleerib ka hulkuvate loomade püüdmise ja hoidmise korra. Põdrala vallal on sõlmitud leping Valga kodutute loomade varjupaigaga valla territooriumil asuvate hulkuvate loomade vastuvõtmiseks.

#### **4.11. Põdrala valla probleemid tervisliku elu-, õpi- ja töökeskkonna indikaatorite põhjal:**

- **Hajaasustusega piirkondades probleemiks keskkonda suunatava reovee nõuetekohasuse eiramine, mis otseselt ohustab põhjavett ja veekogusid.**
- **Mustkatttega riigimaanteede osatähtsus Valga maakonnas üks madalamaid Eestis. 01.01.2013 seisuga oli Eestis 65,9% riigimaanteedest mustkatttega, sama näitaja Valga maakonnas 46,7%.**
- **Ühistranspordi sõidugraafikute koostamisel on arvestatud koolilaste, töötajate ja pensionäride liikumisvajadustega. Siiski vajavad paljud liiklejad praegusest sagedamat ühistranspordi liiklemist. Teisalt on bussides sõitjaid vähe ja bussid liiguvad kahjumiga.**
- **Paljude kodude varustatus tuleohutusseadmetega on puudulik. Puuduvad töökorras suitsuandurid ja esmased tulekustutusvahendid.**
- **TET – võrgustiku ideoloogiat e. tervist avalikult toetavad ettevõtted/asutused puuduvad Põdrala vallas ja kogu Valga maakonnas on neid asutusi samuti vähe.**
- **Igas külas esineb söötis ja võsastunud maid, mis on otseseks maastikupõlengu ohuks.**
- **Vallal puudub kriisi reguleerimisplaan (on olemas esialgne riskianalüüs).**
- **Hulkuvate ja peremehetute loomade probleem on tõusutrendil. Omanike vastutusvõime ja teadlikkus loomapidamisnõuetest on puudulik.**

## 5. TERVISLIK ELUVIIS

Optimaalsel kehalisel aktiivsusel, tasakaalustatud toitumisel, turvalisel liiklus-, vaba aja ja seksuaalkäitumisel ning sõltuvust tekitavate kahjulike harjumuste puudumisel on positiivne mõju paljude haiguste ennetamisele ja tervise potentsiaali väljaarendamisele. Teades kogukonna toitumis- ja liikumisharjumusi, alkoholi- ja tubakatarbimist ning omades ülevaadet ohtlikust ja vägivaldsest käitumisest, on võimalik suunata investeringuid tervislikke valikuid soodustavasse elukeskkonda: tasakaalustatud toiduvaliku kättesaadavusse, sportimisvõimaluste, huvitegevuse- ja vaba aja veetmise kohtadesse ning terviseinfo, ennetusabinõude, tugigruppide ja nõustamis- ja terviseteenuste kättesaadavusse.

Eluviis on üheks olulisemaks tervisliku seisundi kujundajaks kogu elu vältel. Eluviisi osas saab iga inimene teha kõige otsesemaid valikuid. Tervisehoidlike valikute tegemine sõltub paljuski inimeste teadlikkusest aga ka võimalustest, mille vahel valikuid teha.

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

Elupaigast tulenevalt on maal ülekaalulisi, kange alkoholi pruukijaid ja suitsetajaid enam kui suurte linnade elanike seas. Võimalused tasakaalustatud ja tervisliku toidu saamiseks ja juurdepääs spordi- ja terviserajatistele peavad olema kättesaadavad kõikidele Eesti elanikele hoolimata haridusest, sissetulekust või elukohast.

Nagu kogu Eestit, nii on ka Põdrala valla elanikkonda mõjutanud kiired muutused ühiskonnas. Tervist väärtustatakse küll kasvavalt, kuid vajadus hoolitseda oma füüsilise vormi eest on tõusnud minimaalselt.

### 5.1. Tervisealase teabe kättesaadavus

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

Põdrala vallas ei ole eraldi tööl tervise edendamise tegelevat inimest. Tervisealase info edastamise võimalused on:

- paberkanjal infomaterjalide ja trükiste jagamine;
- info edastamine läbi maakonna meedia. Kohalikus raadios Ruut toimuvad regulaarsed tervisetunnid (korraldatud maakonna tervisenõukogu poolt). Ajaleht Valgamaalane kaudu teatatakse elanikkonnale uudistest, uutest uuringu võimalustest, ennetustegevusele



suunatud ettevõtmistest, kutsutakse osalema üritustel. Ajalehe veergusid kasutatakse ka harivate artiklite avaldamiseks;

- üks kord kuus ilmuva piirkondliku ajalehe vahendusel terviseinfo jagamine;
- operatiivne informatsioon Valga Maavalitsuse [www.valgamaa.ee](http://www.valgamaa.ee) , [www.valgamv.ee](http://www.valgamv.ee) kodulehel ja Põdrala Vallavalitsuse kodulehel [www.podrala.ee](http://www.podrala.ee);
- erinevate ametkondade ja organisatsioonide listid;
- terviseinfo edastamisega tegelevad ka perearstid Tõrvas, OÜ Tõrva tervisekeskus ja apteegid Tõrvas;
- informatsiooni edastamine külades ja kaupluste juures olevate infotahvlite kaudu.

## **5.2. Tervislikku eluviisi toetavad üritused Põdrala vallas ja Tõrva piirkonnas**

Põdrala vallas korraldavad erinevaid tervise- ja liikumisüritusi Põdrala Vallavalitsus, Valgamaa Spordiliit, Riidaja Spordiseltsing, MTÜ Põdrala Külade Ühendus, MTÜ Pikasilla-Purtsi Külaselts, MTÜ Põdrala Kütt.

Põdrala valla aktiivsed tervislikku eluviisi harrastavad inimesed võtavad osa ka Tõrva linnas toimuvatel spordiüritustel (suusavõistluste ja talvematkade seriaali etapid, maastikurataste seeriavõistlus, orienteerumise ja kepikõnni päevad, noorte kergejõustikuseriaal jne).

Põdrala vallas toimuvad tervislikku eluviisi toetavad üritused:

- koostöös Valgamaa spordiliiduga kahel korral aastas toimuv Pikasilla - Riidaja matk;
- Pikasilla puhkealal toimuv veespordipäev;
- osavõtt talvel ja suvel toimuvatest Võrtsjärve mängudest;
- osavõtt Valgamaa spordimängudest;
- vastlapäeva tähistamine Riidajas;
- Riidajas toimuvad regulaarsed petangi võistlused ( Valga maakond, Põdrala vald);
- osavõtt Mulgimaa valdade mängudest.

## **5.3. Subjektiivne tervise enesehinnang**

TAI poolt on läbi viidud „Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring 2008“ , mis oli ankeetküsitlus 16-64 vanuste inimeste seas. Analüüsi tulemused on esitatud piirkondade (maakondlike gruppide) kaupa. Valgamaa on grupis koos Tartu-, Jõgeva-, Põlva- ja Võru maakonnaga, kus oli kokku vastanuid 651. Kokku osales uuringus 3004 inimest.

Isikliku tervise hinnangu kohaselt pidas heaks või üsna heaks oma tervist:

- 42 % piirkonna meestest ( väikseim näitaja Eestis);
- 53 % piirkonna naistest (keskmine näitaja Eestis );
- 45 % Valgamaalastest ( Eesti keskmine 56%, aastate lõikes on hinnang heale tervisele vähenenud);
- 43% mitte Eestlastest;

- 29% töötutest meestest;
- 43% töötutest naistest;
- 50% ravikindlustusega hõlmamata isikutest.

Pikaajaline haigus on:

- 45% Valgamaa elanikel (Eesti keskmine 38%);
- 56% töötutel meestel;
- 36% ravikindlustuseta isikutel.

Igapäevategevus on tervise tõttu tugevalt piiratud:

- 17% Valgamaa elanikest ( kõige kehvem näitaja Eestis);
- 17% töötutest (töötavatel inimestel 7%);
- 4% ravikindlustusega hõivamata meestel ja 11% -naistel; ravikindlustuse olemasolul samad näitajad 11% ja 10%.

Üsna tihti või peaaegu alati tunneb üleväsimust:

- 47% piirkonna meestest (suurim näitaja Eestis). Piirkonnas on üleväsimuse näitajad suurimad Eestis just 35-44 (49%) ja 55-64 aastaste (65%) meeste hulgas. Piirkonnas on üleväsimuse näitajad 25-34 aastaste naiste osas aga väikseimad Eestis (36%);
- 45% töötutest, samas kui töötavate hulgas on see 47%;
- 72% töövõimetuspensionäridest.

Rohkem kui tavaliselt või talumatus stressis on:

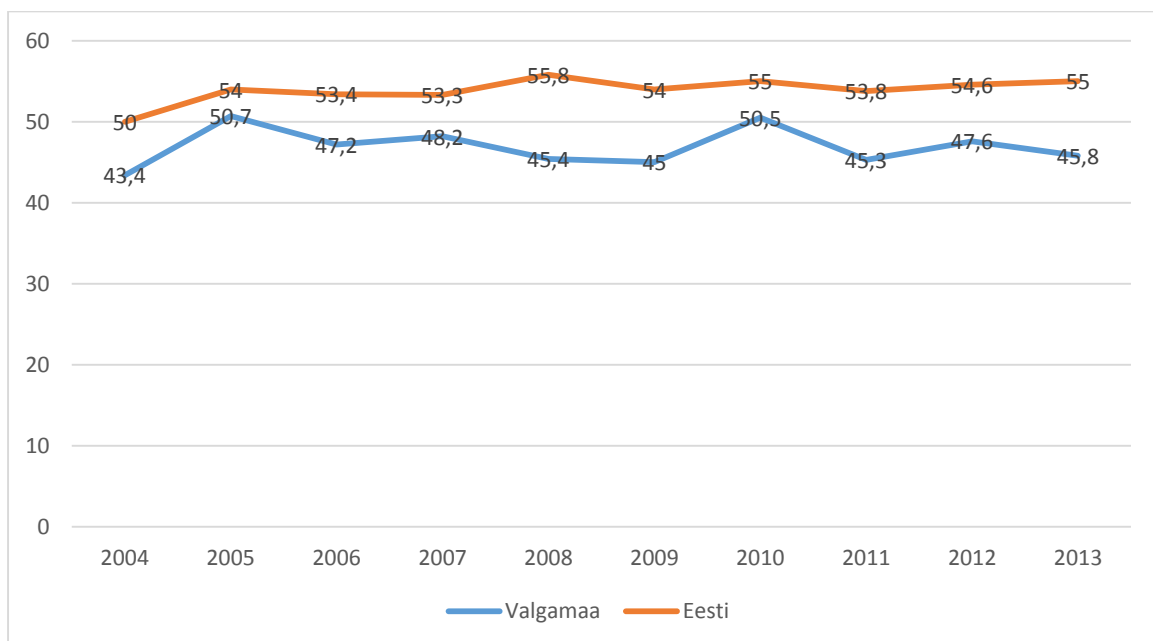
- 27% lahutatud meestest ja 16% naistest, abieluinimeste hulgas näitaja 14%;
- 20% piirkonna elanikest ( kõrgeim Eestis), seejuures kõrgeim on see näitaja 16-34 aastaste meeste hulgas (24% , samas mujal Eestis 6 - 13%);
- 19% eestlasi ja 5% mitte-eestlasi;
- 21% töötutel ja 14% töötavatel;
- Ravikindlustuseta isikutel 13% ja kindlustatud isikutel 15%.

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

- kõrgeenenud veresuhkur/suhkrutõbi 55-64 aastaste meeste hulgas 15% ( suurem näitaja mitte-eestlaste ja väiksema sissetulekuga inimeste hulgas);
- kõrge vererõhutõbi 55-64 aastaste meeste hulgas 40% ( suurem näitaja mitte-eestlaste, töövõimetuspensionäride, väiksema sissetulekuga meeste hulgas);
- liigesehaiguse diagnoosi/ravi 55-64 aastaste meeste hulgas 42% ( suurem näitaja eestlaste, töövõimetuspensionäride ja väiksema sissetulekuga meeste hulgas);

- osteoporoosi diagnoosi/ravi saanud 45-54 aastased mehed ja 55-64 aastased naised. Suurem näitaja mitte-eestlaste, töövõimetuspensionäride ja väiksema sissetulekuga meeste kui ka naiste hulgas;
- mao ja 12-sõrmiku haavandi diagnoosi/ravi saanud 45-54 aastased mehed 15% ja 55-64 aastased mehed 12% (suurimad näitajad mitte-eestlaste, töötute, töövõimetuspensionäride, üksi elavate, madala sissetulekuga meeste hulgas).

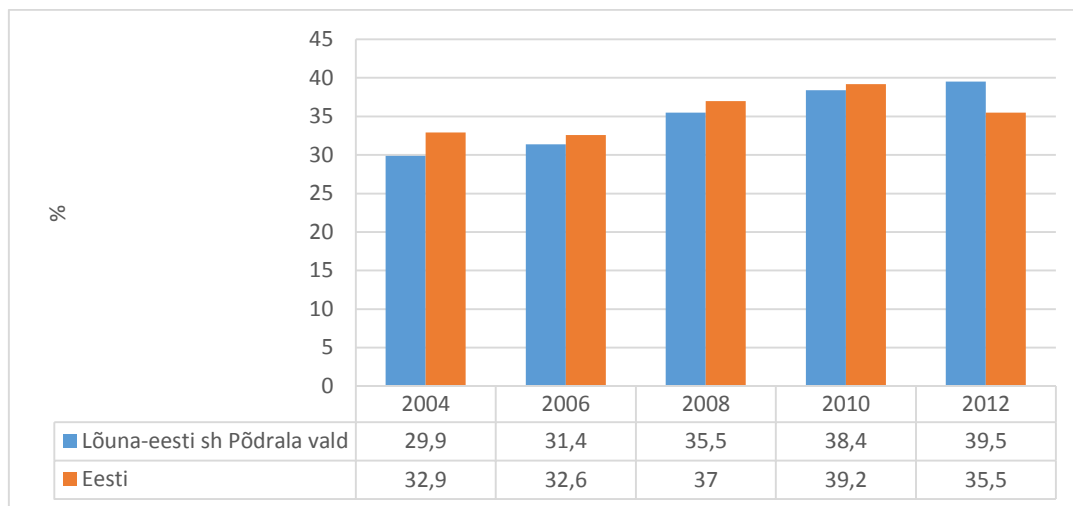
Oma tervise hinnang on inimese enda arvamus oma tervisliku seisundi kohta. Valgamaa vastajate hinnang oma tervisele on Eesti keskmisest madalam. Tervise Arengu Instituudi koostatud uuringu „Paikkonna tervisemõjurite uuring 2011. Valgamaa raport“ (TAI RAPORT) põhjal annavad hinnangu „hea“ pigem noored, töötavad ja kõrgharidusega Valgamaa inimesed.



Joonis 16. Oma tervist heaks või üsna heaks hinnanud tööealiste elanike osakaal % elanikkonnast (Allikas: Tervise Arengu Instituut)

#### 5.4. Füüsiline aktiivsus

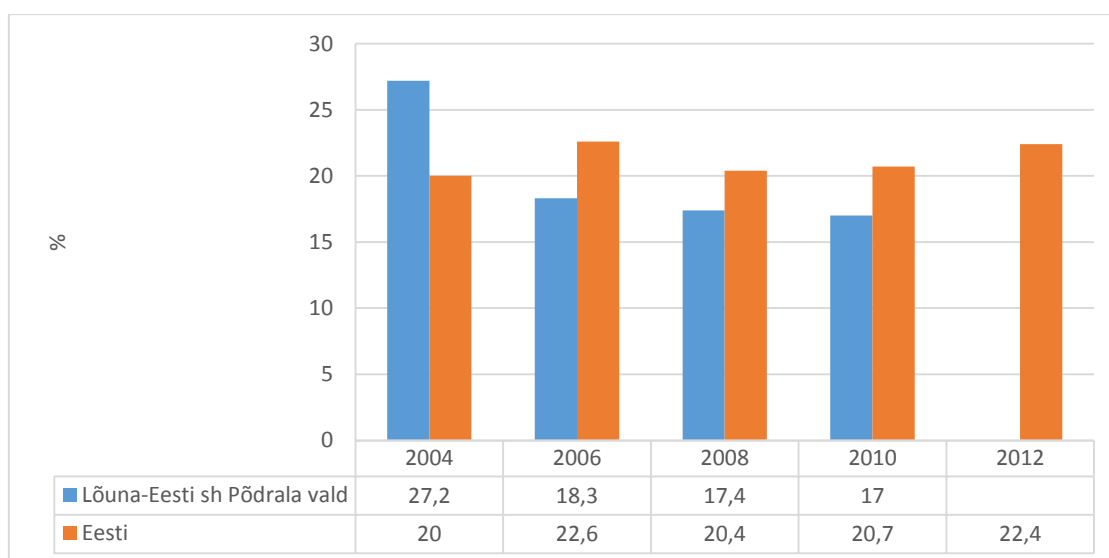
Istuv eluviis on oluliseks suremuse, haiguste ja invaliidsuse algpõhjuseks. Vähene füüsiline aktiivsus põhjustab kehaliste funktsioonide langust ja põdurust, samas kui vähemalt pool tundi aktiivset kehalist tegevust päevas aitab ära hoida südame-veresoonkonna ja hingamisteede haiguste, ülekaalulisuse, suhkruhaiguse ja kõrgvererõhutõve riski ning parandab üldist füüsilist ja vaimset enesetunnet. Kogu Eestis on kasvanud istumist nõudva töö tegijate arv. Probleemiks on väheliikuva eluviisi väljakujunemine juba koolieas. Põdrala valla, kui maapiirkonna taust on siin kindlasti Eestiga võrreldes parem. Liigutakse jalgrattaga, jalgsi, tehakse aiatööd.



Joonis 17. Tööealiste osakaal, kes teevad tervisesporti vähemalt kaks korda nädalas 2004 - 2012. (Allikas: Tervise Arengu Instituut)

### 5.5.Toitumine

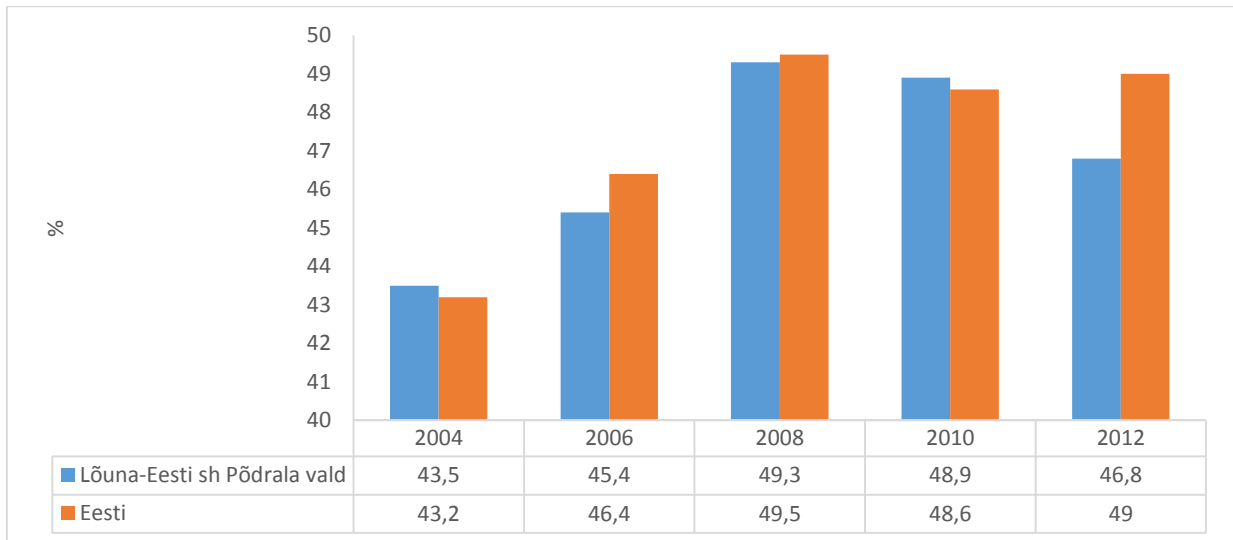
Õigel toitumisel ja piisaval toidul on keskne koht tervise ja heaolu edendamiseks. Tervislik ehk tasakaalustatud toit koosneb erinevatest toiduainetest, mille koostõju rahuldab inimese kasvamiseks ja organismi tervislikuks funktsioneerimiseks vajaliku toiduvajaduse. Põdrala valla elanike teadmised tervislikust toitumisest on viimaste aastakümnete vältel paranenud, kuid edasiliikumiseks on veel piisavalt ruumi. Kõige rohkem on muutunud toidurasvade tarvitamine, loomne rasvaine on paljudel asendunud taimse rasvainega. Kasutatakse palju kolesteroolivabu määrdevõideid. Siiski esineb täiskasvanud elanikkonnal probleeme kolesterooli tasemega, mis on veres normist kõrgem ja mis osutab liigsele rasva tarvitamisele.



Joonis 18. Tööealiste elanike osakaal, kes vähemalt kuuel päeval nädalas söövad värsket juurvilja aastael 2004-2012 (Allikas: Tervise Arengu Instituut)

Valgamaa inimesed söövad Eesti keskmisest oluliselt vähem puu- ja juurvilju. Seda kinnitab ka TAI RAPORT. Puu- ja juurvilju söövad vähe pigem mehed, vanemaealised, madalama haridustasemega ja töötud inimesed.

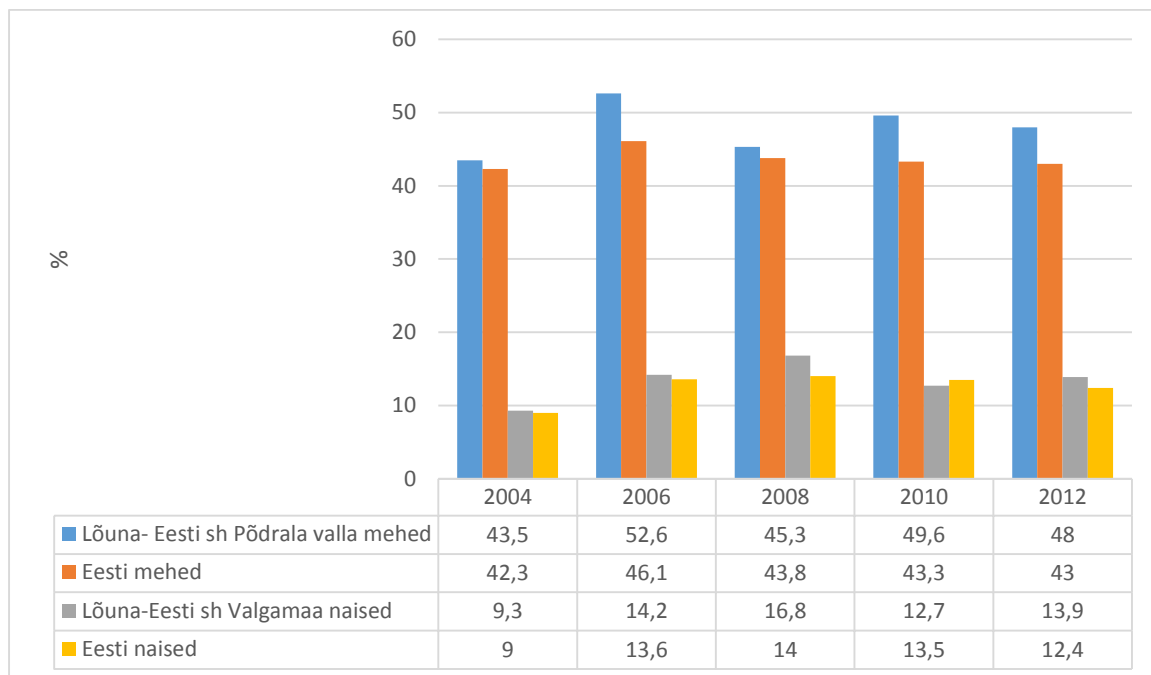
Ülekaaluliste ja rasvunute osakaal Valgemaal (52%) on madalam Eesti keskmisest (57%). TAI RAPORT väidab, et ülekaalulised on pigem kõrgema haridustasemega ja ostujõuga inimesed ning pered, kus lapsed on juba täiskasvanud ja kodust lahkunud.



Joonis 19. Ülekaaluliste ja rasvunute tööaliste osakaal kõigist tööelistest aastatel 2004-2012 (Allikas: Tervise Arengu Instituut)

## 5.6. Alkoholi tarbimine

Alkoholi tarbimine on Valgemaal aastate lõikes samal tasemel ning eesti keskmisega võrreldes suurem. TAI rapordi järgi tarbivad alkoholi korra nädalas ja rohkem pigem mehed, keskealised, kõrgharidusega ning paarissuhtes olevad inimesed. Lisaks tarbivad alkoholi pigem need, kelle tervise enesehinnang on keskmine või hea ning inimesed, kes ei ole suutnud loobuda suitsetamisest.

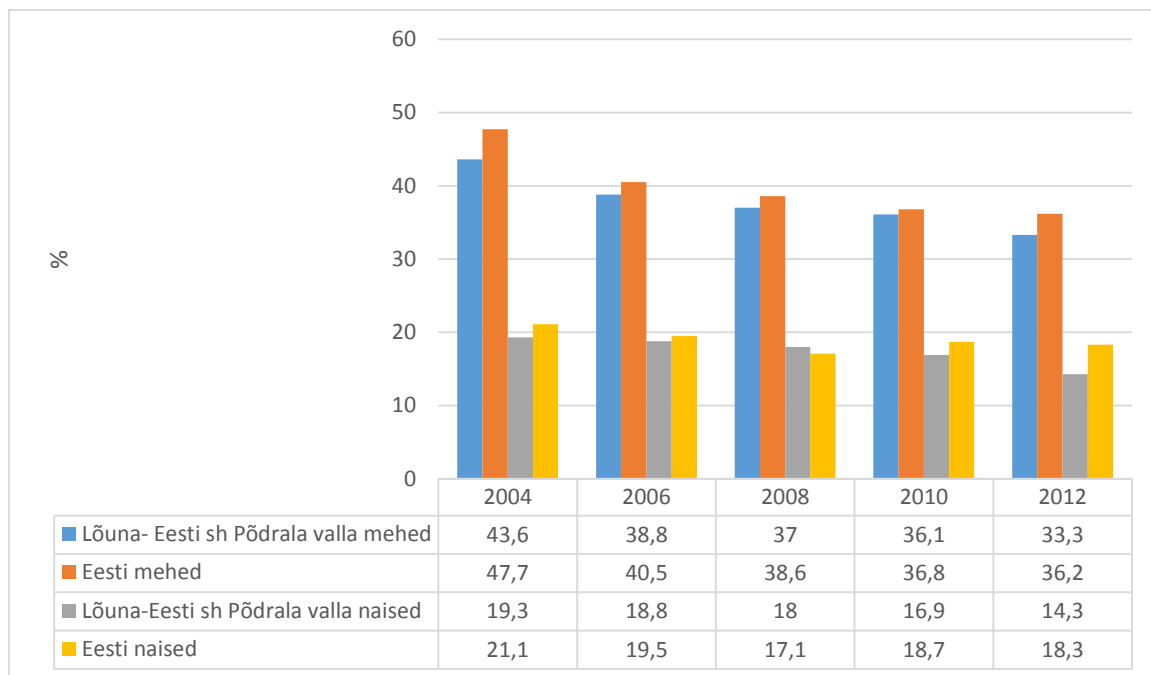


Joonis 20. Vähemalt mõned korrad nädalas alkoholi tarvitavate tööealiste elanike osakaal soo lõikes aastatel 2004-2012 (Allikas: Tervise Arengu Instituut)

Probleemi eitamine on alkohooliku puhul väga tavaline. Esimesena võib pöörduda alati oma perearsti poole. Alkoholi probleemide lahendamisele spetsialiseerunud lähimad asutused Põdrala valla kodanikele on Tartus: SA Tartu Ülikooli Psühhiaatrikliinik, A-Kliinik OÜ ja E.G.U. Erapraksis OÜ ja Viljandis Viljandi Haigla Psühhiaatrikliinik. Lisaks on alkoholi küsimustega kompetentsed tegelema kõik psühhiaatrid üle Eesti.

### 5.7.Suitsetamine

Piirkondlike näitajate põhjal saab väita, et aastate lõikes Valga maakonnas igapäevaste suitsetajate hulk väheneb ning on Eesti keskmisest väiksem. Samas on TAI rapordi väitel Valgamaal igapäevaseid suitsetajaid 26% vastajatest, mis on sarnane Eesti keskmisega. TAI rapordi järgi on Valgamaa igapäevane suitsetaja pigem mees, noor ja keskharidusega.

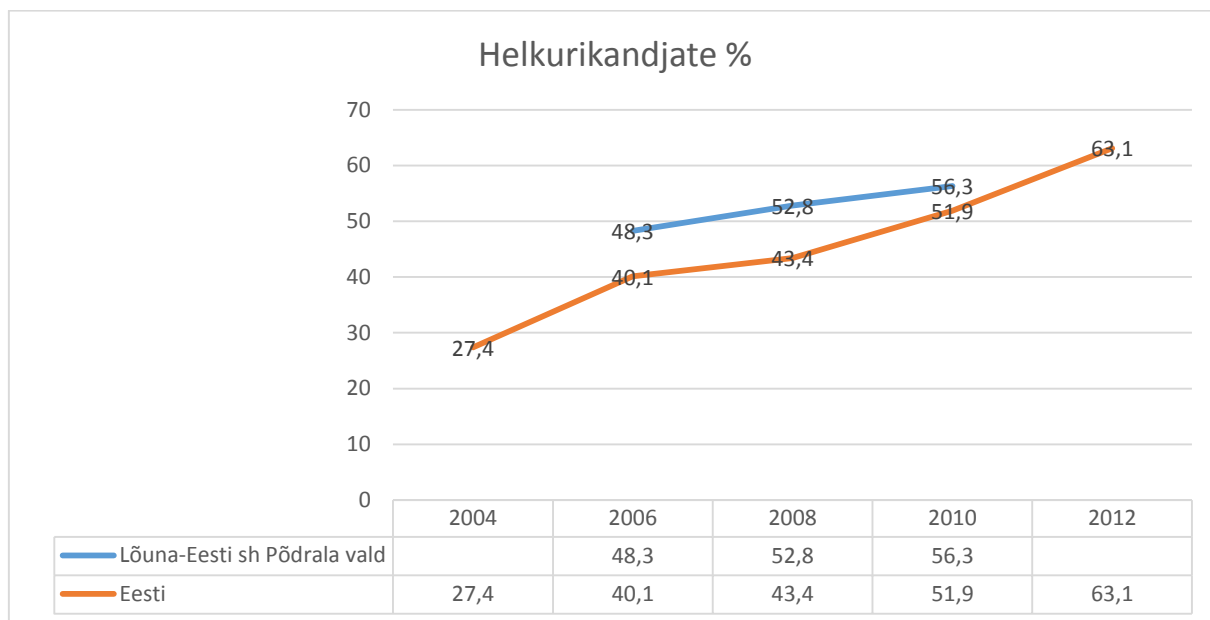


Joonis 21. Igapäevaste suitsetajate osakaal tööelistest elanikest aastatel 2004- 2012 (Allikas: Tervise Arengu instituut)

Suitsetamine on krooniline sõltuvushaigus. 70% igapäevasuitsetajatest soovivad pahest loobuda, kuid nad tegelikult ei ole selleks valmis ja vajavad nõustaja toetust. Mõõduka ja tugeva nikotiinsõltuvuse korral ei ole suitsetamisest loobumine ilma nikotiinasendus või tabletravita mõeldavgi. Kui ilma nõustamata loobub suitsetamisest ja saab püsimittesuitsetajaks ainult 3-6% nikotiinsõltlastest, siis nõustamise korral 10-20% ja enam.

## 5.8. Helkuri kasutamine

Valgamaa elanikud on paremad helkurikandjad kui Eesti elanikud keskmiselt. 69% TAI raportile vastajatest Valgemaal kannab helkurit alati või enamasti. See on rohkem kui Eesti keskmine. Korralikumad helkurikandjad on pigem naised, vanemaealised ning alg- või põhiharidusega inimesed.



Joonis 22. Peaaegu alati helkuri kandjate osakaal % tööealisest elanikkonnast (Allikas: Tervise Arengu Instituut)

Riidaja Põhikooli andmetel kannavad kõik Põhikooli õpilased, lasteaia lapsed ja õpetajad helkureid pimedal ajal. Koolis kontrollitakse regulaarselt helkuri olemasolu ja selle vastavust nõuetele.

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

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



## **5.9. Põdrala valla probleemid tervisliku eluviisi indikaatorite põhjal:**

- **Valga maakonna elanikud hindavad oma tervislikku seisundit madalamaks kui seda on Eesti keskmine.**
- **Suur osa elanikest ei toitu tervislikult, paljudes peredes tarbitakse vähe juur – ja puuvilju. Piirkonnas probleemiks ülekaalulisus/rasvumine.**
- **Kohalikes kauplustes ja autokauplustes on toiduvalik väike, hinnad kõrged ja paljudel elanikel polegi võimalik osta selliseid toiduaineid, et toituda tervislikult.**
- **Alkoholi tarbimise populaarsus noorte ja täiskasvanute seas suhteliselt suur.**
- **Põdrala valla elanike vähene huvi tervisespordiürituste vastu. Väga väike osa elanikkonnast tegeleb sportliku tegevusega. Vajalik oleks korraldada rohkem ühistegevusi, mis oleksid atraktiivsed ja uuenduslikud ja mis tooksid inimesi sportlike tegevuste juurde (matkad, orienteerumine, ujumine jne).**
- **Vallas on ikka veel isikuid, kes ei kasuta pimedal ajal liikudes helkurit.**
- **Puuduvad uuringud Põdrala valla elanike liikumis- ja toitumisharjumustest.**
- **Tuleb korraldada tervislikku eluviisi toetavaid üritusi ning leida lahendused, kuidas kaasata nendesse vähem motiveeritud inimesed.**

## 6. TERVISETEENUSED

Iga inimese jaoks on oluline terviseteenuste kättesaadavus ja kvaliteet. Efektiivne meditsiini ja rahvaterviseteenuste korraldus ja osutamine aitab palju kaasa tervisenäitajate paranemisele. Oluline on jõuda paikkondlike osapoolte vaheliste tervisevõrgustike tekkimiseni, mille eesmärk on koordineerida tegevusi nende teostamiseks tervislikul viisil. Selle valdkonna indikaatorid annavad informatsiooni osutatavate teenuste kvaliteedist ja kättesaadavusest kogukonnale.

### 6.1. Tervishoiuteenused

Erinevaid terviseteenuseid on Põdrala valla elanikel võimalik saada Tõrva linnas. Üldiselt on tervishoiuteenused kättesaadavad ka ühistranspordiga liiklemisel.

Tõrva linnas pakuvad **perearstiteenuseid** OÜ Valgamaa Arstikeskus, OÜ Riolani ja OÜ Perearst E. Rebane. Väljaspool vastuvõtuaegu tekkivate tervisehäirete korral saab abi ja nõuannet perearsti nõuandetelefonil 1220, häirekeskusest telefonil 112 või Valga Haigla päevapalatist.

Tõrva-Helme-Põdrala piirkonnas osutab **kiirabiteenust** AS Valga Haigla. OÜ Tõrva Tervisekeskus osutab kiirabiteenust Põlvamaal.

**Hambaravi** ja hambaproteesimise võimalus on Tõrva Tervisekeskuses, kus osutavad hambaravi- ja hambaproteesimisteenust Mai Kargu ja Liivi Meltsas ning OÜ Species. Probleemiks on hambaravi kõrge hind.

OÜ Tõrva Tervisekeskuses võtavad vastu järgmised **erialaarded**: psühhiaater Helle Müller; silmaarst Viljar Vihmann; kõrva-, nina- ja kurguarst Marek Metsmaa; naistearst Aive Kalinina; koduõde Thaisi Kalmus; radioloogia õde Marika Tepp; laborant Hedna Pitsi. Probleemiks on mõnede erialaardide pikad järjekorrad.

Alates 2007. aastast pakub Tõrvas **hooldusraviteenust** SA Tõrva Haigla (leping Haigekassa Tartu osakonnaga). Haiglasse pöördumiseks vajalik perearsti või eriarsti saatekiri. Teenuse maksumus patsiendile on 6,87 eurot päev. SA Tõrva Haigla pakub ka tasulist hooldusteenust hinnaga 15,50-16,50 eurot/ööpäev. Haiglas ööpäevane meditsiiniline valve, lift, vajadusel arsti konsultatsioonid.

Alates 2014 aastast pakub ööpäevaringset hooldusteenust ka Helme valla territooriumil asuv Helme Pansionaat. Helme Pansionaadis on 75 kohta 1-, 2- ja 3 inimesega tubades. Pansionaadis töötab meditsiiniõde ning lepinguline konsultatsiooniartst, vajadusel korraldatakse erialaardi vastuvõtt koos transpordiga.

Tõrva linna territooriumil tegutseb kaks apteeki: Tõrva Keskapteek, mida haldab BENU Apteek Eesti OÜ ja Tõrva Südameapteek, mida haldab Pharma Holding OÜ. Tõrva

südameapteek pakub vererõhu mõõtmise teenust, mõlemal apteegil on kliendikaardid, mis pakuvad erinevaid soodustusi. Probleemiks on valveapteegi puudumine.

Põdrala valla poolt korraldatakse abivajajatele arstiabi ja ravimite kättesaamine. Samuti abistatakse tehniliste abivahendite ja hooldusvahendite saamisel. Et tõsise liikumisprobleemiga inimesed saaksid hakkama harjumuspärasest keskkonnast oleks vajalik osutada rohkem koduteenuseid.

## 6.2. Nõustamisteenused

Põdrala vallas osutatakse sotsiaaltöötaja poolt :

- sotsiaalnõustamine
- perenõustamine

Toitumisalast nõustamist tehakse perearstide poolt töö käigus, toitumisenõustaja piirkonnas puudub. Huvilised saavad osa võtta loengutest ja koolitustest Tõrvas, Valgas.

Erivajadustega laste nõustamine toimub laste neuroloogi poolt või taastusravi arsti poolt Valga Haiglas. Valga Haigla juures on avatud Valga Haigla laste ja noorte vaimse tervise kabinet. Rajaleidja Valga keskuses I ja II taseme nõustamisteenused tagatud.

Tabel 23. Valik nõustamisteenuseid Valgamaal (Allikas: Valgamaa terviseprofiil 2014)

Teenust pakkuva asutuse nimi	Teenuse sisu
Valgamaa Noorte Nõustamiskeskus (VNNK)	Nõustamiskeskusel on kaks tegevussuunda: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. karjäärinõustamine, karjääri- ja noorte info;</li> <li>2. õppenõustamine, kus oma teenust pakuvad eripedagoog, logopeedid, psühholoogid ja sotsiaalpedagoog.</li> </ol> Keskuse üldine eesmärk on tagada maakonna noorte nõustamiskeskuse loomise ja nõustamiskvaliteedi arendamise kaudu tugi ja karjääriteenuse kättesaadavus varase koolist väljalangemise ennetamiseks ja noorte edasise toimetuleku ning konkurentsivõime suurendamiseks igapäevaelus ja tööturul.
Erinõustamiskomisjon	Komisjoni tegevussuunad on: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Soovitada vanema või vanema nõusolekul koolieelse lasteasutuse direktori taotlusel kooliealise lapse paigutamist sobitus- või erirühma.</li> <li>2. Soovitada vanema või vanema nõusolekul koolieelse lasteasutuse direktori taotlusel koolikohustuse täitmise edasilükkamist või alla 7.a. isiku kooli vastuvõtmist.</li> <li>3. Soovitada vanema või vanema nõusolekul koolieelse lasteasutuse direktori taotlusel kohaldada hariduslike erivajadustega õpilastele võimetekohane õppekava või õpperühm.</li> <li>4. Soovitada vanema või vanema nõusolekul kooli direktori taotlusel õpilasele õpingute jätkamist erikoolis, - klassis või – rühmas.</li> <li>5. Soovitada vanema või vanema nõusolekul kooli direktoril</li> </ol>

	<p>koolikohustuslikule õpilasele mittestatsionaarse õppevormi, ühe õpilase õpetamisele keskendunud õppe või tervislikel põhjustel koduõppe rakendamist.</p> <p>6. Soovitada kooli direktori taotlusel hariduslike erivajadustega õpilaste kaasava õppe jaoks vajalike tingimuste loomist ja rakendamist koolis.</p>
Valgamaa Nõustamiskeskus	<p>Keskuse ülesanded on:</p> <p>Toetada erivajadustega inimeste ning nende pereliikmete tööhõive suurendamist ja seeläbi toimetuleku parandamist; koondada ja jagada igakülgset teavet abistamiseks erivajadustega inimesi ja neid ümbritsevat võrgustikku; tugevdada nõustamissüsteemi, et kujundada toimiv nõustamisvõrgustik, kasutades seejuures olemasolevate organisatsioonide pädevust.</p> <p>Pakutakse järgmisi teenuseid:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. sotsiaalnõustamine;</li> <li>2. psühholoogiline nõustamine;</li> <li>3. perenõustamine;</li> <li>4. võlanõustamine.</li> </ol> <p>Keskuse koostööpartnerid on: Töötukassa Valga osakond, Valga Töötute Aktiveerimiskeskus, Tartu Maakohtu Kriminaalhooldusosakonna Valga talitlus, Valga Naiste Varjupaik, Valga Haigla AS, EKNK Valga Kogudus jne.</p>
Terviseameti Lõuna talitluse Valgamaa esindus	<p>On oluline nii nõustava kui järelevalve institutsioonina. 2012.a tegelesid järelevalvega kolm inspektorit. Terviseamet on pädev asutus nakkushaiguste ennetamise, seire ja tõrje ning nakkushaiguste epidemioloogilise riskianalüüsi ja riskihindamise valdkonnas. Ameti üheks oluliseks tegevusvaldkonnaks on koolide ning laste- ja sotsiaalasutustes pakutavate teenuste järelevalve. Eesmärgiks on juhtida tähelepanu tervisekaitsealastele puudustele ning seeläbi aidata kaasa laste ja hooldekoduklientide tervislikuma õppe-, kasvatus- ja elamiskeskonna loomisele.</p>

Valgamaal on aastate vältel Euroopa Sotsiaalfondi toel edukalt arendatud kvaliteetseid ja mitmekülgseid nõustamisteenuseid. Väikeses maakonnas on ressursisäästlikke lahendusi ja nii koondatud nõustamisteenused ühe katuse alla. Samas on üheks olulisemaks sihiks parandada teenuste kvaliteeti ja kättesaadavust. Suurem osa nõustamisteenustest on Põdrala valla elanikele kättesaadavad maakonnakeskuses Valgas, mis mõjutab teenuste kättesaadavust.

Lisaks maakondlikele nõustamisteenustele on võimalik abi leida riiklikest interneti-, telefoni- jm nõustamisteenustelt. Selleks, et info eelnimetatu kohta jõuaks inimesteni, on see kajastatud mitmes maakondlikus infoportaalis.

### 6.3. Põdrala valla probleemid tervisteenuste indikaatorite põhjal:

- Suur osa nõustamisteenustest ei ole vallas kohapeal kättesaadavad ning nõu ja abi saamiseks tuleb sõita Valka või Tartusse. See tähendab enamasti transpordiprobleeme ning suurt aja ning raha kulu.
- Esmatasandi arstiabi on kättesaadav Tõrvas. Siin on transpordiprobleemid Reti ja Vanamõisa külade ning kaugemates taludes elavatel inimestel, mis on lahendatud õpilastranspordiga ja transporditeenusega.
- Heaks võib lugeda olukorda, et mitmed erialaarstid võtavad vastu Tõrvas. Paljudel juhtudel on siiski erialaarsti juurde vajalik minna Valka, Tartusse või Tallinnasse, mis omakorda tähendab transpordiprobleeme ja suurt raha kulu.
- Tõrva linnas kaks apteeki, kuid puudub valveapteek, see tähendab et vajalikke ravimeid pole võimalik saada laupäeva õhtupoolikul ja pühapäeval.
- Sotsiaaltransporditeenuse nõudlus suur ja vallavalitsus ei suuda kõiki soovijaid rahuldada. Probleem eriti transporditeenuse vajadusega Tartusse või Tallinnasse.
- Valla elanike iseseisvat toimetulekut toetava koduhooldusteenuse arendamise vajadus.
- Puudub teave kohaliku elanikkonna rahulolust või probleemidest tervishoiuteenuste tarbimisel.

## 7. KOKKUVÕTE

Eelnevast terviseindikaatorite analüüsist nähtub, et tervislikud valikud, eluviis ja keskkond, ehk siis teemad, mida terviseprofiilis analüüsiti, hõlmavad sisuliselt kõiki kohaliku elu valdkondi. Terviseprofiili järeldustes esile toodud tervisevajadusi pole võimalik lahendada ainult tervisedendusliku tegevuskavaga. Neid teemasid tuleb käsitleda ja neid on ka käsitletud muudes kohalikes arengudokumentides. Terviseteemasid on käsitletud ka Põdrala valla arengukavas 2010-2025 ja Põdrala valla eelarvestrateegias 2015- 2018.

## 8. PLANEERITAVAD TEGEVUSED PÕDRALA VALLAS ELANIKE TERVISE EDENDAMISEKS.

Tabel 24 a. Põdrala valla arengukavast 2010-2025 ja Põdrala valla eelarvestrateegiast 2015-2018 tulenevad tegevused elanike tervise edendamiseks (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Tegevus	Aeg	Elluviijad, partnerid	Rahastamise allikas
Riidaja Põhikooli ja Riidaja küla kanalisatsiooni ja puhastusseadmete rajamine	2015-2018	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Toetusfondid
Tehnika soetamine suusaradade rajamiseks ja hooldamiseks	2015-2018	Põdrala Vallavalitsus Kolmas sektor	Vallaeelarve Toetusfondid
Riidaja küla valgustatud kergliiklustee rajamine	2015-2018	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Toetusfondid
Leebiku küla välisvalgustuse rekonstrueerimine	2015-2018	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Toetusfondid
Riidaja pargis loodusradade, puhkekohtade ja välisvalgustuse rajamine	2015-2018	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Toetusfondid
Sotsiaalkorterite remontimine ja sisustamine	2015-2018	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Toetusfondid
Pikasilla puhkeala väljaehitamine	2015-2018	Põdrala Vallavalitsus Kolmas sektor	Vallaeelarve Toetusfondid

Tabel 24 b. Täiendavad planeeritavad tegevused Põdrala valla elanike tervise edendamiseks (Allikas: Põdrala Vallavalitsus)

Tegevus	Aeg	Elluviijad, partnerid	Rahastamise allikas
Uuringu läbiviimine tervise ja tervislike eluviiside kohta Põdrala valla elanike seas	2015-2020	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Toetusfondid
Täiendavate sotsiaalhoolekandeteenuste pakkumine Põdrala vallas	2015-2020	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Toetusfondid
Põdrala valla elanike terviseteadlikkuse tõstmine läbi tervisedenduslike projektide läbiviimise ja erinevate infopäevade korraldamise.	2015-2020	Põdrala Vallavalitsus Kolmas sektor	Vallaeelarve Toetusfondid
Regulaarsete liikumisürituste korraldamine vallas	2015-2020	Põdrala Vallavalitsus Kolmas sektor	Vallaeelarve Toetusfondid
Spordiklubide ja treeningute rahaline toetamine	2015-2020	Põdrala Vallavalitsus	Vallaeelarve Projektid
Tervisedenduslik teabe ja tegevuse	2015-2020	Põdrala	Vallaeelarve

integreerimine kõikide eluvaldkondade tegevustesse		Vallavalitsus, Vallavolikogu, Vallavolikogu sots. komisjon, kolmas sektor	Projektid
Leida võimalusi erinevate nõustamisteenuste kohalikule elanikkonnale pakumiseks	2015-2020	Põdrala Vallavalitsus Kolmas sektor	Vallaeelarve Projektid

