

Võru linna vanemaealiste rahuoluuuring

2025



PRAXIS | MÖTTEKODA



Kaasrahastanud
Euroopa Liit



Eesti
tuleviku heaks



praxis
mõttekoda

Uuring viidi läbi **Võru Linnavalitsuse** tellimusel projekti nr 2021-2027.5.02.24-0317 „Võru linna kogukonnakeskuse rajamine, I etapp“ raames, mida kaasrahastab Euroopa Liit.

Mõttekoda Praxis on avalikes huvides tegutsev sõltumatu mõttekoda, kelle eesmärk on Eesti ühiskonnale olulistes küsimustes luua uusi teadmisi, leida mõjusaid lahendusi ja rikastada avalikku arutelu.

Autorid:

Isabel Mari Jeziarska

Simo Järvela

Andi Kiissel

Tali Kletter

Anni Kurmiste

Miriam Lehari

Eveliis Padar

Katre Pall

Moonika Raja

Hede Sinisaar

Väljaande autoriõigus kuulub Mõttekojale Praxis. Väljaandes sisalduva teabe kasutamisel palume viidata allikale. **Soovitatav viide:**

Jeziarska, I. M.; Järvela, S.; Kiissel, A.; Kletter, T.; Kurmiste, A.; Lehari, M.; Padar, E.; Pall, K.; Raja, M.; Sinisaar, H. (2025). *Võru linna vanemaealiste rahuloluuring*. Tallinn: Mõttekoda Praxis.

ISBN: 978-9949-662-57-9 (pdf)

Sisukord

Sissejuhatus	5
1. Teemakohaste dokumentide analüüs	7
1.1. Taust	7
1.2. Vaba aeg ja unistused	9
1.3. Teenuste tarbimine, seltsielus ja huvitegevuses osalemine	10
2. Ekspertide vaade – fookusgrupi intervjuude tulemused	12
2.1. Vaba aja veetmise harjumused, võimalused ja unistused	12
2.2. Osalemist soodustavad ja takistavad tegurid	14
2.3. Teenuste kasutamine, kättesaadavus ja kvaliteet	16
2.4. Info- ja abisaamise kanalid	17
2.5. Liikumisharjumused ja keskkond	18
2.6. Elamistingimused ja eluasemega toimetulek	19
2.7. Täiendavad tähelepanekud teiste uurimisküsimuste lõikes	20
3. Vanemaealiste vaade – kvantitatiivse analüüsi tulemused	22
3.1. Elamistingimused	22
3.2. Tervis, liikumisharjumused ja -võimalused	28
3.3. Võru linna sotsiaalteenused	33
3.4. Vaba aja ja kogukondlikud tegevused	40
3.5. Üldine rahulolu ning olulisemad probleemid	47
4. Elanike vaade – individuaalintervjuude tulemused	49
4.1. Vaba aja veetmise harjumused, võimalused ja unistused	49
4.2. Võru linna sotsiaalteenused	53
4.3. Liikumisharjumused ja keskkond	55
4.4. Elukoht ja elamistingimused	56
4.5. Üldine rahulolu Võru linnaga	57
Kokkuvõte	58

Suunised kogukonnakeskuse arendamiseks	61
Persoonad ja soovitused	63
I persoona: üksildane naine Helju	63
II persoona: tarmukas sädeinimene Liidia	65
III persoona: iseseisev ja praktiline mees Ain	66
IV persoona: hoolduskoormusega naine Valve	67
V persoona: üksik linna äärealal elav mees Rein	68
Kasutatud kirjandus	69
Lisa 1. Meetodid ja andmed	70
Küsitlus	70
Fookusgrupi- ja individuaalintervjuud	75
Lisa 2. Intervjuukavad	77
Individuaalintervjuude kava	77
Fookusgrupiintervjuude kava	80

Sissejuhatus

Uringuaruanne keskendub Võru linna vanemaealiste (58+) heaolule, sotsiaalsele kaasatusele ja elukvaliteedile. Uuringu eesmärgiks oli saada ülevaade vanemaealiste ootustest ja vajadustest seoses heaolu ning teenustega, pöörates erilist tähelepanu nende osalemisele sotsiaalses elus ja kogukondlikes tegevustes. Aruanne põhineb fookusgruppide, individuaalintervjuude ja küsitluse tulemustel, mis koos annavad tervikliku pildi sellest, kuidas Võru vanemaealised oma igapäevaelu kogevad ning millised tegurid toetavad või takistavad nende aktiivset osalust ühiskonnas. Uuring viidi läbi perioodil 22.04.2025–28.11.2025.

Küsimused, millele uuringu käigus vastuseid otsisime:

- Millega, kus ja kuidas vanemaealised oma vaba aega sisustavad ning millest unistavad?
- Millega nad sooviks oma vaba aega sisustada täna ja millised on ootused 3–5 aasta perspektiivi silmas pidades?
- Millised on nende tänased takistused ja soodustavad tegurid teenuste tarbimises, seltsielus ja huvitegevuses osalemiseks?
- Millised on nende oskused, millega nad võiks ja sooviks panustada kogukonna tegevustesse?
- Kas ja millist koostööd nad sooviks noortega?
- Milliseid teenuseid nad täna juba kasutavad, kuidas nad hindavad olemasolevate teenuste kvaliteeti ja kättesaadavust ning teadlikkust olemasolevatest teenustest?
- Millised on nende info ja abisaamise kanalid/allikad?
- Millised on nende liikuvusega seotud harjumused, vajadused, takistused ja soodustavad tegurid?
- Millised on nende elamistingimused ja eluaseme haldamisega hakkamasaamine ning millised on takistused ja soodustavad tegurid?
- Kas nad on valmis ka oma elukohta muutma, kuid neile pakutaks väiksemat, kuid kaasaegsetele nõuetele vastavat elupinda?
- Milline on nende üldine rahulolutase eluga Võru linnas?

Tulemused osutavad selgele osaluslõhele: väikesele, kuid väga aktiivsele tuumikule vastandub suurem rühm, kes jääb organiseeritud tegevustest kõrvale. Põhjused on mitmetahulised: füüsilised barjäärid (trepid, kõrged äärekivid, talvine libedus), info ebaühtlane kättesaadavus (info ei jõua passiivsemate sihtrühmadeni), psühholoogilised tegurid (harjumused, hirmud, madal motivatsioon) ning eluasemest tulenevad piirangud.

Abi palutakse pigem viimases hädas – iseseisvus on tugev väärtus, kuid pakutud abi ollakse valmis vastu võtma. Puudust tuntakse ennekõike väikese mahuga abiteenustest: nt remondi, majapidamis- ja transpordiabist.

Uus kogukonnakeskus, Jüri tn 42 hoone, mille arendus oli üks selle uuringu ajendeid, võiks mängida võtmerolli mitmete probleemide lahendamisel: ligipääsetav taristu ja tegevused, millega on lihtne inimestel liituda (ühisköök, remondi- ja meisterdamisnurk, avatud kohtumispaijad) võivad murda passiivsuse mustreid, tugevdada sotsiaalset sidusust ning toetada iseseisvat toimetulekut. Seeläbi haakub Võru linna loodav kogukonnakeskus laiemate üleriigiliste strateegiliste suundadega: vananemist tuleb käsitleda kui ühiskondlikku protsessi, mis eeldab terviklikku, sihtrühmapõhist ja koordineeritud tegutsemist üle sotsiaal-, tervise-, eluaseme-, transpordi- ja kultuuripoliitika.

Samas tuleb eraldi tähelepanu pöörata neile vanemaealistele, kes vajavad abi, kuid ei kuulu või veel ei kuulu tulevase kogukonnakeskuse aktiivsete osalejate sihtrühma. Need on inimesed, kes on sageli sotsiaalselt isoleeritud, liikumisraskustega või madalama digipädevusega ning kellel võib puududa teadlikkus nii Võru linna poolt pakutavatest teenustest kui ka kogukonnakeskuses toimuvast. Nendeni tuleb jõuda sihitatult, kasutades kohalikke võrgustikke, et neile personaalselt läheneda. Abiks selle juures võivad olla aruande kuuendas peatükis kirjeldatud vanemaealiste persoonad, mis aitavad mõista erinevate sihtrühmade vajadusi, harjumusi ja motivaatoreid.

Aruande ülesehitus on järgmine. Esimeses peatükis antakse ülevaade teemakohastest Eesti ja Võru linna strateegilistest arengudokumentidest. Teises peatükis esitatakse fookusgrupi intervjuude tulemused. Kolmandas peatükis esitatakse Võru vanemaealiste seas läbi viidud küsitluse tulemusi, millele järgneb neljas peatükk, kus antakse ülevaade individuaalintervjuude põhjal tehtud analüüsijäreldustest. Aruande lõpuosas on esitatud kokkuvõte ja soovitused kogukonnakeskuse arendamiseks ning personade ülevaade ühes poliitikasoovitustega, mis toetuvad eelnevatele peatükkidele. Kogukonnakeskuse arendamise ja personapõhised poliitikasoovitused on kujundatud väärtustest lähtudes, mille eesmärk on soodustada vanemaealiste aktiivset osalemist ühiskonnas, tugevdada nende iseseisvust, pikendada nende tervena elatud aastaid ning vähendada nende majanduslikku haavatavust.

1. Teemakohaste dokumentide analüüs

1.1. Taust

Eesti ja Võru linna strateegilised arengudokumendid pööravad üha enam tähelepanu vanemaealiste vajadustele ja heaolule, peegeldades rahvastiku vananemisega seotud demograafilisi muutusi ning vajadust kohandada vastavalt sellele avalikke teenuseid ja poliitikasuundi (nt „Heaolu arengukava 2023–2030“, „Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030“ ja „Võru linna arengukava 2017–2035“). Riiklikes arengukavades ja rakendusprogrammides määratletakse nii konkreetseid eesmärke kui ka tegevussuundi vanemaealiste paremaks kaasamiseks ühiskonnaellu.

„Heaolu arengukava 2023–2030“ seab selged eesmärgid vanemaealiste heaolu toetamiseks, rõhutades sotsiaalse kaasatuse, eneseteostuse ja turvalise elukeskkonna olulisust kogu elukaare jooksul. Arengukavas on seatud sihiks, et inimesed elaksid kaua ja tervena, leiaksid eneseteostust kogu elukaare vältel ning et nende toimetulek oleks hoitud ka majanduslikult keerulistes oludes (Sotsiaalministeerium, 2023, lk 2). Arengukava programm „Vanemaealised 2025–2028“, mis käsitleb vanemaealiste sotsiaalset kaasatust ning vajadust tagada neile **võrdsed võimalused ühiskonnas osalemiseks**, tunnistatakse, et vanemaealiste heaolu küsimused ei ole veel piisavalt lõimitud poliitikameetmetesse, mistõttu nähakse ette vajadust tugevdada vanusesõbralikku ja valdkondadeülest lähenemist vanemaealistega seotud teemades (Sotsiaalministeerium, 2024a, lk 4). Vanusesõbralik ja valdkondadeülene lähenemine tähendab näiteks vanemaealiste vajadustega arvestamist elamumajanduses, digiteenuste arendamises ning elukestva õppe võimaluste pakkumises (Sotsiaalministeerium, 2024a, lk 5). Lisaks pööratakse tähelepanu vanemaealiste võimalustele ühiskonnas aktiivselt osaleda – soodustavad tegevused hõlmavad vabatahtliku tegevuse toetamist, esinduskogude loomist ja vanemaealiste huvikaitset, aidates sel viisil kaasa kogukondade sidususe ja sotsiaalse võrdsuse tugevdamisele (Sotsiaalministeerium, 2024a, lk 6–7). Võrreldes teiste Euroopa riikidega on Eesti vanemaealiste kaasatus ühiskondlikku ellu märgatavalt väiksem – nad osalevad harvemini vabatahtlikus tegevuses ja poliitilistes protsessides ning pühenduvad vähem ka hobitegevusele (Sotsiaalministeerium, 2024a, lk 4).

Vanemaealiste kaasamise tähtsust rõhutatakse ka mitmetes teistes valdkondlikes dokumentides. „Sotsiaalhoolekande programm 2025–2028“ toob esile vajaduse arendada kvaliteetseid ja paindlikke teenuseid, mis aitavad inimestel **võimalikult kaua iseseisvalt elada**. Programmi fookuses on pikaajalise hoolduse süsteemi tõhustamine, kohalike omavalitsuste (KOV-ide) võimestamine ja hoolduskoormuse vähendamine (Sotsiaalministeerium, 2024b, lk 5–6, 9).

Tervisevaldkonnas on üheks keskseks **eesmärgiks tervena elatud aastate arvu suurendamine** („Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030“). Eestis on tervena elatud aastate arv madal ja piirkondlikud erinevused märkimisväärsed (Sotsiaalministeerium, 2020, lk 12) – näiteks Kagu-Eestis elavad inimesed tervena mitu aastat vähem kui Põhja-Eestis (Riigikantselei, 2021, lk 6; Statistikaamet, 2025). Seetõttu on oluline, et ka Võru piirkonna strategiadokumendid ja tegevused sellele küsimusele tähelepanu pööraksid. **Vanemaealiste üldiselt madalamad tervisenäitajad piiravad sageli nende osalust ühiskondlikus elus, vähendavad liikumisvabadust ning suurendavad hooldusvajadust**, mistõttu on oluline integreerida tervisemeetmed ka teiste valdkondade kavandamisse (Sotsiaalministeerium, 2023).

„Võru maakonna tervise- ja heaoluprofiil 2022. Tervisedenduse tegevuskava aastateks 2023–2026“ dokumendis on toodud välja, et Võru maakonna elanike tervena elatud aastate arv on murettekitavalt madal: **mehed elavad tervena keskmiselt vaid 46 ning naised 49 eluaastat**. See jääb ligi kümme aastat alla Eesti keskmisele ning erinevus Euroopa Liidu keskmisega on veelgi märgatavam – tervena elatud aastaid on Võru meestel 18 ning naistel 16 võrra vähem. Selline olukord rõhutab vajadust tõenduspõhiste ja valdkondadeülese koostöö toel kujundatud tervisemeetmete järele, mis arvestavad piirkonna eripärasid ja aitavad vähendada ebavõrdsust tervises (Sihtasutus Võrumaa Arenduskeskus, 2022, lk 9). Dokumendis rõhutatakse, et tervena elatud aastate arvu suurendamiseks tuleb haiguste ennetamine ja tervisedendus integreerida tõhusalt hariduse, sotsiaalhoolekande, linnaplaneerimise ja kogukonnatöoga, pöörates erilist tähelepanu võrdsematele võimalustele tervislikuks eluviisiks kogu elukaare vältel (Sihtasutus Võrumaa Arenduskeskus, 2022, lk 17).

„Võru linna arengukava 2017–2035“ peegeldab samuti muret selle pärast, et rahvastik vananeb, mis tähendab muuhulgas kõrgemaid sotsiaalteenuste kulusid linnavalitsusele. Kuigi linna vanemaealiste absoluutarv jääb prognoositavalt suhteliselt stabiilseks, nägid 2017. aasta prognoosid ette, et nende osakaal suureneb märkimisväärselt, ulatudes 2035. aastaks 30%-ni linna elanikkonnast (Võru Linnavolikogu, 2017, lk 5). 2024. aasta seisuga elab Võru linnas 2836 (Rahvastikuregister, 2025) inimest vanuses 65+, mis moodustab 25% linna elanikkonnast. „Võru linna arengukava 2017–2035“ rõhutab vajadust tagada elanikele kvaliteetsed sotsiaal- ja tervishoiuteenused, kuid dokumendis ei käsitleta vanemaealisi eraldi strateegilise sihtrühmana – see kajastab laiemat muustrit, kus küll tunnustatakse demograafilisi muutusi, kuid tegevused ei ole alati piisavalt sihtrühmapõhised. Näiteks arengukavas loetletud viie suurema programmi seas ei ole ühtegi, mis oleks otseselt suunatud vanemaealistele, kuigi nende osakaalu kasv on arengudokumendis selgelt välja toodud (Võru Linnavolikogu, 2017a, lk 9-10). Ka näiteks „Võru linna arengukava 2017–2035“ lisas „Hetkeolukorra ülevaade“ ei ole üheski valdkonnas vanemaealisi ega teisi vanuserühmi eraldi käsitletud (Võru Linnavolikogu, 2017b, lk 43-46).

„Kestliku Võru linna visioon 2050“ rõhutab liikumisvõimaluste ja elukeskkonna ligipääsetavuse parandamise olulisust. **Kergliiklusteede arendamine, elamufondi uuendamine ja kultuurielu mitmekesistamine loovad eeldusi vanemaealiste sotsiaalseks kaasamiseks**, kuid puudub süsteemne käsitus, kuidas vanemaealiste vajadusi tegelikult arvesse võetakse (Võru Linnavolikogu, 2022). Süsteemse käsitluse puudumine võib tähendada, et vanemaealiste vajadusi käsitletakse vaid üldiste ligipääsetavuse parenduste kaudu, ilma otsese sidemeta nende igapäevaste kogemustega.

„ÜRO vananemise lõimimise juhised“ soovivad käsitleda vananemist mitte ainult kitsalt sotsiaalhoolekande ja tervise küsimusena, vaid kui laiapõhjalist ühiskondlikku muutust, mis puudutab kõiki eluvaldkondi. Selline lähenemine aitab arendada õiguspõhist, sooliselt tundlikku ja põlvkondadevahelist solidaarsust edendavat poliitikat (United Nations Economic Commission for Europe, 2021). Eesti ja Võru strateegilised dokumendid annavad sellele hea aluse, kuid vajavad jätkuvat süsteemset rakendamist, kus vanemaealiste heaolu toetamine on selgelt seotud sotsiaal-, tervise-, transpordi-, kultuuri- ja hariduspoliitikatega ning kus vanemaealiste osalus ei ole mitte ainult eesmärk, mille poole püüelda, vaid ka vahend poliitikakujunduse tõhustamiseks.

1.2. Vaba aeg ja unistused

Eesti vanemaealised on vaba aja veetmise ja seltsielus osalemise poolest vähem aktiivsed võrreldes teiste Euroopa riikide vanemaealistega. Eelmisel kümnendil läbi viidud Euroopa tervise, tööjõu- ja vananemise ehk 50+ uuringus SHARE¹ kirjeldati 55+ vanuses elanike osalemist kogukondlikes tegevustes: osavõtt kursustest, vabatahtlikust tegevusest, klubilisest tegevusest, poliitilisest või kogukondlikust juhtimisest ning lauamängude mängimisest. Selgus, et **Eestis osalevad vanemaealised eelnimetatud vaba aja sisustamise tegevustes märksa vähem kui teistes uuringus osalenud Euroopa riikides.** Näiteks vanusegrupis 55–64 on Eestis aktiivsed 46%, samas kui teistes riikides oli vastav näitaja 64%. (Sakkeus ja Leppik, 2016)

Kogukondlik aktiivsus on seotud töötamisega: 55+ vanuses inimesed, kes polnud tööga hõivatud, olid ka kogukondlikult vähem aktiivsed. Lisaks on ühiskondlik osalus seotud inimese haridustasemega: kui kõrgharidusega inimestest üle poolte osalesid kogukondlikes tegevustes (54%), siis keskharidusega inimestest oli aktiivseid alla poole (38%) ning alg- ja põhiharidusega vaid iga viies (20%). Sama uuringu andmetel linna- ja maapiirkondades vanemaealiste kogukondlikus aktiivsuses olulist erinevust ei ole. Küll aga oli oluliselt vähem

¹ *Survey on Health, Ageing and Retirement in Europe* pakub võrdlevat teavet rohkem kui 20 Euroopa riigi kohta.

kogukondlikult aktiivseid inimesi nende hulgas, kelle kodune keel ei ole eesti keel. (Sakkeus ja Leppik, 2016)

Vaba aja veetmise tegevusi ja sotsiaalteenuseid pakuvad näiteks sotsiaal- ja päevakeskused. Pettai ja Kase (2023) leidsid, et **Eestis külastavad vanemaealised päevakeskusi pigem harva ning nende suhtumine päevakeskustesse on tõrjuv või negatiivne**. Sama uuringu kohaselt ei olnud 2022. aastal lausa 90% 60–69-aastastest kohalikku päevakeskust kunagi külastanud, 70–79 vanuses elanikest oli sama näitaja 80% ja 80+ vanuses 74%. Enamus vastajaid 60–80+ vanuses olid nõus väitega „Tunnen, et see koht (sotsiaalkeskus, päevakeskus) ei ole minu jaoks”, mis viitab, et keskustes pole piisavalt neile sobivaid ja huvipakkuvaid tegevusi. (Pettai ja Kase, 2023, lk 62)

Senioritöö tegijate uuringus (2023) leiti, et **Eesti vanemaid inimesi tajutakse sageli kui ühetaolist sihtrühma, kellel on samad huvid**. Tajutakse niinimetatud „maagilist vanusejoont“, kus teatud vanuse ületanud inimestelt eeldatakse selliste huvide tekkimist, mida pole neil varasemalt olnud. Näiteks on levinud eeldus, et kõigil vanemaealistel on huvi kultuuri ja käsitöö vastu, millel pole tegelikult alust. Autorid täheldavad, et ka Eesti senioritöös pigem puudub kogu sihtgrupi tunnetus ning vanemaealistele pakutakse tegevusi, mida soovivad juba tegevusse haaratud inimesed. Need, kes eelistaks teistsugust hobi, või kelle teadlikkus ja motivatsioon ise muid tegevusi küsima tulla, on madal, jäävad tähelepanust kõrvale. Uuring toob põhjusena välja meie sotsiaalsüsteemi senise lähenemise – **teenused on pigem reaktiivsed kui ennetavad**. Tööturult väljunud vanemaealistele pakutavates avalikes teenustes on vähe proaktiivsust. (Tambaum, 2023).

1.3. Teenuste tarbimine, seltsielus ja huvitegevuses osalemine

Teenuste tarbimiseks ja seltsielus või huvitegevuses osalemiseks on oluline, et info võimaluste kohta jõuaks sihtrühmani neile harjumuspäraste kanalite kaudu. Pettai ja Kase (2023) uuringus selgus, et üks takistus Eesti vanemaealiste seas seltsielus ja huvitegevuses osalemiseks sotsiaal- ja päevakeskuste kaudu on **info puudus keskustes toimuva kohta**.

Nagu eelnevalt kirjeldatud, on üheks takistuseks, et **inimesed ei leia endale huvipakkuvat tegevust**, kuivõrd viimased lähtuvad kitsast sihtrühmast. Ka rahvusvahelises teaduskirjanduses on kritiseeritud, et vanemaealistele suunatud tegevused on sageli suunatud haritud keskklassi naistele (Tambaum, 2023).

„Eesti 2035“ strateegia toob välja, et Eesti vanemaealiste aktiivset sotsiaalelu piirab see, et **elukeskkond pole küllaldaselt ligipääsetav**, nt pole linnaruumis piisavalt pinke puhkamiseks, puudub piisav valgustus, pole meeldivat keskkonda vaba aja veetmiseks jne. Sealjuures tuleb arvestada, et **inimesed ei pruugi ise linnaruumi osas nõudlikud olla, sest neil**

pole harjumust linnaruumi märgata, tunnetada ning nad pole teadlikud võimalikest ligipääsetavamatest alternatiividest (Väljaots jt 2021).

Samas strateegias on veel välja toodud, et vanemas eas **väheneb info- ja kommunikatsioonitehnoloogia kasutamine**, mistõttu võivad vanemaealised ilma jääda teenustest või virtuaalsest infost. Arvutioskuste puhul on oluline, et õpitavad oskused vastaks individuaalsetele vajadustele. Digikompetentsidel on vanemaealiste puhul seos emotsionaalse enesetunde ja üksildusega – mida parem on digikirjaoskus, seda vähem esineb depressiivsust (Kalmus, Tambaum ja Abuladze, 2023). Sealjuures tuleb arvestada, et **inimene ei pruugi osata interneti kasutamise eeliseid enda jaoks ise määratleda** (näiteks arvatakse, et puudub vajadus) ning personaalseid võimalusi võiks tutvustada inimene, kes talle digi- ja internetioskuseid õpetab (Sakkeus ja Leppik, 2016).

Seltsielus ja huvitegevuses osalemist võivad takistada ka **vaesus** ja toimetulekuprobleemid. Oluline on arvestada asjaoluga, et **vanemaealiste seas on vaesusrisk võrreldes ülejäänud elanikkonnaga suurem**. Statistikaameti andmetel elas Eestis 2023. aastal 39% kõikidest 65-aastastest ja vanematest inimestest suhtelises vaesuses², 49% Eesti 75-aastastest ja vanematest inimestest ning 71% üksi elavatest 65-aastastest või vanematest elanikest suhtelises vaesuses. Lisaks on märkimisväärne, et suhteline vaesus on sooti väga erinev. Kui võtta 75-aastaste ja vanemate vanusegrupp, siis naiste suhteline vaesus on 57% ja meeste oma 30%, mis on peaaegu kahekordne vahe. Suhteline vaesus³ näitab sissetulekute ebavõrdsust ehk olukorda, kus leibkonna koosseisu arvestav aasta sissetulek on oluliselt väiksem ühiskonna keskmisest.

Samas võib öelda, et suhteline vaesus on viimastel aastatel vähenenud nii vanusegrupiti kui ka üldiselt Eestis, jõudes tagasi koronaeeelse (2019) aja tasemele. Kuigi Eestis tervikuna (ja ka enamuses maakondades) 2023. aastal suhteline vaesus vähenes, siis pealinnast vaadatuna kaugemates nurkades, sealhulgas Võrumaal, see suurenes (Statistikaamet, 2024). **Võru maakonnas oli 2023. aastal suhtelise vaesuse määr kogu elanikkonnas ligi 27% ehk suhtelises vaesuses elas keskelt läbi iga neljas Võrumaal elav inimene.**

² Vt Statistikaameti andmebaasis tabel LES01.

³ Suhteline vaesus tähendab, et inimese tulu jääb allapoole suhtelise vaesuse piiri. Suhtelise vaesuse piir arvutatakse ekvivalentnetosissetuleku alusel, mis võtab arvesse leibkonna koosseisu (esimese täiskasvanud liikme kaal 1, iga järgmise vähemalt 14-aastase liikme kaal 0,5 ja kõigi alla 14-aastaste kaal 0,3) ehk leibkonna kogusissetulek on jagatud leibkonnaliikmete tarbimiskaalude summaga. Suhtelise vaesuse piir on 60% leibkonnaliikmete aasta ekvivalentnetosissetuleku mediaanist. (Statistikaamet, 2024)

2. Ekspertide vaade – fookusgrupi intervjuude tulemused

Uuringus viidi läbi kaks fookusgruupiintervjuud, et kaasata erinevate vaatenurkadega osalisi Võru linnast, mõistmaks vanemaealiste vaba aja veetmise harjumusi, teenuste kasutamist, liikumisvõimalusi ja elamistingimusi, tuues esile nii osalemist soodustavad tegurid kui ka peamised takistused. Esimene fookusgrupp toimus Võru linnas näost näkku ning selles osales viis eksperti, kes esindasid kohaliku omavalitsuse sotsiaal- ja haridusvaldkonda, maakonna tasandi arendusvaldkonda ja Võru linnas huvitegevust pakkuvaid organisatsioone. Ekspertide kaasamine andis strateegilise ja süsteemse vaate olemasolevatele teenustele, poliitikatele ja kitsaskohtadele. Teine fookusgrupp viidi läbi veebikeskkonnas ning selles osales neli Võru aktivisti ja huvitegevuste pakkujat, kelle igapäevatöö on seotud vanemaealiste tegevuste korraldamisega, hõlmates nii spordi-, koolitus- kui ka kultuurivaldkonda. Nende vaade pakkus rohujuuresandi teadmisi sihtrühma huvidest, motivatsioonist ja osalemist takistavatest praktilistest probleemidest.

2.1. Vaba aja veetmise harjumused, võimalused ja unistused

2.1.1. Millega, kus ja kuidas vanemaealised oma vaba aega sisustavad?

Vaba aja veetmise mustrites joonistub välja kahesus. Ühelt poolt on Võrus väike, kuid sotsiaalselt väga nähtav ja aktiivne tuumik, kes osaleb regulaarselt mitmekülgsetes tegevustes. Teisalt on vaikne ja raskemini kaasatav enamus, kes jääb avalikest vaba aja veetmise võimalustest kõrvale ning kelle sotsiaalne elu piirdub peamiselt kodu ja perega. See leid on kooskõlas dokumendianalüüsis viidatud uuringutega, mis näitavad Eesti vanemaealiste tagasihoidlikumat osalust võrreldes teiste Euroopa riikidega.

Aktiivsed vanemaealised on intervjueeritute sõnul pidevas liikumises ja nende kalender on tegevustest pungil. Peamised kogunemiskohad ja tegevuskeskused on Võru Pensionäride Päevakeskus, kultuurimaja Kannel ja Võrumaa Keskraamatukogu. Päevakeskuses tegutsevad mitmed laulukoorid, kapell ning tantsu- ja võimlemisrühmad, mis moodustavad paljude jaoks iganädalase rutiini osa. Lisaks osaletakse aktiivselt kultuuriüritustel, kontsertidel, teatris, spordivõistlustel ja mitmesugustel linna korraldatud sündmustel, nagu vanemaealiste päeva tähistamine. Üks ekspert kirjeldas tüüpilist aktiivset vanemaealist

Ta ütleb: „Mul ei ole üldse aega, ma lähen sinna, sinna, sinna, sinna, sinna.“

Niisugused on sageli ka inimesed, kes osalevad vabatahtlikuna kogukonnaüritustel, näiteks lastefestivalil või pärimustantsufestivalil.

Samal ajal tunnistavad mõlema fookusgrupi osalejad, et aktiivne grupp moodustab vaid väikese osa kõigist Võru vanemaealistes, suurem osa veedab oma vaba aega valdavalt kodus. Nende tegevused on seotud majapidamistöödega, mis on eriti ajamahukad eramajade omanikel (nt aiatööd, kütmine, lume rokimine), ning individuaalsete hobidega, nagu lugemine, käsitöö või ristsõnade lahendamine.¹ Nende sotsiaalne suhtlus võib piirduda pere, lähemate naabrite või telefonivestlustega vanade sõpradega, kelle ring aga aja jooksul paratamatult aheneb. Üks ekspert tõi välja, et tema innukast lugejast klassivend ei mõista üldse, miks peaks kodust kuhugi minema, kui tegevust on piisavalt. See illustreerib hoiakut, kus kodu nähakse piisava ja turvalise keskkonnana, mistõttu puudub motivatsioon sealt lahkuda. Ent koju jäämine võib viia sotsiaalse isolatsiooni, üksinduse ja vaimse tervise probleemideni, mis omakorda vähendavad nii motivatsiooni kui ka võimekust olukorda muuta.

2.1.2. Meeste ja naiste erisused osalemises

Fookusgruppide aruteludes kerkis üksmeelselt ja teravalt esile sooline erisus vaba aja sisustamisel – mehi on märkimisväärselt raskem saada kodust välja ja kaasata organiseeritud tegevustesse. Enamikus huviringides – eriti kultuurivaldkonnas nagu koorilaul, tants ja võimlemine – domineerib naiste osalus.

Spetsiifiliselt meestele suunatud tegevusi on vähem, kuid need on siiski olemas: näiteks tegutsevad päevakeskuse juures meesansambel ja invaspordiklubi katuse all koroonaj- ja malemänguringid. Üks aktivistide grupi liige tõi erandina välja oma spordiklubi, kus meeste osakaal on lausa 80%, kuid tunnistas, et see on pigem ebatavaline. Peamine takistus meeste kaasamisel on nende endi hoiakud ja sotsiaalsed normid. Fookusgrupis toodi välja, et kui mees pole nooruses laulmise või tantsimisega tegelenud, tundub sellega alustamine vanemas eas ebamugav või „mage“. Samuti on levinud aramus, et kodus on piisavalt tegevust ja meelelahutust, näiteks televiisori vaatamine, mistõttu puudub vajadus väljaspool kodu sotsialiseeruda. Ekspertid on püüdnud mehi aktiveerida, tehes ettepanekuid näiteks mälumängu või suguvõsaurimise ringide loomiseks, kuid seni pole need katsed vilja kandnud, peegeldades mh seda, et me tegelikult ei teagi, mida vähemaktiivsed mehed selles vanuses eelistaksid teha.

2.1.3. Unistused ja rahuldamata vajadused

Kuigi Võrus on tegevuste valik lai, joonistub fookusgruppide aruteludest muster, et olemasolevad teenused ja tegevused on peamiselt suunatud juba niigi aktiivsele sihtrühmale. See loob omamoodi nõiaringi, mis tugevdab lõhet aktiivsete ja passiivsete vahel. Dokumendianalüüsis viidatud leid, et vanemaealistele pakutakse tegevusi, mida soovivad harrastada juba tegevusse haaratud inimesed, leiab fookusgruppides tugevat kinnitust. Huviringid, nagu koorilaul või rahvatants, eeldavad sageli varasemat kogemust või spetsiifilist huvi, mis muudab uute liikmete liitumise väljakujunenud gruppidega keeruliseks. Info levib peamiselt olemasolevates sotsiaalsetes võrgustikes, kuhu passiivsemad inimesed ei kuulu. Selle tulemusena jäävadki kõrvale need, kelle teadlikkus ja motivatsioon ise uusi tegevusi otsida või küsida on madal.

Nõiaringi murdmiseks on vaja tegevusi, mis kõnetaksid laiemat sihtrühma. Fookusgruppides kerkisid esile mitmed ideed ja rahuldamata vajadused, mis viitavad suunale, kuhu edasi liikuda:

1. **Praktilised ja sotsiaalsed tegevused:** Mõlemas grupis mainiti korduvalt vajadust ühise köögi ja kokandusringide järele. See on tegevus, mis ei eelda erioskusi, on sotsiaalne ja praktiline ning võiks kõnetada ka mehi, ja neid, kes traditsioonilistest huviringidest osa ei võta. Samuti pakuti välja remondi- ja puutöönurga idee, mis võiks toimida ka põlvkondadevahelise koostöö ja teadmiste edasiandmise kohana.
2. **Madala lävepakuga kohtumispaik:** Ekspertide grupis toodi selgelt välja, et Võrus puudub koht, "kuhu lihtsalt tulla, kui mul on kodus igav". Kuigi raamatukogu täidab osaliselt seda rolli oma avatud ruumi ja ligipääsetavusega, nähakse vajadust spetsiaalse päevakohvikutüüpi ruumi järele. See oleks koht, kus saab vabalt suhelda, lugeda lehti või lihtsalt istuda, ilma kohustuseta osaleda konkreetses organiseeritud huvitegevuses. Selline kergesti ligipääsetav ehk madala lävepakuga teenus võiks olla esimene samm kodust välja tulemisel just nende jaoks, kes tunnevad end sotsiaalselt isoleerituna.

2.2. Osalemist soodustavad ja takistavad tegurid

2.2.1. Peamised takistused teenuste tarbimises, seltsielus ja huvitegevuses osalemises

Füüsilist ligipääsetavust mainiti barjäärina kõige sagedamini. See ei piirdu ainult ratastoolikasutajatega, vaid mõjutab kõiki liikumispiirangutega inimesi, olgu selleks siis rulaatori kasutamine, kepiga kõndimine või lihtsalt vanusest tulenev ebakindlus. Paljud

olulised tegevused, sealhulgas päevakeskuses ja kultuurimajas Kannel, toimuvad hoonete teisel või kõrgemal korrusel, kuhu pääseb vaid trepist. See välistab automaatselt osa potentsiaalseid osalejaid. Üks inimene kirjeldas olukorda:

Täna sel päeval on see päevakeskus ka teisel korrusel ja proudad – vanemaealised proudad – võtab ülesse minemisel ikkagi natuke võhmale.

Probleemi süvendab asjaolu, et paljud hooned on eraomandis või muinsuskaitse all, mis teeb liftide paigaldamise või ümberehitused keeruliseks ja kulukaks.

Teise olulise piirangu mainiti majanduslikke tegureid. Kuigi Võrus on palju tasuta või soodsaid tegevusi, on sihtrühm osalustasude suhtes väga tundlik. Ekspertide sõnul võib isegi väike piletihinna tõstmine põhjustada tugevat vastuseisu ja osalejate arvu vähenemist. Viimane on eriti terav probleem üksi elavate vanemaealiste jaoks, kelle seas on suhteline vaesus Eestis väga kõrge, ulatudes 2023. aastal 71%-ni (Statistikaamet, 2024). Transpordikulud on täiendavaks koormuseks, eriti neile, kes elavad linna äärealadel või naabervaldades ja peavad tegevustesse jõudmiseks kasutama isiklikku autot või taksot.

Kolmandaks oluliseks takistuseks on psühholoogilised ja sotsiaalsed barjäärid. Paljudel vanemaealistel puudub lihtsalt harjumus või motivatsioon kodust väljas käia. Üks inimene tõdes, et vabanduste leidmine on lihtne:

Lihtsam on ära öelda, nii et tegelikult see samune mõttemustrite teema on ka üks piirav asi – kindlalt kohe.

Mõnede puhul lisandub veel sotsiaalne eraldatus ja kibestumus, mis teeb sellisteni jõudmise ja nende kaasamise eriti keeruliseks. Samuti on reaalne takistus hirm – kukkuda libedal teel, eksida digimaailmas, või hirm uute sotsiaalsete olukordade ees.

2.2.2. Peamised soodustajad teenuste tarbimises, seltsielus ja huvitegevuses osalemises

Kõige olulisem motivaator, mis inimesi kodust välja toob ja tegevustes osalema paneb, on sotsiaalne aspekt – soov kuuluda kogukonda ja suhelda teiste inimestega. Nagu üks aktivist ütles:

See kuuluvus ja kuulumine on kindlasti oluline igas vanuses.

Ühine tegutsemine annab jõudu, julgust ja loob positiivse sünergia. Sõprade ja tuttavate olemasolu grupis ning personaalne kutse on sageli otsustav tõuge, mis paneb ka kahtleja liikuma.

Sotsiaalse sideme loomisel ja hoidmisel on kriitilise tähtsusega eestvedajate ehk sädeinimeste roll. Rõhutati, et ilma entusiastlike ja pühendunud korraldajateta, kes grupe koos hoiavad, tegevusi algatavad ja inimesi isiklikult kutsuvad, jääksid paljud asjad toimumata. Need eestvedajad on kogukonna liim, mis seob inimesi ja loob osalemiseks vajaliku struktuuri.

Lisaks sotsiaalsele suhtlusele on tugev motivaator eneseteostus ja tunnustus. Võimalus saavutada midagi, olgu selleks siis karika võitmine spordivõistlustel või lihtsalt hea esitus laulukooris, annab tunde, et oled vajalik ja sinu panust märgatakse. Samuti on oluline tegur teadlikkus, et aktiivne eluviis aitab hoida nii füüsilist kui ka vaimset tervist. Liikumisest ja koos tegutsemisest saadav positiivne emotsioon ja õnnetunne on see, mis paneb inimesi ikka ja jälle tagasi tulema.

2.3. Teenuste kasutamine, kättesaadavus ja kvaliteet

2.3.1. Enimkasutatavad sotsiaalteenused ja teenustega rahulolu

Ekspertide hinnangul on Võru linnas mahult kõige suuremad sotsiaalteenused koduteenus, mida kasutab ligikaudu 150 klienti, ning üldhooldusteenus (ööpäevaringne üldhooldusteenus ehk hooldekodu), mida saavad umbes 141 inimest. Need arvud näitavad selgelt, et märkimisväärne osa omavalitsuse sotsiaalvaldkonna ressursist on suunatud neile, kellel on juba tekkinud abivajadus või suur hooldusvajadus.

Teenuste kvaliteeti ja kättesaadavust hinnatakse erinevalt. Koduteenust peetakse Võrus üldiselt hästi toimivaks ja kättesaadavaks, kuid samas toodi välja ka teenuse varjukülg – teenustel olevate inimeste passiivsemaks muutumine. Näiteks on oht, et kui käiakse vanemaealise (kes on võimeline veel tegelikult poes käima) eest poes, ei pruugigi tal olla enam põhjust õue minna. Ekspertide sõnul pääseb teenusele suhteliselt kiiresti, sageli nädala jooksul, mis on positiivne erisus võrreldes suuremate linnadega. Samas tunnistatakse, et alati on arenguruumi ja teenust saaks osutada veelgi paremini.

2.3.2. Teadlikkus teenustest

Teadlikkus olemasolevatest teenustest on fookusgrupis osalejate hinnangul väga varieeruv ja sõltub suuresti inimese sotsiaalsest võrgustikust ja digipädevusest. Aktiivsed internetikasutajad või need, kel on toetavad lähedased, leiavad vajaliku info üles. Samas on suur hulk vanemaealisi, kes ei tea isegi elementaarsest teenustest, näiteks sotsiaaltranspordi võimalusest. Eriti kõnekas oli ühe eksperdi toodud näide, kus isegi aktiivsed ja mitmes ringis osalevad vanemaealised tunnistasid intervjuus, et tegelikult „meil

ei ole õrna aimu ka, mis toimub sotsiaalteenuste vallas laiemalt“. See näitab, et info ei pruugi jõuda isegi aktiivsete kogukonnaliikmeteni, rääkimata sotsiaalselt isoleeritud inimestest, kelleni on niigi raske jõuda.

2.3.3. Uute teenuste vajadus ja arengusuunad

Intervjuudes, eriti ekspertide seas, kerkis teravalt esile vajadus uute, spetsiifilistele sihtrühmadele suunatud teenuste järele, mis vastaksid ühiskonna vananemisega seotud proovikividele.

1. **Dementsusega inimeste teenused:** Kõige akuutsema ja kasvava probleemina nähti dementsusega inimeste ja nende omaste toetamise teemat. Dementsusega inimestele on vaja turvalist ja arendavat tegevust ning nende omastele hädavajalikku hingetõmbeaega.
2. **Toetatud elamine ja kaasaegne hooldekodu:** Ekspertide grupis arutati pikalt vajaduse üle luua Võrumaale kaasaegne, mitmetasandilist teenust pakkuv hooldekeskus. See peaks hõlmama nii iseseisvamaid toetatud elamise kortereid, tavahoolduse osakonda kui ka spetsialiseeritud lamava patsiendi hoolduse ja dementsusega inimeste osakondi. Hooldusteenuste maht sõltub hooldusvajaduse ulatusest, hooldekeskus saab pakkuda lisaks tavahooldusele tugiteenuseid nt tegevusterapeuti, füsioterapeuti ja iluteenused. Praegused hooldekodud on kohandatud vanadesse hoonetesse, mis ei vasta kaasaegsetele nõuetele. Uus, maakonnaülene keskus oleks strateegiline investeering, mis vastaks nii praegustele kui ka tulevastele vajadustele ja aitaks lahendada olemasolevate hooldekodude vananeva taristu probleeme.
3. **Töövõimeliste vanemaealiste potentsiaali rakendamine:** Ekspertide grupis toodi välja ka uus teema – vajadus mõelda sellele, kuidas rakendada nende 65+ vanuses inimeste potentsiaali, kes on veel aktiivsed ja sooviksid ühiskonda panustada, kuid kellel on muuhulgas vanuselise diskrimineerimise tõttu raske tööturult rakendust leida. See viitab vajadusele paindlike, osakoormusega töö- ja vabatahtliku tegevuse võimaluste loomiseks.

2.4. Info- ja abisaamise kanalid

Aruteludest ilmnes selge infolevi paradoks: kuigi infot levitatakse mitmete kanalite kaudu, ei jõua teave sageli nendeni, kes seda kõige rohkem vajaksid. Probleem ei seisne niivõrd kanalite puuduses, kuivõrd nende sobimatuses ja ebaefektiivsuses teatud sihtrühmade puhul. Ametlik kommunikatsioon, mida teostavad nii kohalik omavalitsus kui ka teenusepakkujad, tugineb valdavalt traditsioonilisele ülalt-alla massimeedia mudelile. Passiivsemad, sotsiaalselt isoleeritumad ja madalama digipädevusega vanemaealised aga ei jälgi neid kanaleid aktiivselt.

Peamised infokanalid ja nende efektiivsus on järgmised:

- **Traditsioonilised kanalid:** Kõige olulisemaks ja loetavamaks trükiväljaandeks peetakse **Võru Linna Lehte**, mis jõuab postkasti ja mida vanemaealised sirvivad. Samuti kasutatakse flaiereid ja plakateid avalikes kohtades, näiteks Kagukeskuses, kuid nende mõju on piiratud.
- **Digitaalsed kanalid:** **Facebook** on muutumas üha olulisemaks kanaliks, eriti noorema vanemaealiste põlvkonna (58–70-aastased) jaoks, kes on digimaailmaga rohkem tuttavad. Vanemate seas ja nende hulgas, kel puudub arvutikasutuse harjumus, selle kanali mõju puudub. Instagrami kui kanalit vanemaealised praktiliselt ei tunne ega kasuta.
- **Kõige tõhusam kanal – personaalne kontakt:** Mõlemad fookusgrupid rõhutasid üksmeelselt, et kõige paremini toimib suust-suhu leviv info, personaalne kutse ja usaldusväärse inimese soovitus. „Soovitamisel on jõud,“ võttis üks inimene selle kokku. See tähendab, et info liigub mööda olemasolevaid sotsiaalseid võrgustikke.

2.5. Liikumisharjumused ja keskkond

2.5.1. Liikumisviisid ja -harjumused

Vanemaealiste liikumisviisid Võru linnas on mitmekesised ja sõltuvad suuresti tervislikust seisundist, elukohast ja isikliku auto olemasolust. Neile, kes veel juhivad autot, on see eelistatuim liikumisvahend, pakkudes vabadust ja paindlikkust. Ühistransport on küll vanuses 63+ tasuta, kuid selle kasutamine just ligipääsetavuse perspektiivist on igapäevasteks tegevusteks keeruline, **nt rulaatorit kasutaval inimesel on keeruline jõuda bussipeatusesse ning minna bussipeatusest bussi peale.**

Liikumisharrastuste osas on Võru linnas ja selle ümbruses võimalusi palju: heas korras kergliiklusteed, pargid, Tamula rannapromenaad ning Kubja ja Haanja valgustatud suusa- ja matkarajad. Aktivistide sõnul on linnapildis näha kepikõndijaid ja jalgrattureid, mis viitab sellele, et osa vanemaealisi kasutab neid võimalusi aktiivselt. Samas nentis üks ekspert, et üldpildis on loodud taristu kasutamine siiski tagasihoidlik:

Kahjuks nende inimeste arv, kes neid kergliiklusteid kasutaks igapäevaselt, ei ole suurenenud.

See osutab taas lõhele aktiivsete ja passiivsete elanike vahel ning rõhutab, et ainuüksi taristu olemasolu ei taga selle kasutamist. Ekspertintervjuudes toodi välja, et liikumisharjumused on sügavalt seotud lapsepõlves ja nooruses kujunenud mustritega – kes pole harjunud regulaarselt liikuma, seda on ka vanemas eas raske alustama panna.

2.5.2. Liikuvust piiravad ja soodustavad tegurid

Kõige olulisema liikumist piirava tegurina toodi mõlemas fookusgrupis välja talvine teedehoodus ja libedus. Hirm kukkuda on suur ja see hoiab paljusid vanemaealisi pikkadel perioodidel tупpa aheldatuna. Kuigi linnaruumi üldist seisukorda ja ligipääsetavust on viimastel aastatel parandatud, on rulaatoritele-ratastoolidele endiselt probleemiks kõrged äärekivid.

Positiivse arenguna märgiti uute istepinkide paigaldamist linnaruumi, mis pakuvad vanemaealistele hädavajalikku võimalust pikematel teekondadel puhata ja on seega oluline liikumist soodustav tegur. Samuti soodustavad liikumist organiseeritud tegevused nagu võimlemisrühmad või kepikõnnigrupid, sest paljude jaoks on koos lihtsam ja motiveerivam end liigutada. Nagu ka teiste tegevuste puhul, on võtmeroll sotsiaalsetel suhetel ja eestvedajatel.

2.6. Elamistingimused ja eluasemega toimetulek

2.6.1. Eluaseme lõks kui sotsiaalse ja majandusliku heaolu keskne takistus

Fookusgruppide aruteludest selgub, et ebasobiv eluase ei ole vanemaealiste jaoks lihtsalt üks probleem teiste seas, vaid keskne sõlmprobleem, mis tekitab ja süvendab paljusid teisi muresid. Ekspertide hinnangul elab suur osa Võru vanemaealistest nõukogudeaegsetes kortermajades, sageli suurtes (kolme- või neljatoalistes) korterites, mis on nende isiklikus omandis. Paljud neist elavad üksi, olles jäänud sinna pärast laste lahkumist või abikaasa surma.

See olukord loob mitmetahulise lõksu:

- 1. Füüsiline:** liftita maja ülemisel korrusel asuv korter muutub vanuse ja terviseprobleemide süvenedes peaaegu vanglaks. See takistab ligipääsu teenustele, sotsiaalsele elule ja isegi värsketele õhule, kiirendades tervise halvenemist ja suurendades hooldusvajadust.
- 2. Majanduslik:** suure korteri kõrged ülalpidamiskulud, eriti talveperioodil, neelavad ebaproportsionaalselt suure osa sissetulekust (pensionist). See jätab inimestele vähem vahendeid muuks tarbimiseks ja sunnib kokku hoidma esmatarbekaupade, toidu ja ravimite arvelt. Üks ekspert kirjeldas olukorda vanemaealist tsiteerides: „Ma talvel siis lihtsalt süön vähem“. See on otseses seoses dokumendianalüüsis esitatud statistikaga, mis näitab üksi elavate vanemaealiste kõrget majanduslikku haavatavust.

- 3. Sotsiaalne:** koduseinte vahele jäämine viib paratamatult sotsiaalse isolatsiooni, üksilduse ja vaimse tervise probleemideni, mis omakorda vähendavad motivatsiooni ja võimekust olukorra muutmiseks.

2.6.2. Elukoha vahetamise valmidus ja takistused

Fookusgruppide üksmeelne hinnang on, et vanemaealised on äärmiselt tõrksad oma kodust lahkuma, isegi kui asjaolud on muutunud ebasobivaks ja koormavaks. „Nad ei taha oma kodust ära minna,“ kinnitab ekspert korduvalt. Selle taga on sügavad emotsionaalsed põhjused (kiindumus kodusse, mälestused, turvatunne) ja ka väga praktilised takistused: kolimine on logistiliselt keeruline ja füüsiliselt raske. Lisaks on takistuseks eluaegse vara ja esemete hulk, millest on raske loobuda. „Elusees ei viska ära neid tumepunaseid ENE-sid,“ kirjeldas üks ekspert sentimentaalset väärtust omava vara probleemi.

Isegi kui kohalik omavalitsus pakuks spetsiaalset kolimisteenust, mis aitaks juriidiliste ja praktiliste küsimustega, ei pruugi see olla piisav ületamiseks emotsionaalset barjääri. Fookusgruppides leiti, et noorem vanemaealiste põlvkond võib olla muutustele avatum ja mõtleb juba teadlikumalt oma eluaseme tulevikule, kuid 80+ vanuses peetakse elukoha vahetust enamasti ebarealistlikuks.

2.7. Täiendavad tähelepanekud teiste uurimisküsimuste lõikes

2.7.1. Koostöö noortega

Põlvkondadevahelises koostöös nähti mõlemas fookusgrupis suurt potentsiaali, kuid tunnistati ka elluviimise keerukust. Positiivse näitena toodi korduvalt esile Võrumaa Keskraamatukogu projekti "Muna õpetab kana", kus noored õpetavad vanemaealistele digioskusi. See on osutunud väga positiivseks kogemuseks mõlemale poolele: vanemaealised saavad praktilist abi ja tunnevad end kaasatuna, noored aga saavad väärtusliku õpetamiskogemuse ja tunnevad end vajalikuna.

Koostöövõimalusi nähti ka ühistes näiteringides, kokandus- ja remondinurkades, kus saaks toimuda loomulik teadmiste ja oskuste vahetus. Samas on praktilisi takistusi: noorte ja vanade erinev elurütm – „Noored magavad kaua ja vanemad tulevad vara üles“ –, erinevad huvid (nutiseadmed kui peamine ajaviide noorte seas) ja sihtrühmade kaasamise üldine keerukus teevad koostöö organiseerimise raskeks. Edukad projektid on pigem erandid, mis nõuavad suurt korraldustööd ja pühendunud eestvedajaid.

2.7.2. Üldine rahulolutase eluga Võru linnas

Ekspertide fookusgrupis valitses valdavalt positiivne hinnang Võru linnale kui elukeskkonnale. Korduvalt toodi esile linna tugevusi: rahu, vaikus, turvalisus ja puhas keskkond. Kiideti viimase kümne aasta arengut, mil on paranenud taristu ja kaunimaks muutunud linnapilt.

Samuti hinnati kõrgelt kvaliteetsete kultuuriürituste rohkest ja kättesaadavust, mida pakub näiteks kultuurimaja Kannel. Võrdluses teiste Lõuna-Eesti väikelinnadega nagu Põlva või Valga, peeti Võru kultuurielu oluliselt elavamaks. Olulise tugevusena mainiti ka toimivat kogukonnatunnet ja sotsiaalset võrgustikku, kus inimesed tunnevad üksteist ja abi on vajadusel kättesaadavam kui suures anonüümses linnas. Need tegurid kokku loovad vanemaealiste jaoks turvalise ja meeldiva elukeskkonna, isegi kui esineb mitmeid praktilisi katsumusi seoses teenuste ja ligipääsetavusega.

3. Vanemaealiste vaade – kvantitatiivse analüüsi tulemused

Selles peatükis anname ülevaate, millised on vanemaealiste Võru linna elanike⁴ elamistingimused, tervis, liikumisharjumised ja -võimalused ning hinnangud linnaga seotud aspektidele, sh sotsiaalteenuste ning vaba aja ja kogukondlike tegevuste kohta. Peatükk tugineb vanemaealiste (58+) seas läbi viidud küsitlusele ning peegeldab vastajate enda hinnanguid (vt küsitluse meetodika kohta täpsemalt allpool „Lisa 1. Meetodid ja andmed“). Küsitlusele vastas kokku 579 inimest.

Esitatud on peamine kirjeldav statistika ning sooline võrdlus⁵. Sooliste erinevuste tõlgendamisel tuleb arvestada, et küsitlusele vastajate seas oli meeste osakaal oluliselt väiksem kui naiste oma (vastavalt 22% ja 76%, vt vastajate profiili kohta täpsemalt allpool „Lisa 1. Meetodid ja andmed“), mistõttu tuleb soolisi erinevusi tõlgendada ettevaatlikkusega – need osutavad võimalikele tendentsidele, kuid ei pruugi kajastada süstemaatilisi või üldistatavaid erinevusi kogu linna vanemaealiste meeste ja naiste vahel. Lisaks on jäetud soolisest võrdlusest kõrvale sookategooria „muu“, mis ole piisav eraldi analüüsi läbiviimiseks väikese vastajate arvu tõttu.

3.1. Elamistingimused

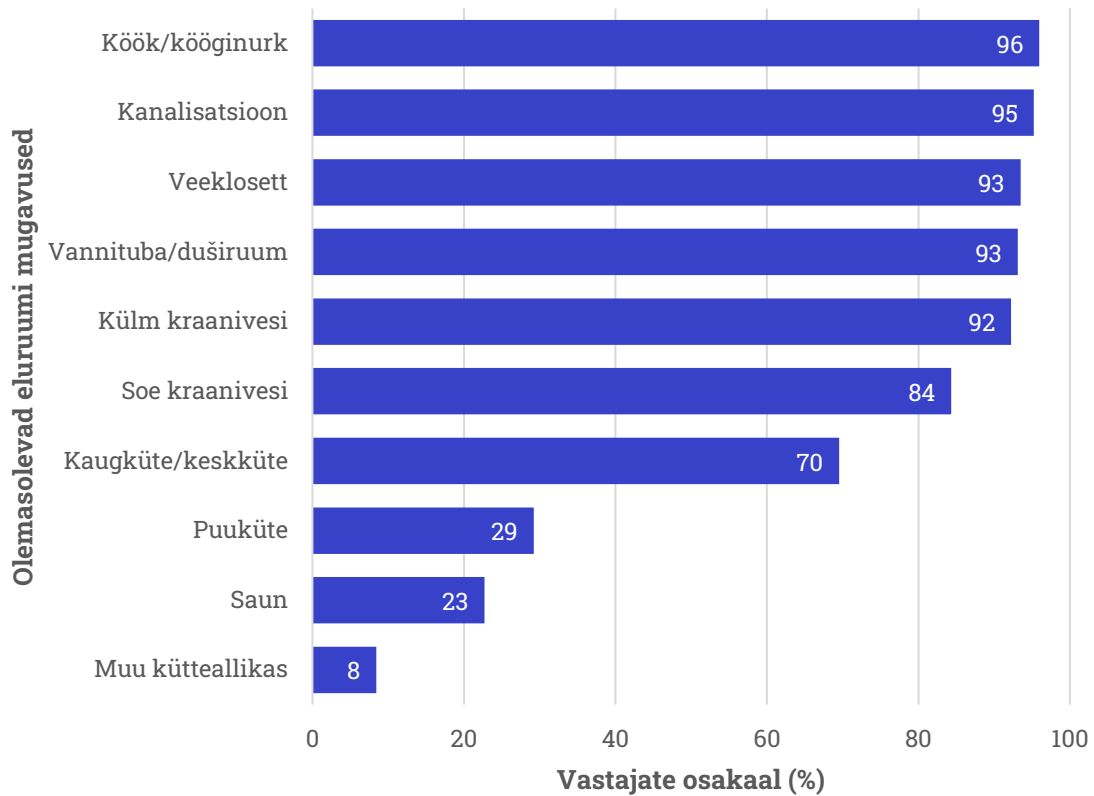
Küsitlusele vastanutest elab 72% kortermajas, 23% ühepereelamus ning 6% muud tüüpi elamus (n=564, NA=5)⁶.

Enamike vanemaealiste kodud on varustatud põhiliste mugavustega. Üle 90% vastajatest märkis, et nende eluruumis on olemas köök/kööginurk (96%), kanalisatsioon (95%), veeklosett (93%), vannituba/duširuum (93%) ning külm kraanivesi (92%) (vt joonis 1). Soe kraanivesi on olemas 84%-l vastajatest. Saun kui täiendav mugavus on olemas veidi alla viiendikul (23%). Kütteallikatest on enim levinud kaug- või keskküte (70%), puukütet kasutavad veidi alla kolmandiku vastajatest (29%) ning 8%-l on muu kütteallikas (eri tüüpi soojuspumbad, sh õhk-õhk, õhk-vesi, maaküte; elektriküte, sh radiaatorid ja boilerid; pelletiküte).

⁴ Siin ja edaspidi on läbivalt kasutatud küsitluse sihtrühma nimetusena „Võru linna elanikud“, mille alla on paigutatud ka väike osa vastajaid (4%), kes elavad Võru maakonnas.

⁵ Analüüsis on protsendid läbivalt ümardatud täisarvuni, alla 1% osakaale kuvatakse ühe kümnendkohani. Ümardamise tõttu ei pruugi ühe valikvastusega küsimuste osakaalud kokku moodustada täpselt 100%. Mitme vastusevariandiga küsimustes on protsendid arvutatud iga variandi lõikes ning osakaalude summa võib ületada 100%.

⁶ Siin ja edaspidi tähistab „n“ küsitlusankeedi küsimus(t)ele vastajate arvu (mis on protsentarvutuste aluseks) ning „NA“ nende vastajate arvu, kes jätsid vastuse(d) märkimata (tabelites märgitud kui „teadmata“).



Joonis 1. Vastanute eluruumis olemasolevad mugavused (n=568, NA=1). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

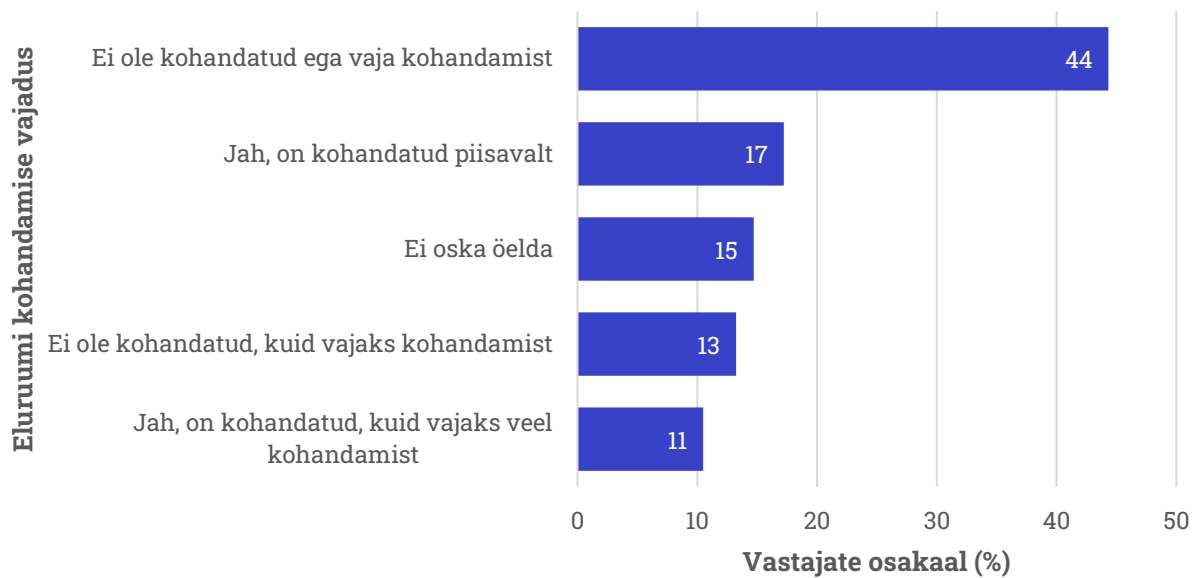
Kõige sagedamini tõid vastajad elamistingimustega seotud probleemina esile liigse kulukuse (17% vastajatest) (vt joonis 2). Samuti märgiti mitmeid ligipääsetavusega seotud murekohti, sh raskusi liikumisel korterist sisse või välja (13%), raskusi liikumisel elamusse sisse või välja (5%), raskendatud ligipääs mõnda tuppa (5%) ning raskesti ligipääsetav elukoht (3%). Harvemini tõstatatud temadeks olid probleemid eluruumi seisukorraga ning mugavusega, sh eluruumi halb seisund (8%), liiga vähe tube või kitsas eluruum (8%), liiga külm või soe eluruum (6%), liiga suur eluruum (4%) ning puuduv võimalus omaette olla (3%). 7% vastajatest mainis muid elamistingimustega seotud probleeme (nt kärarikas, saastatud elupiirkond, sadevete probleem, probleemne naaber, puudulik tänavavalgustus jm). Kokkuvõttes peegeldavad vanemaealiste vastused, et **peamised mured on seotud eluaseme ligipääsetavuse ja taskukohasusega, millele lisanduvad probleemid eluruumi seisukorraga ja sobivusega igapäevaeluks.**



Joonis 2. Vastanud elamistingimuste probleemide lõikes (n=540, NA=29). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Vanemaealiste eluasemeprobleemid erinevad mõnevõrra elamutüübi lõikes. Ühepereelamus elavatest vastajatest leidis küll enamik, et probleeme pole (64%), kuid murekohana toodi eeskätt välja liigset kulukust (11%) ning eluruumi halba seisundit (9%). Ka kortermajades elavatest vastajatest leidsid üle poole, et probleeme pole (54%), samal ajal tekitavad muret eluruumi kulukus (20%) ning liikumise raskendus lifti puudumise tõttu (17%).

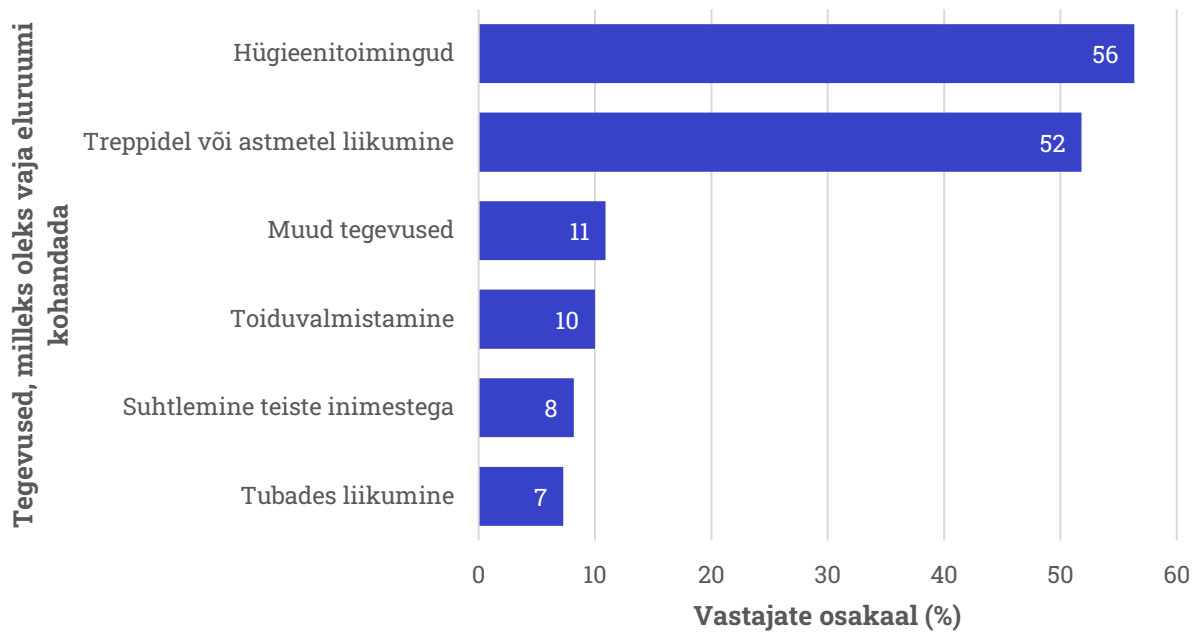
Kuigi veidi suurem osa vanemaealistest ei vaja eluruumi kohandamist, on ligikaudu sama suur osakaal neid, kelle jaoks on kohandamise teema aktuaalne, et tagada parem toimetulek terviseseisundi või -piirangute korral. Veidi alla poole vastajate (44%) eluruum ei ole kohandatud ning neil ei ole ka kohandamise vajadust mõnest haigusest, puudest või muust tervisepiirangust tingitult (vt joonis 3). Samas märkis ligi 41% vastajatest, et kohandamise teema on nende jaoks aktuaalne – 17% vastas, et eluruum on kohandatud piisavalt; 13% ütles, et eluruum ei ole kohandatud, kuid vajaks seda; ning 11% leidis, et kuigi eluruum on juba osaliselt kohandatud, vajaks see veel täiendusi. Kokku puudutab hetkel eluruumi (täiendava) kohandamise vajadus seega ligikaudu neljandikku (24%) vanemaealistest. 15% vastanutest ei osanud küsimusele vastata.



Joonis 3. Vastanute mõnest haigusest, puudest või muust tervisepiirangust tingitud vajadustele eluruumi (veel) kohandamise vajadus (n=476, NA=93). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Kohandamisvajaduste võrdlemisel elamutüübi lõikes ilmneb, et ühepereelamutes on kohandusi sagedamini juba tehtud. Ühepereelamutes elavatest vanemaealistest on kohandused tehtud veidi üle kolmandikul (36%, millest 19%-l piisavalt kohandatud ja 16%-l kohandatud, kuid vajab veel kohandamist). Kortermajades on tehtud kohanduste osakaal madalam (25%, millest 17%-l piisavalt kohandatud ja 8%-l kohandatud, kuid vajab veel kohandamist). Rahuldamata kohandamisvajadus ehk tegemata kohandused, kuigi neid oleks vaja, on 6%-l ühepereelamutes elavatest vastajatest ning 14%-l kortermajas elavatest vastajatest.

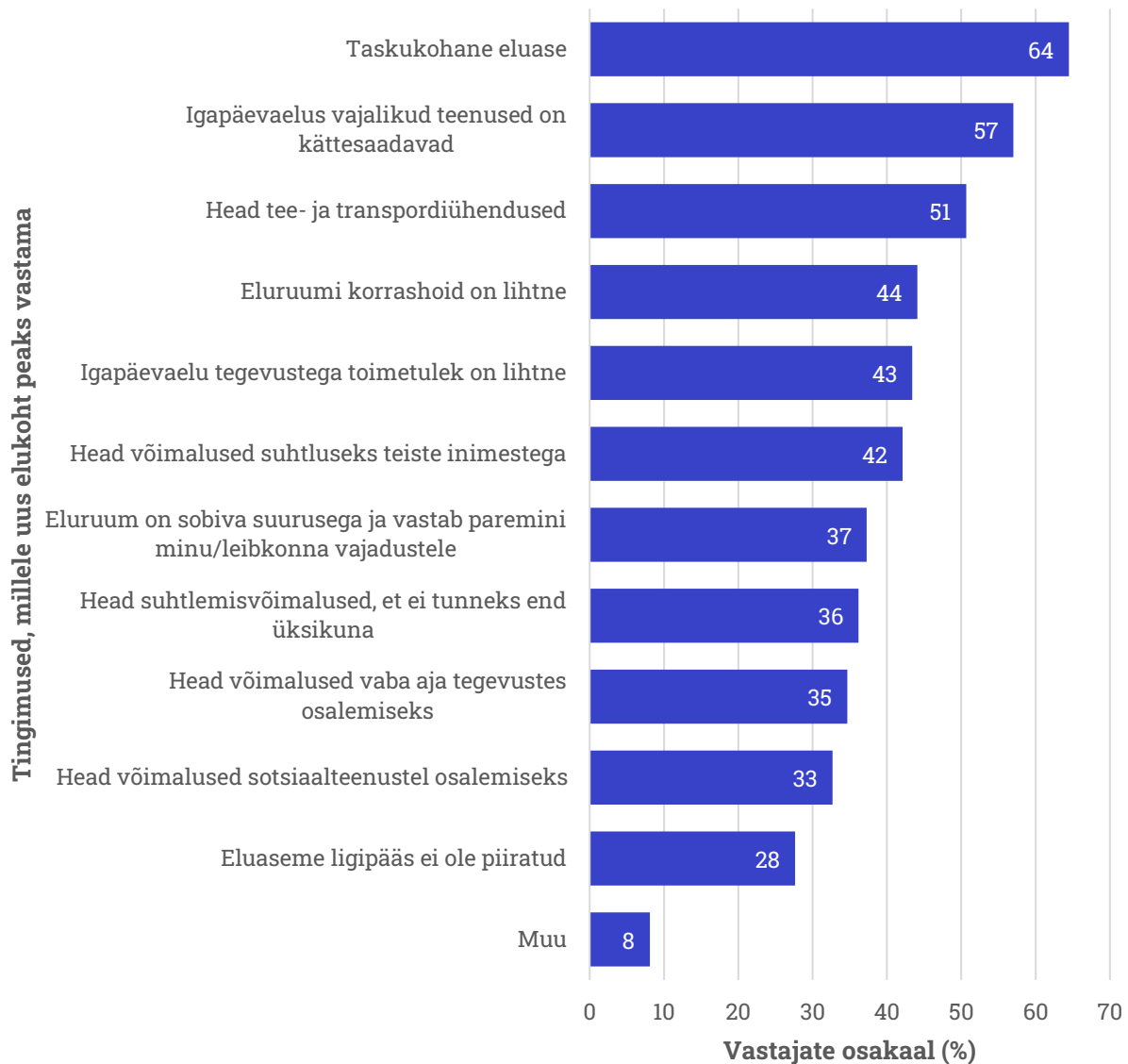
Veel kohandamise vajadust märkinud vastajad töid eelduslike tegevustena kõige sagedamini esile hügieenitoimingud (56%) ning liikumise treppidel või astmetel (52%) (vt joonis 4). Mõnevõrra vähem mainiti muid tegevusi (nt kodu koristamist või üldisemalt mugavamalt elamist, sh remondivajadust) (11%) ja toiduvalmistamist (10%). Samuti esineb vähemal määral vajadus kohanduste järele seoses suhtlemisega teiste inimestega (nt telefoni või uksekella paigaldamine, internet jms) (8%) ning liikumisega tubades (7%). Need tulemused viitavad, et **kõige suurem kohandamise vajadus on seotud liikumise ja isikliku toimetuleku tagamisega.**



Joonis 4. Veel kohandamist vajava eluruumiga vastanud tegevuste lõikes, milleks oleks vaja eluruumi kohandada (n=110, NA=3). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Eluaseme vahetust on viimase aasta jooksul kaalunud umbes 15%, samal ajal kui enamik (85%) ei ole seda kaalunud (n=539, NA=30).

Kui vastajatel tekiks vajadus või võimalus oma eluaset muuta, peetakse kõige olulisemaks uue elukoha taskukohasust – seda nimetas ligi kaks kolmandikku vastanutest (64%) (vt joonis 5). Väga tähtsaks peetakse ka igapäevaeluks vajalike teenuste (nt toidupoe, raamatukogu vm) head kättesaadavust (57%) ning häid tee- ja transpordiühendusi (nt kergliiklustee või bussipeatuse olemasolu) (51%). Veidi vähem kui pooled vastanutest pidasid oluliseks ka eluruumi korrashoiu lihtsust (44%) ja igapäevaste tegevustega toimetuleku lihtsust (nt toidutegemisega, liikumisega jm) (43%). Samuti mainiti vajadust, et elukohas oleks head võimalused teiste inimestega suhtlemiseks (nt interneti võimalus) (42%) ning et eluruum oleks sobiva suurusega ja vastaks leibkonna vajadustele (37%). Mõnevõrra vähem rõhutati suhtlemis- ja vaba aja veetmise võimalusi (36% ja 35%), sotsiaalteenuste kättesaadavust (33%) ning eluasemele ligipääsu (nt kaldtee või lifti olemasolu jmt, 28%). 8% märkis, et uus elukoht peaks vastama muudele tingimustele – toodi välja nii isiklike eelistusi (nt oma aia, rõdu või privaatsauna olemasolu) kui ka korteri paiknemist esimesel või teisel korrusel jm. Kokkuvõttes näitavad küsitluse tulemused, et **vanemaaliste seas peetakse kõige olulisemaks, et uus eluase oleks taskukohane ja hästi ühendatud vajalike teenuste ning transpordiga, kuid hinnatakse ka eluruumi mugavust, lihtsat hooldust ja võimalusi sotsiaalseks aktiivsuseks.**

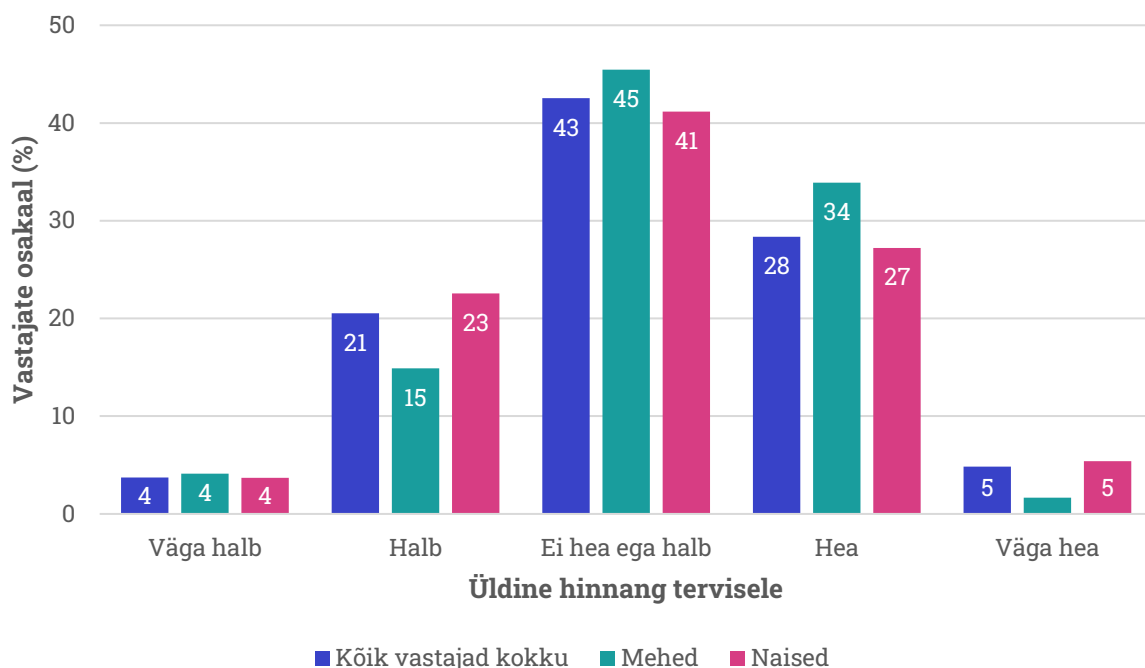


Joonis 5. Vastajate osakaal tingimuste lõikes, millele uus elukoht peaks vastama (n=456, NA=113). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Kui enamik vastanutest (67%) leidis, et linna poolt pakutav teenus uue elukoha leidmisel, kolimisel ja sisseelamisel ei oleks neile vajalik, märkis siiski kolmandik vastanutest (33%), et sellisest teenusest oleks neile abi (n=428, NA=141). Järelikult võiks arvestatava osa vanemaealiste jaoks taoline linnapoolne toetus hõlbustada elukoha vahetust. Taolist elukohavahetuse teenust vajalikuks pidajate seast mainiti enim vajadust kolimisabi ja -teenuse järele, sealhulgas transpordi ja asjade veo ning kolimisega seotud kulude katmist. Oluliseks peeti ka toetust sobiva elukoha leidmisel (sh pakkumiste infole ligipääsu).

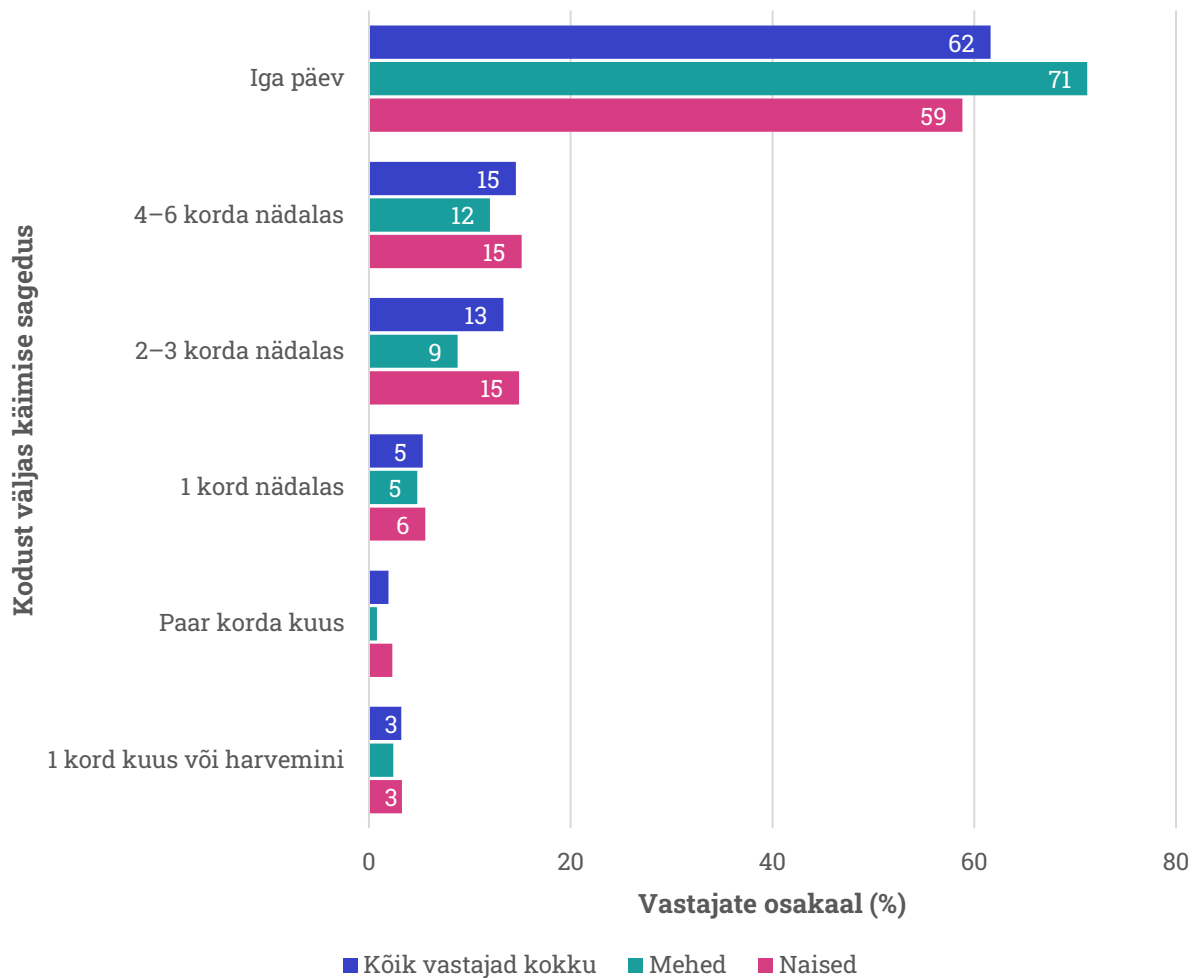
3.2. Tervis, liikumisharjumused ja -võimalused

Kuigi märkimisväärne osa vastanuist hindab oma tervist positiivselt, jääb enamik neutraalseks. Kõige suurem osa (43%) vastanutest hindas oma tervist ei heaks ega halvaks, samas kui pea kolmandik (33%) andis positiivse hinnangu – neist 28% hindas oma tervist heaks ja 5% väga heaks (vt joonis 6). Negatiivse hinnangu andis neljandik vastanutest (21% hindas oma tervist halvaks ja 4% väga halvaks). Analüüsist selgub, et mehed hindavad oma tervist veidi positiivsemalt kui naised. Heaks või väga heaks hindas oma tervist ligikaudu 36% meestest ja 32% naistest, samal ajal kui halvaks või väga halvaks hindas oma tervist 19% meestest ja 27% naistest.



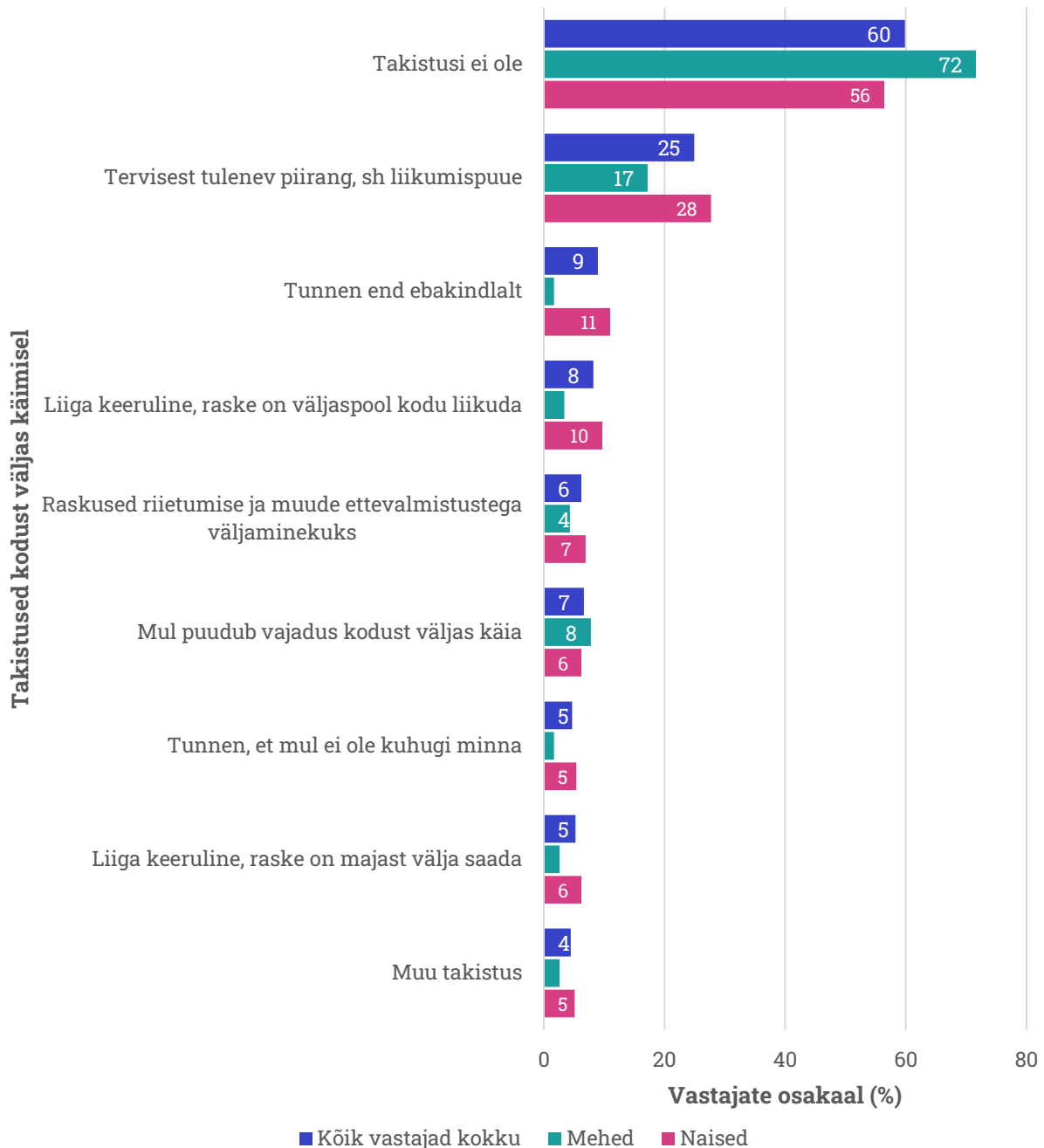
Joonis 6. Vastanute üldine hinnang oma tervisele (n=536, NA=33). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Enamik vanemaealistest käib oma kodust väljas igapäevaselt – seda märkis ligi kaks kolmandikku vastajatest (62%) (vt joonis 7). Mitu (kaks kuni kuus) korda nädalas liigub kodust välja veidi üle neljandiku (28%, millest 15% käib neli kuni kuus korda nädalas ja 13% kaks kuni kolm korda nädalas väljas). Üks kord nädalas käib kodust väljas 5% ning sellest veel harvemini (paar korda kuus või vähem kui kord kuus) samuti umbes 5%. Soolise jaotuse põhjal ilmneb, et mehed käivad igapäevaselt kodust väljas sagedamini kui naised (vastavalt 71% ja 59%), samas naiste seas on võrreldes meestega veidi suurem osakaal neid, kes käivad kodust välja mitu korda nädalas (30% võrreldes meeste 21%-ga).



Joonis 7. Vastanute kodust väljas käimise sagedus (n=563, NA=6). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

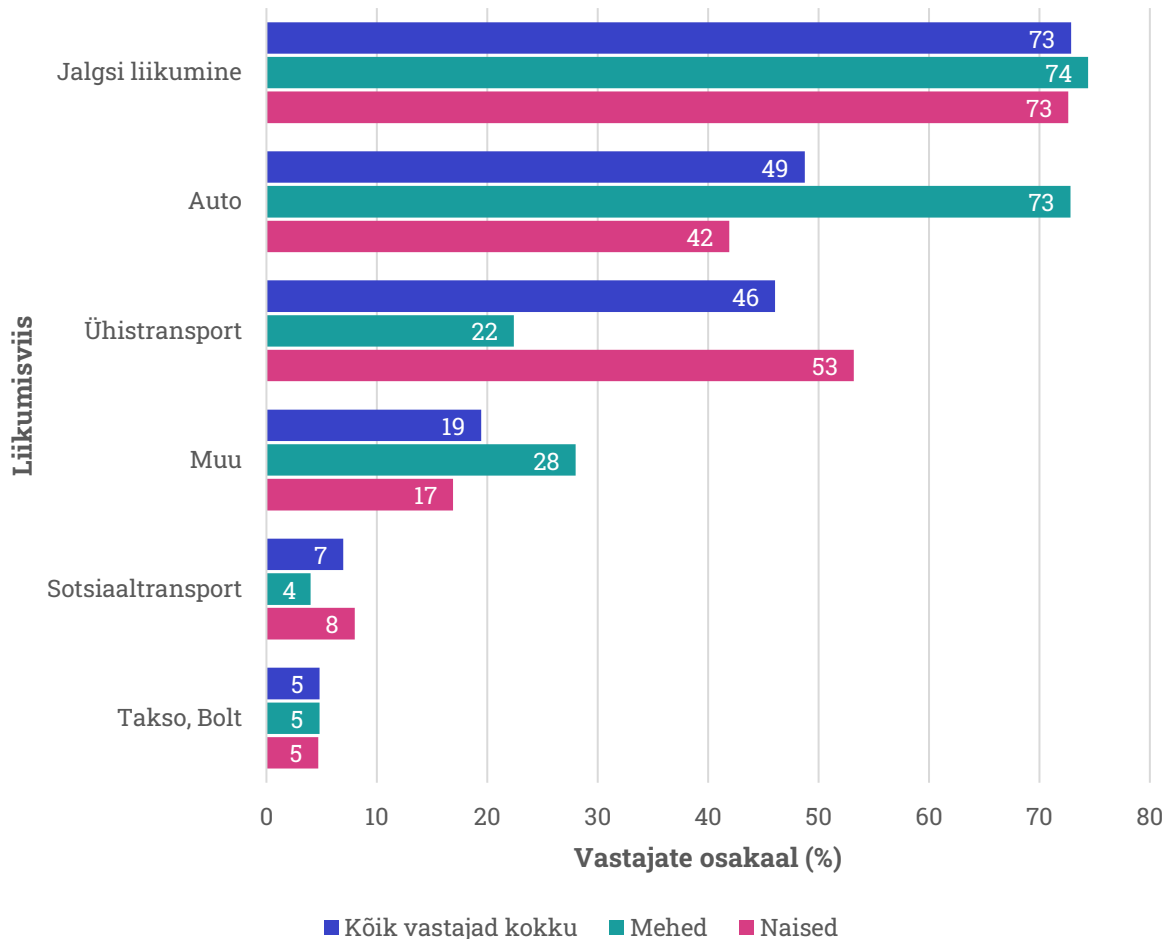
Üle poole vanemaealistest (60%) märkis, et neil pole takistusi kodust väljas käimisel (vt joonis 8). Neljandik (25%) märkis samas, et kodust väljas käimist takistab neil tervisest tulenev piirang. Liigset keerukust väljaspool kodu liikumisel või majast välja saamisel mainis 13% vastajatest ning raskusi riietumisel ja muude ettevalmistustega väljaminekuks 6%. Ebakindlust kodust väljas käimisel tunneb 9% kõigist vastanud vanemaealistest. 5% vastanutest tunneb, et neil ei ole kuhugi minna ning 4% kogeb mõnda muud takistust kodust väljas käimisel – näiteks toodi takistustena välja tulirelvade lasud polügoonil, liiga kaugel asuvad bussipeatused, puhkamiseks puuduvad pingid või ka halva ilma (sh talvel hooldamata ja libedad teed). Soolise võrdluse põhjal võib öelda, et mehed tajuvad takistusi harvem – 72% meestest ütles, et neil pole üldse takistusi kodust väljas käimisel, samas kui naistest märkis seda 56%. Samuti on tervisest tulenevad piirangud naiste seas veidi sagedasemad (28% võrreldes meeste 17%-ga).



Joonis 8. Vastanute takistused kodust väljas käimisel (n=513, NA=56). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

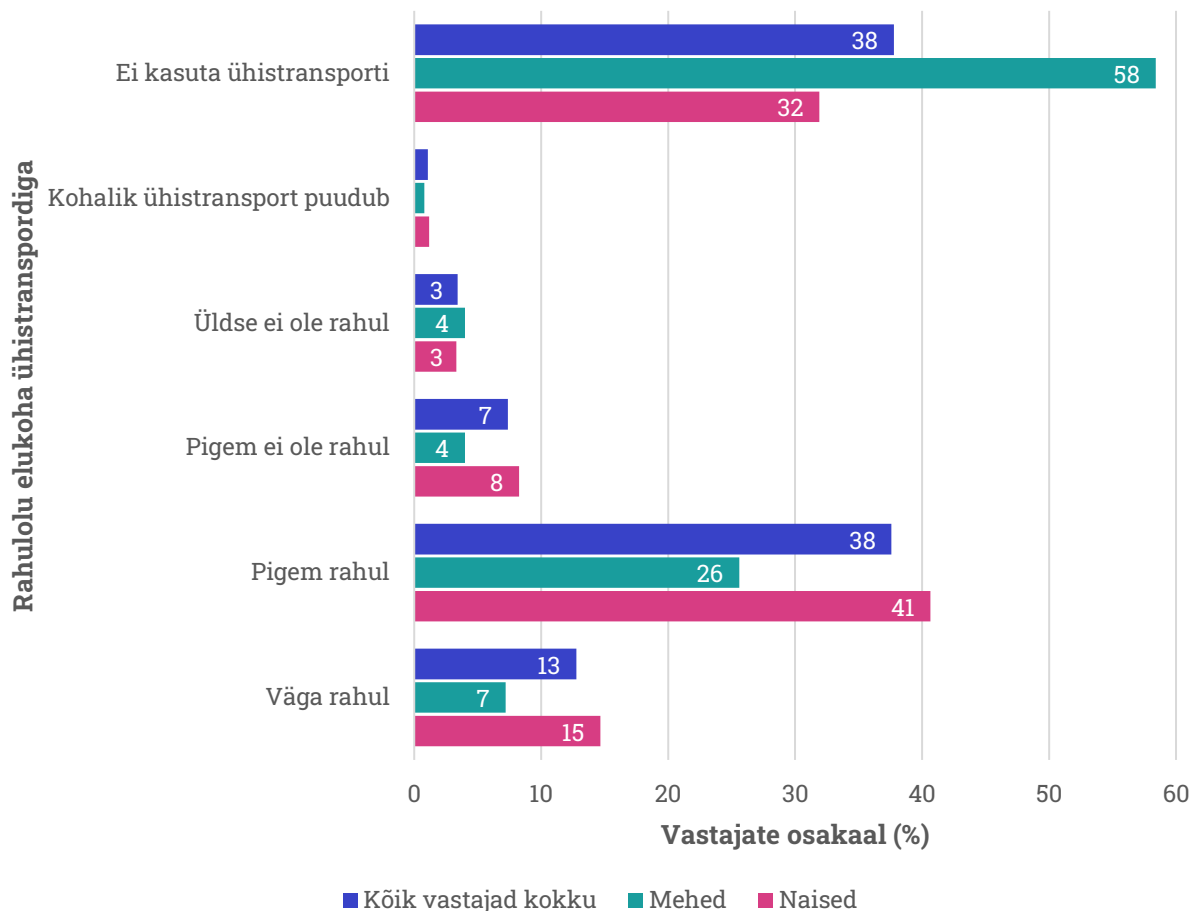
Vanemaealiste liikumisviisid Võru linnas on mitmekesised ning erinevaid transpordivahendeid kasutatakse läbiseigi (vt joonis 9). **Märkimisväärne osa vastanuisst (73%) liigub jalgsi.** Mõned vanemaealised täpsustasid seejuures, et nad vajavad abistavat liikumisvahendit, nt rulaatorit või kõnnikeppi. **Pea pooled liiguvad autoga (49%) või kasutavad ühistransporti (46%).** Mõned täpsustasid siinkohal, et autoga liiguvad nad siis, kui keegi lähedane või saatja neid sõidutab. Sotsiaaltranspordi kasutamist märkis 7% vastanutest, takso või Bolti teenuse kasutamist 5%. Ligi viiendik (19%) mainis ka muu liikumisviisi

kasutamist – enim toodi välja jalgrattaga sõitmist (nt suvel või kui tervis parajasti lubab), kuid üksikutel juhtudel mainiti ka ATV-d või rollerit. Soolises lõikes eristuvad liikumisviisid märgatavalt: mehed kasutavad oluliselt sagedamini autot (73% meestest ja 42% naistest), samas kui naised rohkem ühistransporti (53% naistest ja 22% meestest).



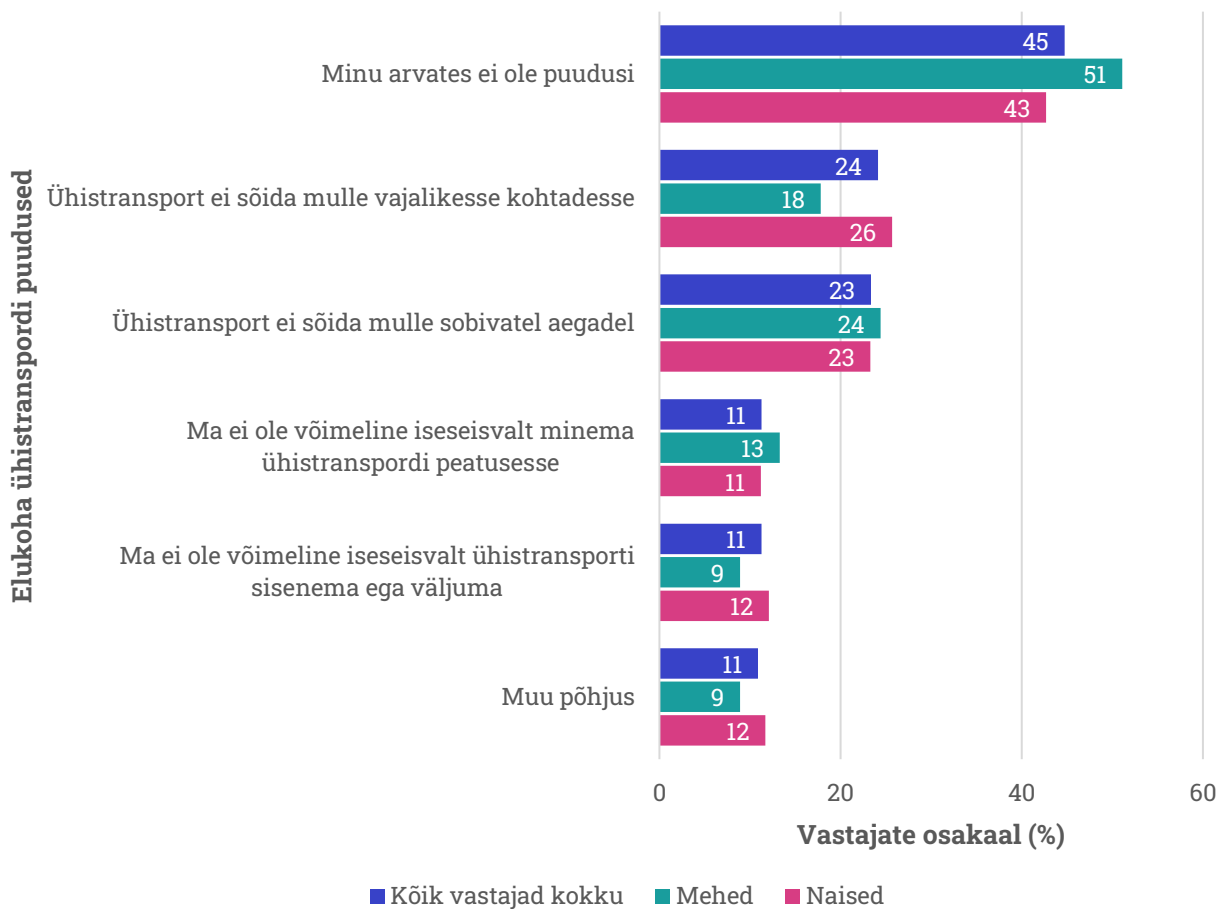
Joonis 9. Vastanute liikumisviisid Võru linnas (n=560, NA=9). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Üldiselt on kohaliku ühistransporti kasutavad vanemaealised sellega rahul, ehk ühistransport võimaldab neil käia nende jaoks olulisemates kohtades (vt joonis 10). Umbes pooled kõigist vastanutest (51%) olid oma elukoha ühistranspordiga pigem või väga rahul. Pigem või üldse ei ole rahul kohaliku ühistranspordiga vaid 10% vastajatest. Samal ajal märkis üle kolmandiku (38%), et nad ei kasuta ühistransporti, kuigi selle puudumisele viitasid vaid vähesed. Sooline võrdlus näitab, et naiste seas on rahulolu ühistranspordi toimimisega kõrgem (pigem rahul on 41% naistest ja väga rahul 15%, meestest vastavalt 26% ja 7%). Samas tuleb siinkohal arvestada, et naised on aktiivsemad ühistranspordi kasutajad (meestest märkis ühistranspordi mitte kasutamist lausa 58%), mistõttu andis enam naisi ka rahuloluhinnangu.



Joonis 10. Vastanute rahulolu oma elukoha ühistranspordiga (n=556, NA=13). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

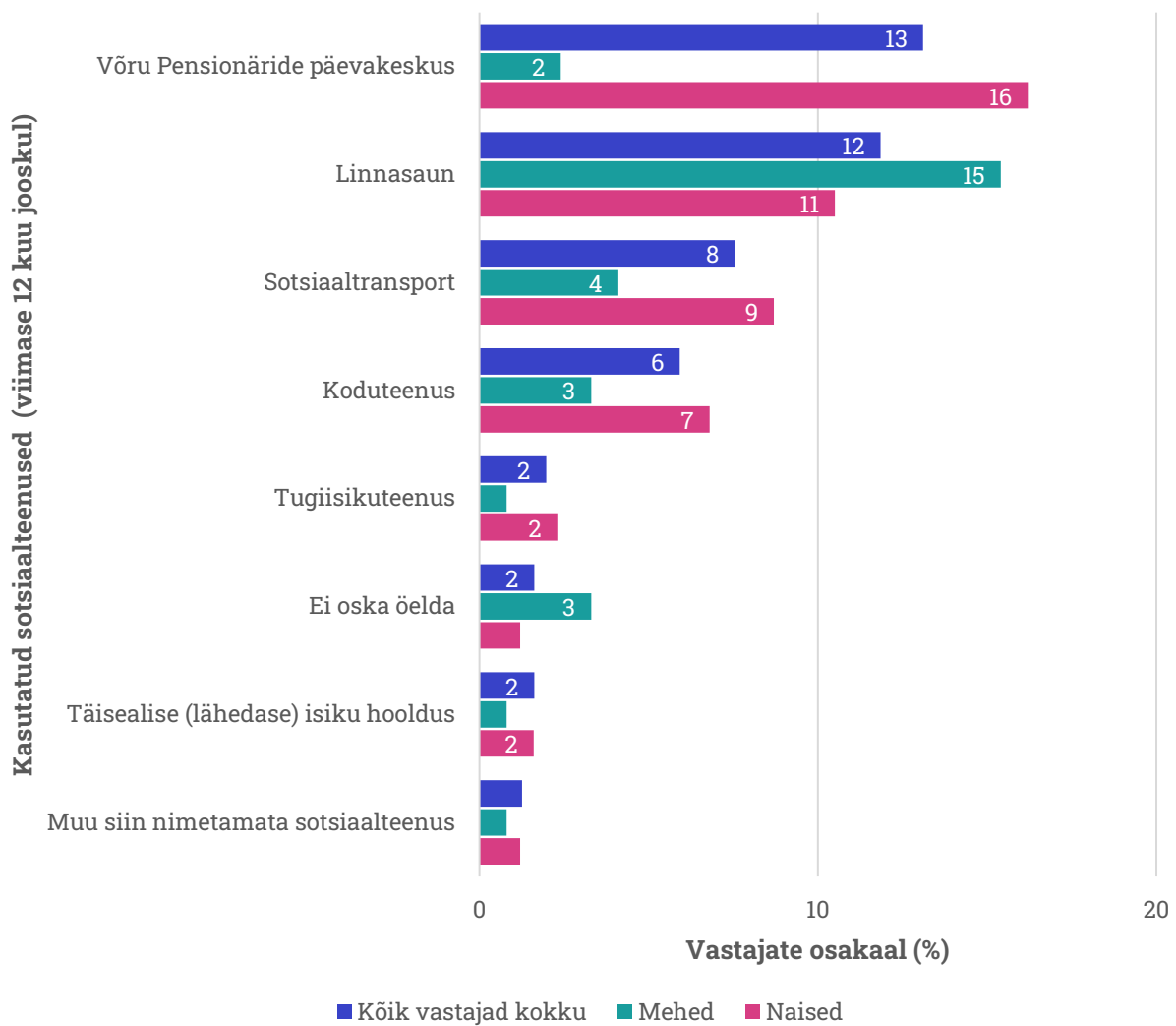
Üllataval kombel leiab pea pool (45%) neist, kes on ühistranspordiga pigem rahul või rahulolematud (pigem mitte rahul või üldse mitte rahul), et nende elukoha ühistranspordil pole puudusi (vt joonis 11). **Ligi neljandik märgib, et ühistransport ei sõida neile vajalikesse kohtadesse (24%) või ei sõida see nende jaoks sobivatel aegadel (23%).** Vähemal määral on vastajaid, kes ei ole võimelised iseseisvalt minema peatusse või sisenema ega väljuma (mõlemaid 11%). Samapalju vastajaid (11%) toob puudusena välja mõne muu põhjuse, näiteks märkisid mõned, et bussipeatused on liiga kaugel või puuduvad ning bussi sisenemine on raske, kuna buss peatub peatusest kaugel või on sisenemisel kõrgem aste. Ka kõrgendusi busside sees mainis paar vanemaealist probleemina. Lisaks tõi paar vastajat välja, et ühistranspordi liinid ja graafikud on raskesti leitavad. Suuri soolisi erisusi ühistranspordi puuduste tajumisel seejuures ei ole, kuid mõned väiksemad erinevused vanemaealiste naiste ja meeste vahel siiski kerkivad esile. Meestest märkis rohkem (51% võrreldes naiste 43%-ga), et nende elukoha ühistranspordil pole puudusi, samas kui naised tõid sagedamini välja probleemi, et ühistransport ei sõida neile vajalikesse kohtadesse (26% võrreldes meeste 18%-ga).



Joonis 11. Vastanute hinnangud oma elukoha ühistranspordi puudustele (n=257, NA=12). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

3.3. Võru linna sotsiaalteenused

Üle kahe kolmandiku vastanutest (69%) ei kasuta hetkel ega ole kasutanud viimase 12 kuu jooksul ühtegi Võru linna sotsiaalteenust. Seejuures on mittekasutanuid meeste seas enam (76% võrreldes naiste 67%-ga). 2% vastajatest ei osanud öelda, kas nad kasutavad või on kasutanud sotsiaalteenuseid. Viimase 12 kuu jooksul kasutatud sotsiaalteenustest tõusid kõige rohkem esile Võru Pensionäride päevakeskus (13%) ja linnasaun (12%) (vt joonis 12). Samuti mainiti sotsiaaltranspordi (8%) ja koduteenust (toidutoomine, asjaajamine, abistavad toimingud jne) (6%). Marginaalne osa on kasutanud tugiisikuteenust või täisealise (lähedase) isiku hooldusteenust (mõlemat umbes 2%). Üksikud vastajad märkisid muu sotsiaalteenuse, sh võlanõustamise või eluruumi tagamise teenuse kasutamist. Sooline jaotus näitab, et naised on aktiivsemad sotsiaalteenuste kasutajad – eriti paistab see välja Võru Pensionäride päevakeskuse puhul (16% võrreldes meeste 2%-ga).

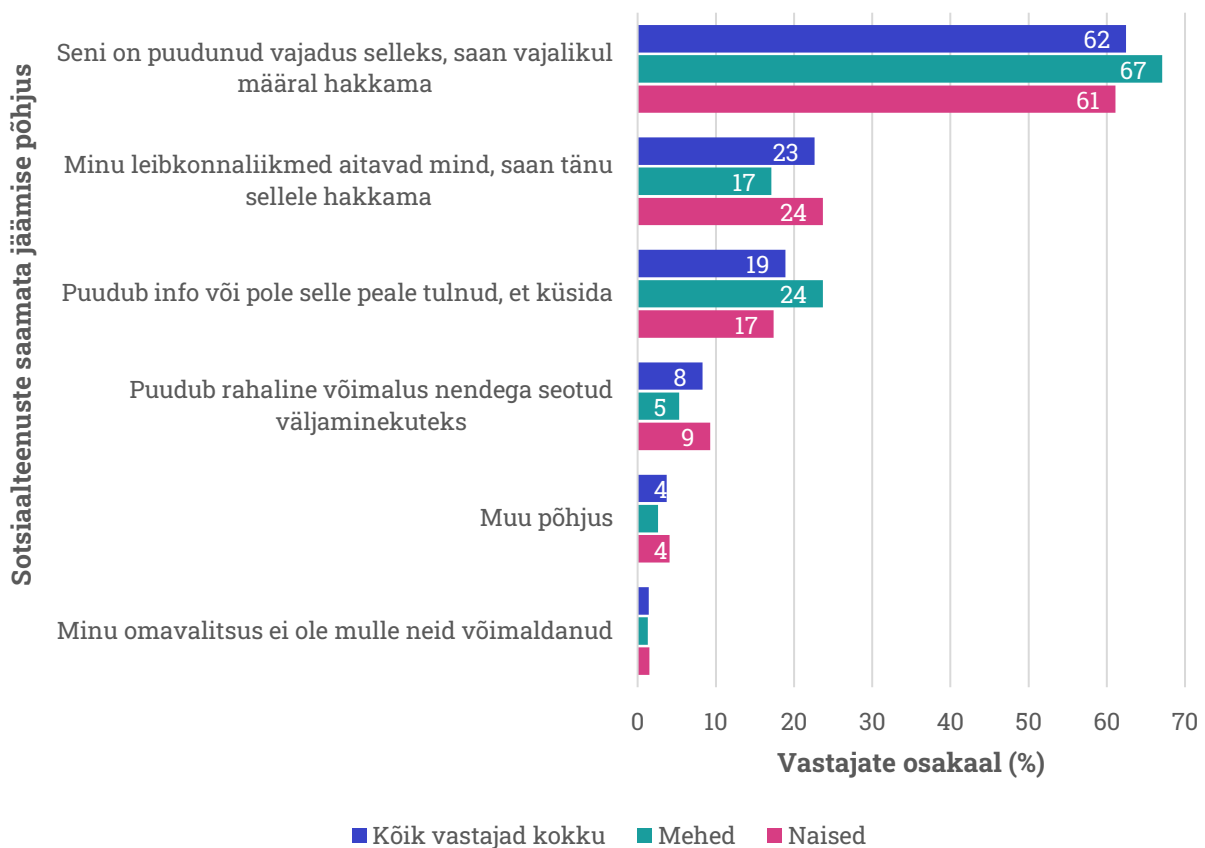


Joonis 12. Vastanute seas Võru linna sotsiaalteenuste kasutamine praegu või viimase 12 kuu jooksul (n=557, NA=12). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Seejuures märkis enamik vastajatest (84%), et nad ei tunne hetkel puudust ühestki teenusest, samal ajal kui alla viiendiku vastajatest (16%) tunneb puudust mõnest teenusest (n=440, NA=129). Selle jaotuse puhul pole sooliselt märkimisväärseid erinevusi, meeste ja naiste vastused erinevad 3–4 protsendipunkti võrra. Need vanemaealised, kes tunnevad puudust mõnest teenusest, nimetasid vajamineva abina kõige rohkem hooldusteenuste ja igapäevaabiga seonduvat (nt koduhooldus, ratastooli töstmine, koristus, pesemisteenus, ahju kütmine ja küttepuude kojutoomine/lõhkumine, lume lükkamine, toidu- ja esmatarvete abi jms) ning transpordi ja liikumisega seonduvat (nt autoteenus, transport üritustele, sotsiaaltransport, trepironija jm). Lisaks mainisid mitmed vastajad, et nad vajaksid teatud tervishoiu-, sotsiaal- või iluteenuseid (nt vererõhu mõõtmine, kodune tervisenõustamine ja kontroll, viipekeele tõlk, juuksur, pediküür jm) ning vaba aja veetmiseks teatud võimalusi (nt saunateenus, vanemaealiste treeningisaal, vestlusringid, kohvik kohtumiskohana jm). Üksikud vastajat töid välja abivajaduse elamistingimuste parandamisel (nt duši

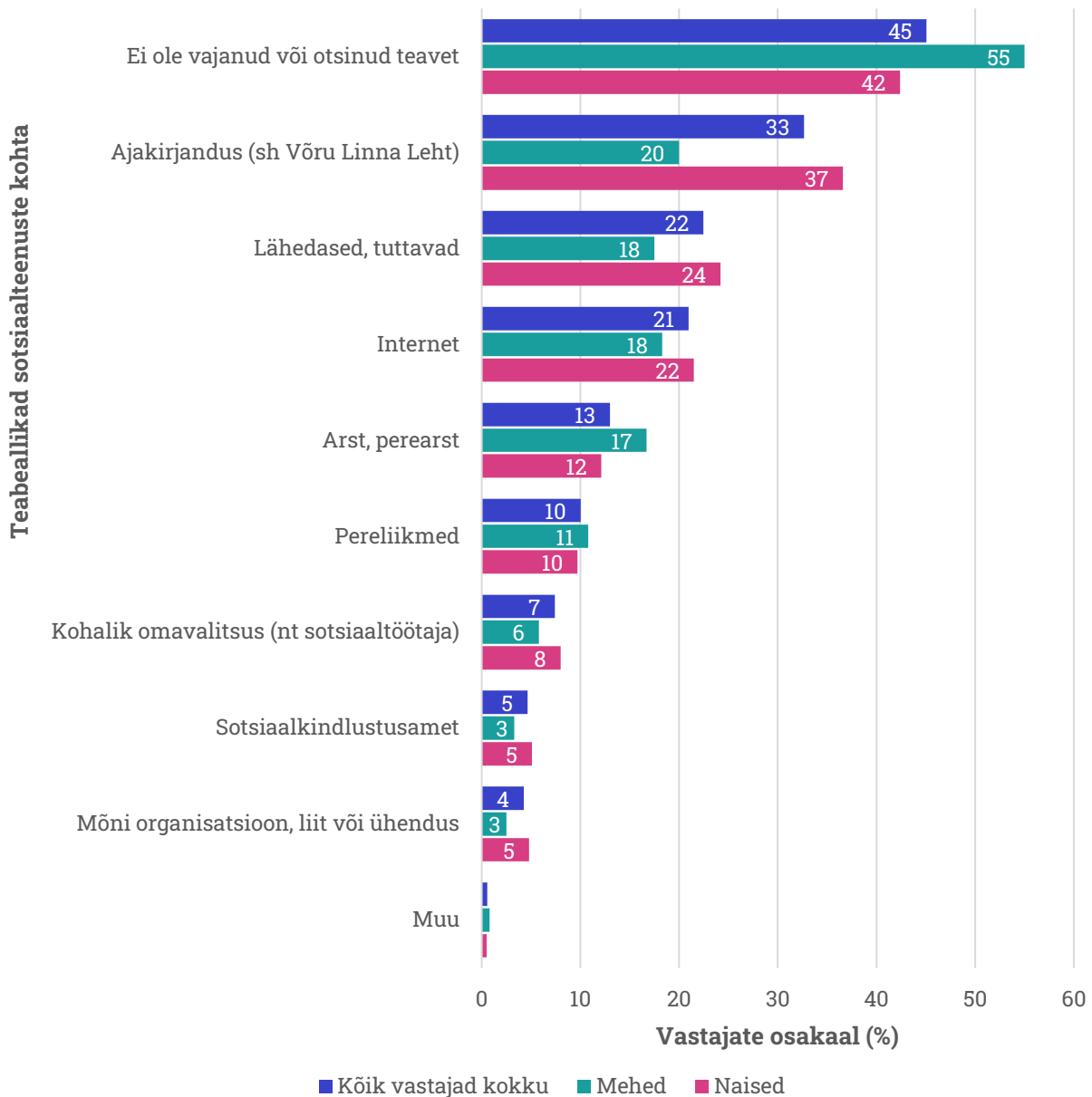
remontimisel) ning täiendava info ja nõustamise vajaduse (nt juriidiline nõustamine või abi internetis toimetades).

Sotsiaalteenuste vähese kasutamise taga on peamiselt teenusevajaduse puudumine või lähedaste abi olemasolu, kuid samas ka info kättesaadavuse kitsaskohad ja majanduslikud piirangud, mis võivad takistada teenuste kasutamist neid tegelikult vajajatel. Peamine põhjus, miks vanemaealised ei ole seni sotsiaalteenuseid kasutanud, on vajaduse puudumine – ligi kaks kolmandikku (62%) märkis, et nad saavad vajalikul määral ise hakkama (vt joonis 13). 23% tugineb oma leibkonnaliikmete abile ning 19% tunnistas, et nad pole olnud piisavalt informeeritud või pole tulnud selle peale, et infot küsida. Väiksem osa vanemaealistest tõi nende jaoks vajalike sotsiaalteenuste seni saamata jäämise põhjuseks rahalise võimekuse puudumise (8%) või muu põhjuse (nt sõpradelt saadav tugi, transpordi puudumine, eraisikute tasustatud abi kasutamine jm, 4%). Vaid üksikud märkisid, et nende omavalitsus pole neile vajalikku pakkunud. Sooline võrdlus näitab, et peamine põhjus sotsiaalteenuste mittekasutamiseks on nii meeste kui ka naiste seas vajaduse puudumine (vastavalt 67% ja 61%). Samas ilmneb mõningaid erinevusi teistes põhjustes: naised viitavad sagedamini lähedaste abile (24% võrreldes meeste 17%-ga), samas kui mehed toovad pisut enam esile info puudumise või selle küsimise peale mitte tulemise (24% võrreldes naiste 17%-ga).



Joonis 13. Vastanute jaoks vajalike sotsiaalteenuste seni saamata jäämise peamised põhjused (n=349, NA=220). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Pea pooled (45%) märkisid, et nad ei ole üldse vajanud või otsinud infot sotsiaalteenuste kohta (vt joonis 14). Kõige olulisemaks infoallikaks sotsiaalteenuste kohta on vanemaealiste seas ajakirjandus, sh **Võru Linna Leht** (33%). Samuti tuginevad vanemaealised sageli **lähedastele ja tuttavatele** (22%) ning **internetile** (21%). Harvemini on teabeallikaks arst või perearst (13%), pereliikmed (10%) ja kohalik omavalitsus (7%). Kõige vähem nimetati teabeallikatena Sotsiaalkindlustusametit (5%) ja erinevaid organisatsioone, liite või ühendusi (4%). Üksikud vastajad märkisid, et nad on saanud teavet võimalike sotsiaalteenuste kohta mujalt (nt päevakeskusest). Need tulemused näitavad, et **suur osa vanemaealistest ei pea sotsiaalteenuste kohta info otsimist vajalikuks, kuid teabe vajajate seas on olulisim roll (kohalikul) ajakirjandusel, isiklikel kontaktidel ja internetil**, samas kui ametlikud kanalid (KOV, Sotsiaalkindlustusamet) jäävad tagaplaanile. Soolisest võrdlusest ilmneb, et meeste seas on vajaduse puudumine ning info mitteotsimine märksa levinum (55% võrreldes naiste 42%-ga). Samal ajal kasutavad naised rohkem erinevaid infokanaleid: näiteks mainis ajakirjandust infoallikana 37% naistest ja 20% meestest ning lähedasi või tuttavaid 24% naistest ja 18% meestest. Arsti või perearsti kaudu saab infot aga 17% meestest ja 12% naistest.

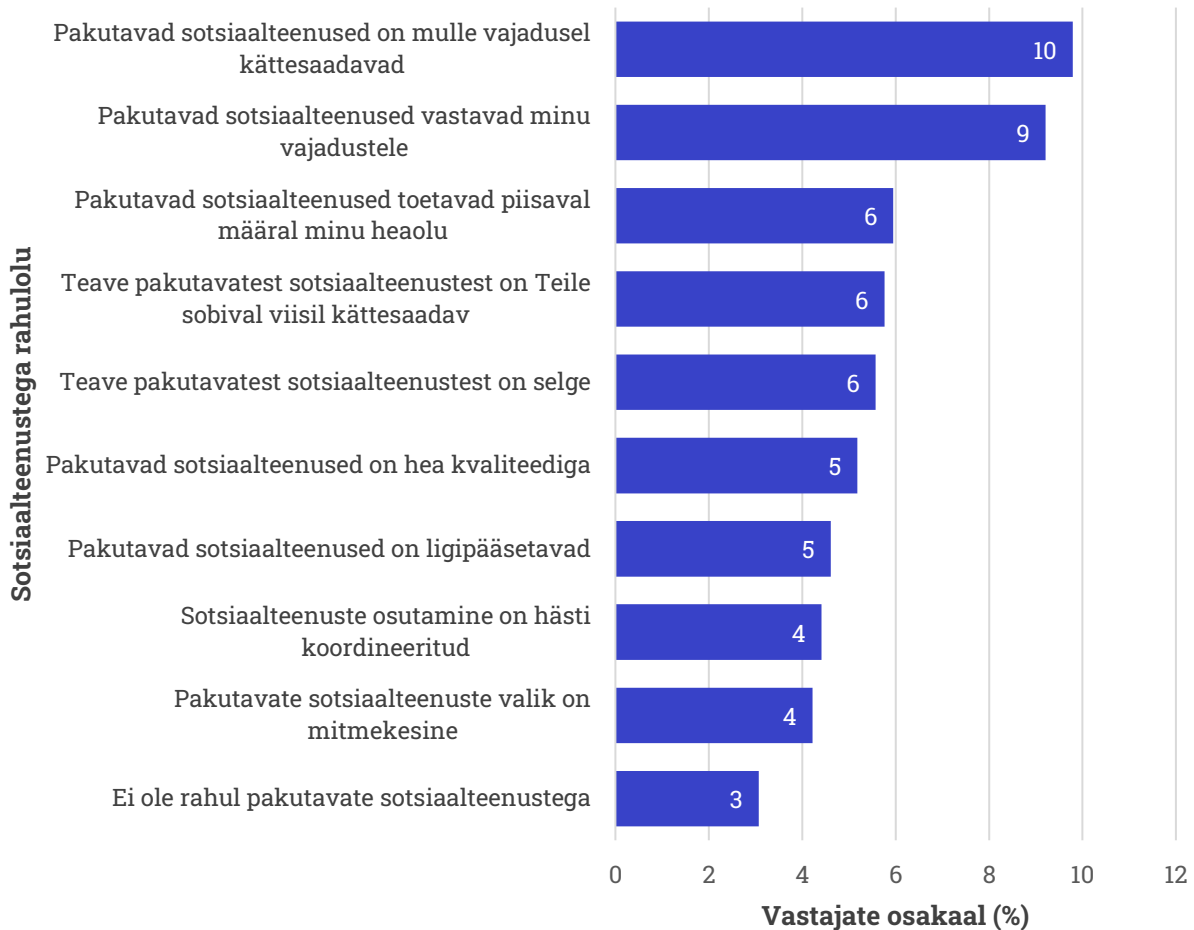


Joonis 14. Vastanute teabeallikad võimalike sotsiaalteenuste kohta (n=539, NA=30). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Internet on seejuures oluline infoallikas sotsiaalteenuste kohta eelkõige noorematele vanemaealistele ning selle kasutamine väheneb märgatavalt vanuse kasvades. Alla 70-aastastest (58–69-aastastest) märkis veidi alla kolmandiku (27%), et nad on saanud sotsiaalteenuste teavet internetist. 70–79-aastaste seas märkis seda 17% ja 80+ vanuserühmas vaid 15% vastajatest.

Arvestades, et valdav enamus vastanud vanemaealistest (76%) ei ole Võru linna sotsiaalteenuseid kasutanud ning 16% ei ole sotsiaalteenustest enda sõnul teadlikud, oskas ainult väiksem osa küsitlusele vastanutest anda hinnanguid teenuste kättesaadavuse ja kvaliteedi kohta (vt joonis 15). **10% leidis, et pakutavad teenused on neile vajadusel**

kättesaadavad, ning 9%, et teenused vastavad nende ootustele. Vähemal määral märgiti, et pakutavad sotsiaalteenused toetavad piisavalt heaolu (6%), teave pakutavatest teenustest on sobival viisil kättesaadav või selge (mõlema puhul 6%), pakutavad sotsiaalteenused on hea kvaliteediga või ligipääsetavad (mõlema puhul 5%). Kõige vähem märgiti rahulolu teenuste valiku mitmekesisuse ja teenuste osutamise koordineeritusega (mõlema puhul oli rahulolijaid 4%). 3% vanemaealistest märkis, et nad ei ole rahul pakutavate sotsiaalteenustega.

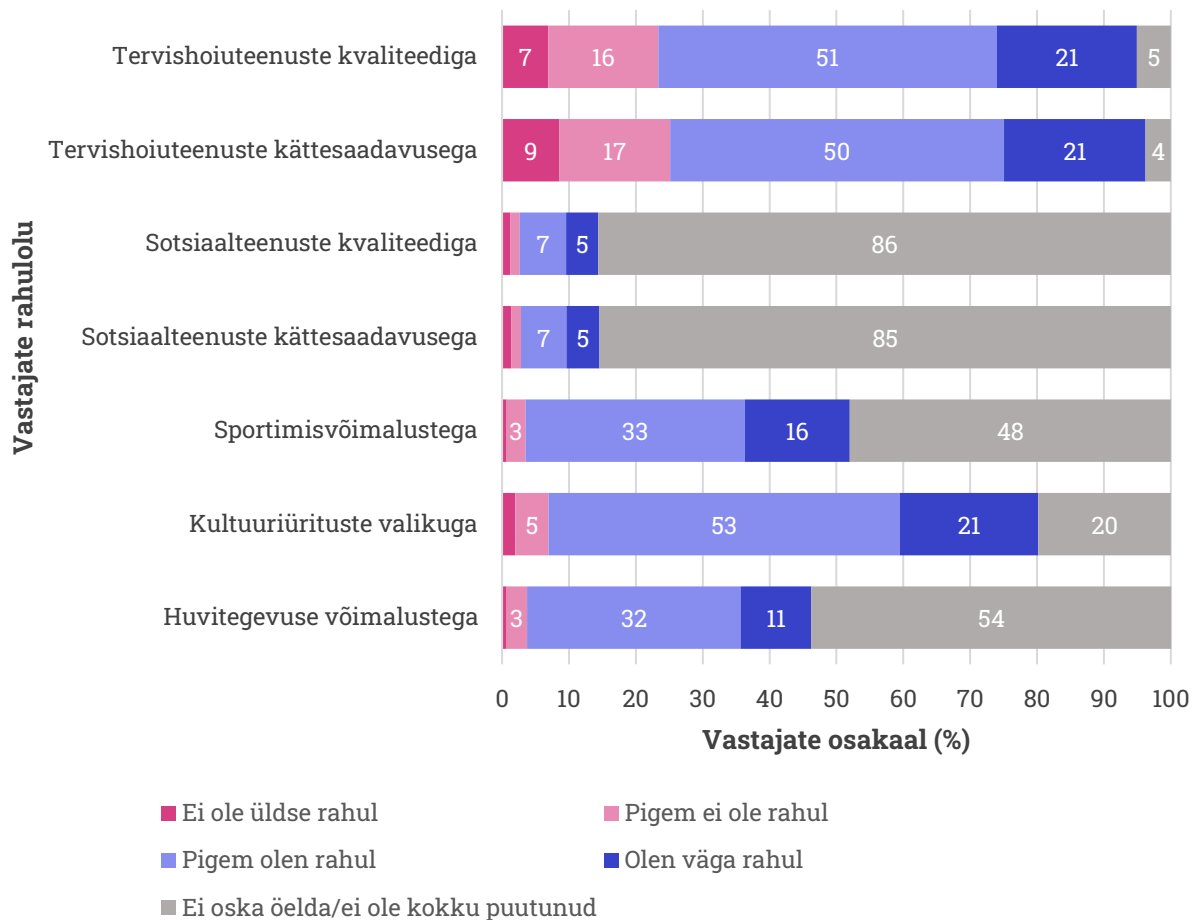


Joonis 15. Vastanute rahulolu Võru linna sotsiaalteenustega (n=521, NA=48). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Kuigi neid vanemaealisi, kes märkisid küsitluses, et nad ei ole rahul Võru linna sotsiaalteenustega, oli vähe, tõid nad selle põhjenduseks välja mitu erinevat aspekti. Enim mainisid nad probleemina sotsiaalteenuste info puudulikkust või ebaselgust. Mitu inimest ei ole ka rahul seni kogetud teeninduse või suhtlusega, mis on olnud nende hinnangul ebaseadlik. Paar vastajat nentis ka, et puudub nendele vajalik teenus või abi (nt viipekeele tõlk, voodihaige tõstmise abi, hooldusabi erakorraliste juhtumite korral).

Rahulolu teenuste ja võimalustega on valdkonniti erinev (vt joonis 16). Küsitlusele vastanud vanemaealised on valdavalt tervishoiuteenustega rahul, kuid siiski ollakse

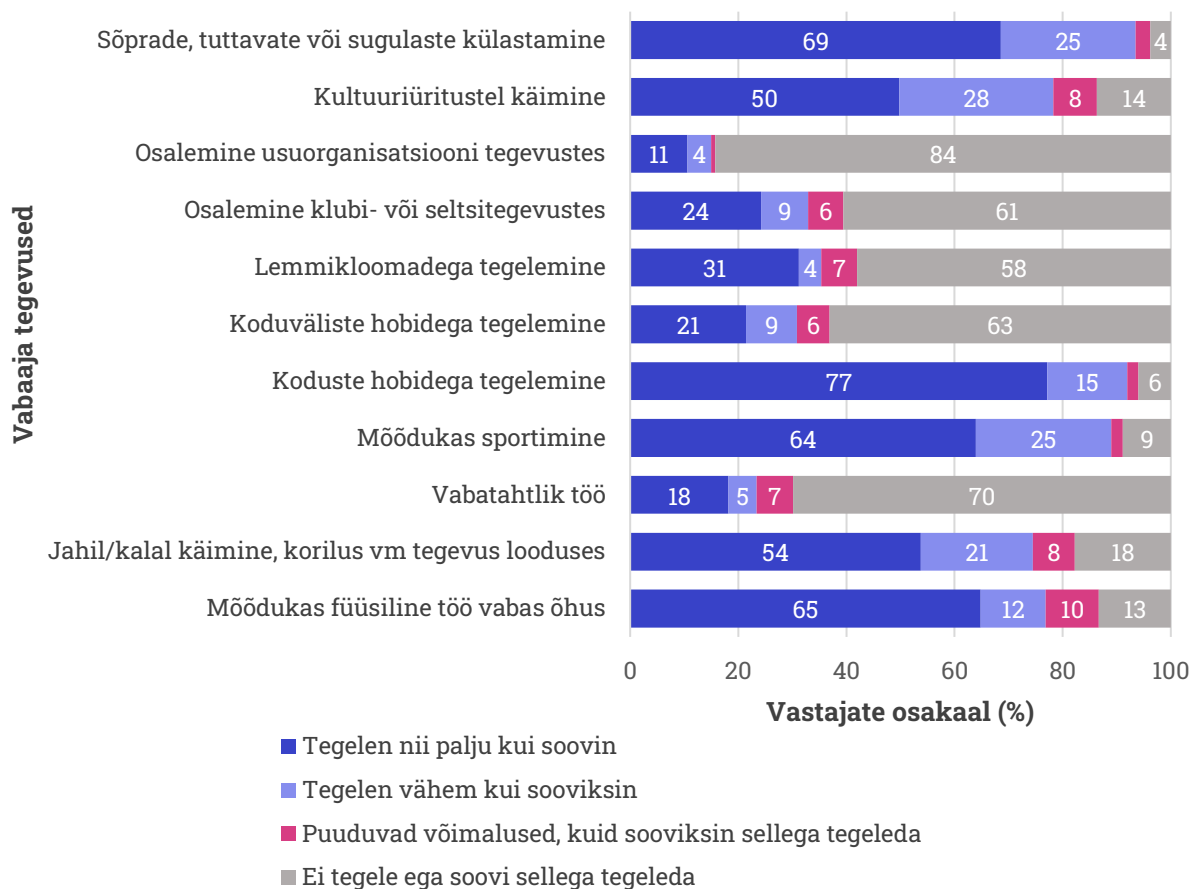
tervishoiuteenuste puhul võrreldes teiste valdkondadega kõige kriitilisemad. Tervishoiuteenuste (nt perearstiteenuse) kvaliteedi ja kättesaadavusega on rahul 71–72% vastanutest, samas kui umbes neljandik (23–26%) väljendab rahulolematust. Tervishoiuteenustega rahulolevaid vastajaid on seega umbes kolm korda rohkem kui rahulolematuid. Sotsiaalteenuste puhul on võrreldes teiste valdkondadega märkimisväärselt suur osakaal neid vastajaid, kes ei ole teenustega kokku puutunud ega oska hinnangut anda (85–86%). **Need vastajad, kes siiski sotsiaalteenustele hinnangu andsid, on ülekaalukalt rahul** – nii sotsiaalteenuste kvaliteedi kui ka kättesaadavuse puhul on 12% vastajatest pigem või väga rahul, samal ajal kui pigem või üldse ei ole rahul vaid 3%. Järelikult on sotsiaalteenustega rahulolevaid vastajaid neli korda rohkem kui rahulolematuid. **Ka vaba aja valdkonnas on vastajate hinnangud valdavalt positiivsed.** Sportimisvõimalustega on (pigem või väga) rahul 49% ja rahulolematud (pigem või üldse mitte rahul) 4% vastajatest. Kultuuriürituste valikuga on rahul 74% ning rahulolematud 7% vastajatest. Huvitegevuse võimalustega on rahul 43% ja rahulolematud 4% vastajatest. Kõigis vaba aja valdkondades on rahulolevaid vastajaid seega üle kümne korra rohkem kui rahulolematuid.



Joonis 16. Vastanute rahulolu eri valdkondadega Võru linnas (n=417–505, NA=64–152). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

3.4. Vaba aja ja kogukondlikud tegevused

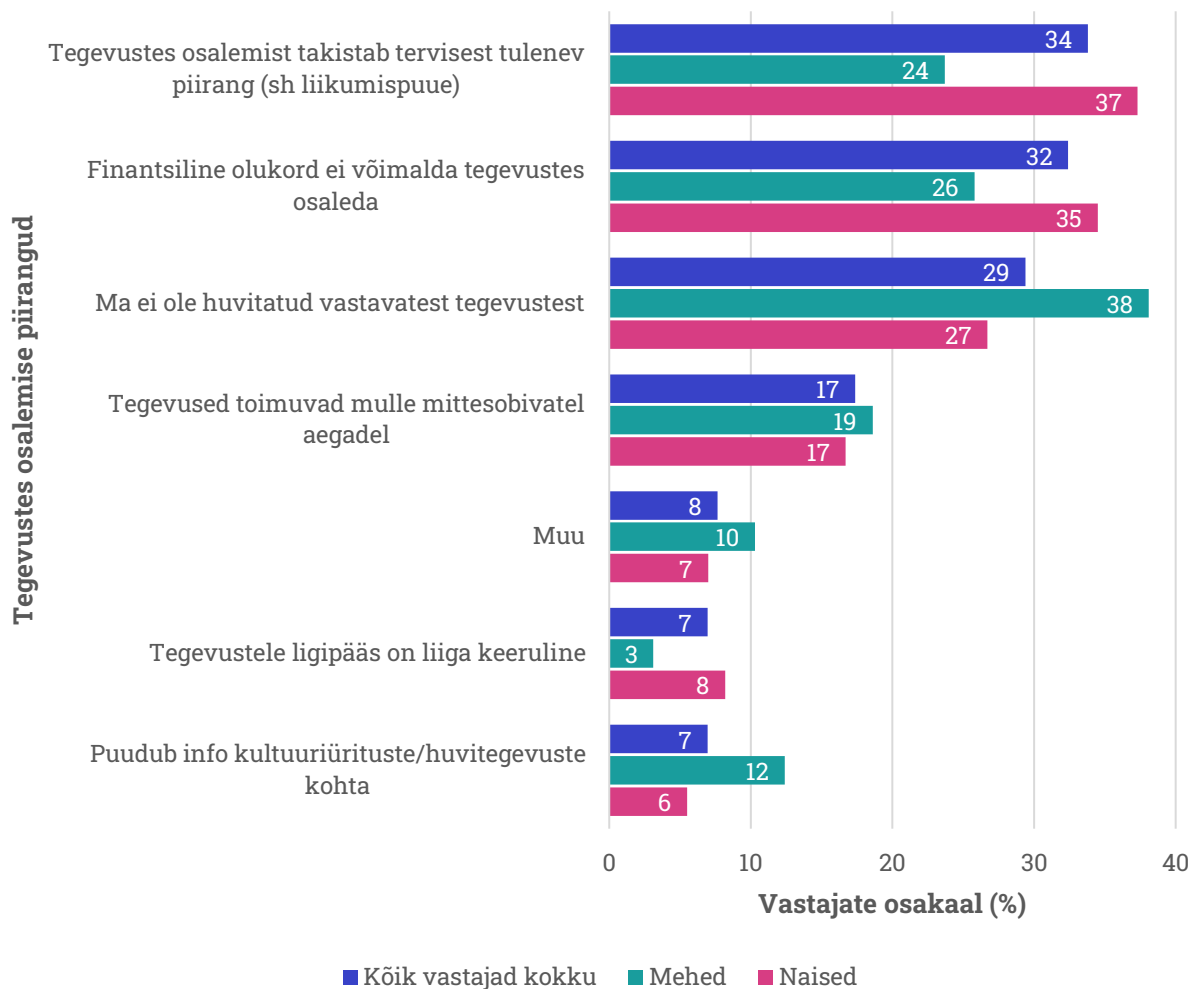
Küsitluse tulemused näitavad, et **Võru vanemaealiste seas on kõige levinumad vabaajategevused sotsiaalne suhtlus, koduste hobidega tegelemine ning mõõdukas füüsiline tegevus** (vt joonis 17). Kõige rohkem vastajaid tegeleb soovitud mahus koduste hobidega (nt käsitööga, lugemisega, puutööga jm, 77%) ning sõprade, tuttavate või sugulaste külastamisega (69%). Samuti on populaarne mõõdukas füüsiline töö vabas õhus (nt aiatöö vm) või sportimine (nt jalutamine, kepikõnd, jalgrattaga sõitmine vm), millega tegeleb soovitud mahus vastavalt 65% ja 64% vastajatest. **Leidub aga ka vähemlevinud vabaajategevusi, näiteks nagu usuorganisatsioonides kaasalöömine või vabatahtliku töö tegemine**, mille puhul märkis suurem osa vastajatest (vastavalt 84% ja 70%), et nad ei tegele ega soovi sellega tegeleda. **Mitmete tegevuste puhul on arvestatav osa vanemaealisi, kes sooviksid (rohkem) nendega tegeleda** – näiteks kultuuriüritustel (kinos, teatris, kontserdil, spordiüritustel vm) käimise kohta märkis 28%, et nad teevad seda vähem kui sooviksid ning 8% hindas, et kuigi nad tahaksid kultuuriüritustel käia, puuduvad neil selleks võimalused. Samuti märkis 29%, et nad sooviksid (rohkem) tegeleda jahil, kalal, marjul või seenel käimise või muu tegevusega looduses.



Joonis 17. Vastanute tegelemine eri vabaajategevustega (n=385–486, NA=83–184). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

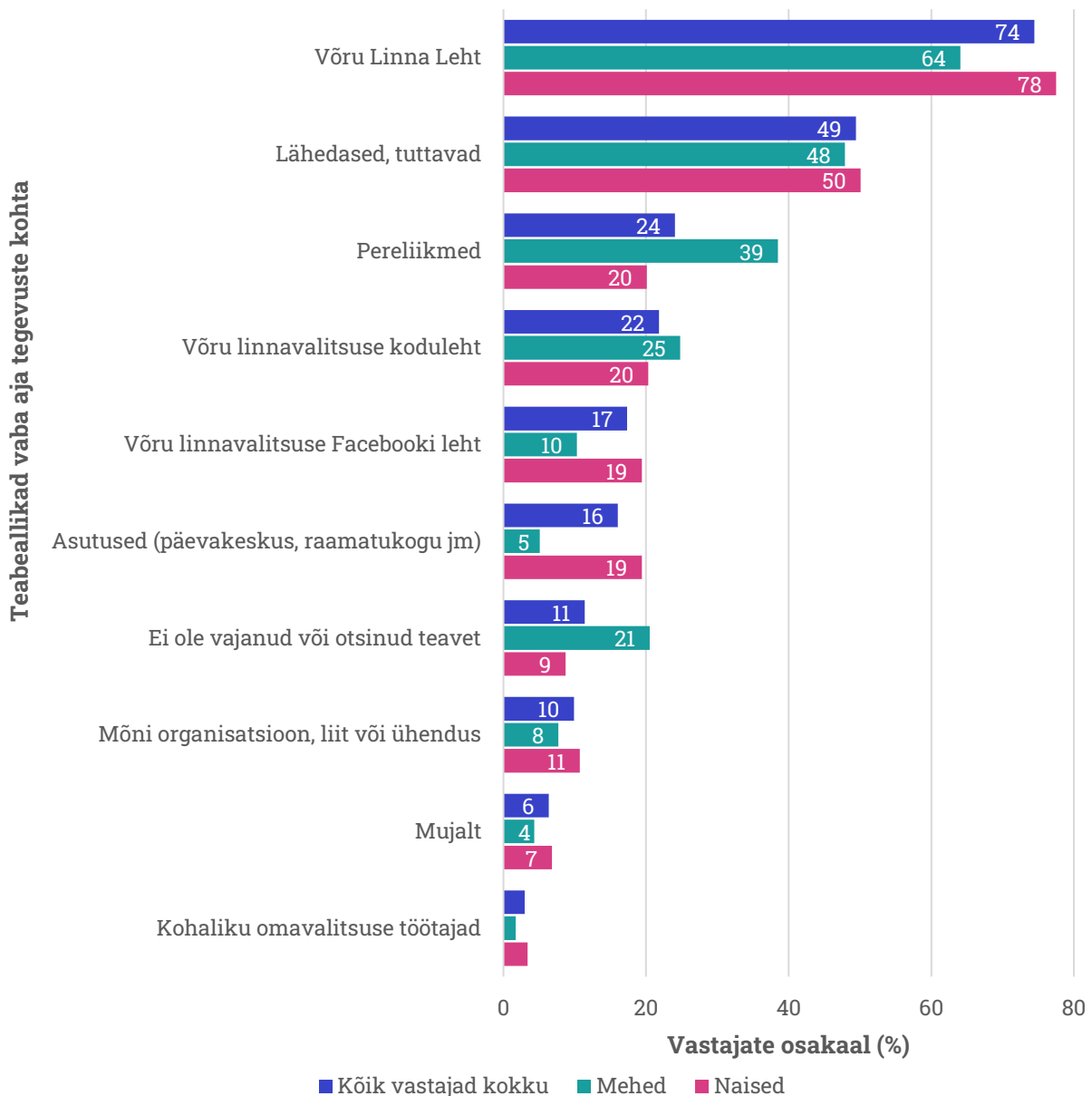
Mitmed vanemaealised rõhutasid, et nad sooviksid oma vaba aega sisustada kultuuriüritustega, olgu selleks teater, kontsert, kino või näiteks ekskursioonid ning kirjandusringid. Korduvalt mainiti ka sportimist, kuid samal ajal tõid mõned vastajad välja sobivate spordivõimaluste puudumist, näiteks vanemaealistele mõeldud rühmatreeninguid või jõusaali. Mitu vastajat soovis, et Võru linnas oleks veekeskus/spaa, kus saaks (aastaringelt) ujuda või vesivõimelda. Lisaks mainiti korduvalt vabaajategevusi vabas õhus, näiteks soovivad mõned vanemaealised tegeleda vabal ajal korilusega (seente, marjade või ravimtaimede korjamisega), jalutamise või matkamisega, aiatööga. Ka soovi reisida toodi korduvalt välja.

Küsitlusele vastanute **osalemist vabaajategevustes takistavad peamiselt tervislikud piirangud**, mida märkis umbes kolmandik vastajatest (34%) (vt joonis 18). Samuti tõi ligi kolmandik (32%) põhjuseks **finantsilise olukorra, mis ei võimalda huvitegevustes osaleda või kultuuriüritustel käia**. Väiksem osa viitas tegevuste ebasobivale toimumisajale (17%), keerulisele ligipääsule (7%) või info puudumisele kultuuriürituste ja huvitegevuste kohta (7%). Ligipääsu osas täpsustasid mõned, et keeruline on kohale saada, kuna puudub sobiv ühistranspordivõimalus. 8% tõi esile muid tegevustes osalemist takistavaid tegureid, näiteks aja või energia puudumise (sh kellegi teise hooldamise tõttu), väikese tegevuste valiku, soovitud võimaluste puudumise või tegevuste ebasobivuse korralduslike aspektide tõttu (nt istekohtade puudumine või tegevuste suunatus ainult kindlale sihtrühmale). Soolisest võrdlusest ilmneb, et naiste jaoks on tegevustes osalemise takistuseks sagedamini nii tervisest tulenevad piirangud (37% võrreldes meeste 24%-ga) kui ka rahalised raskused (35% võrreldes meeste 26%-ga). Mehed aga märkisid sagedamini, et nad ei ole lihtsalt huvitatud vastavatest tegevustest (38% võrreldes naiste 27%-ga) või puudub neil info tegevuste kohta (12% võrreldes naiste 6%-ga).



Joonis 18. Vastanute vabaaja tegevustes osalemise piirangud (n=432, NA=137). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

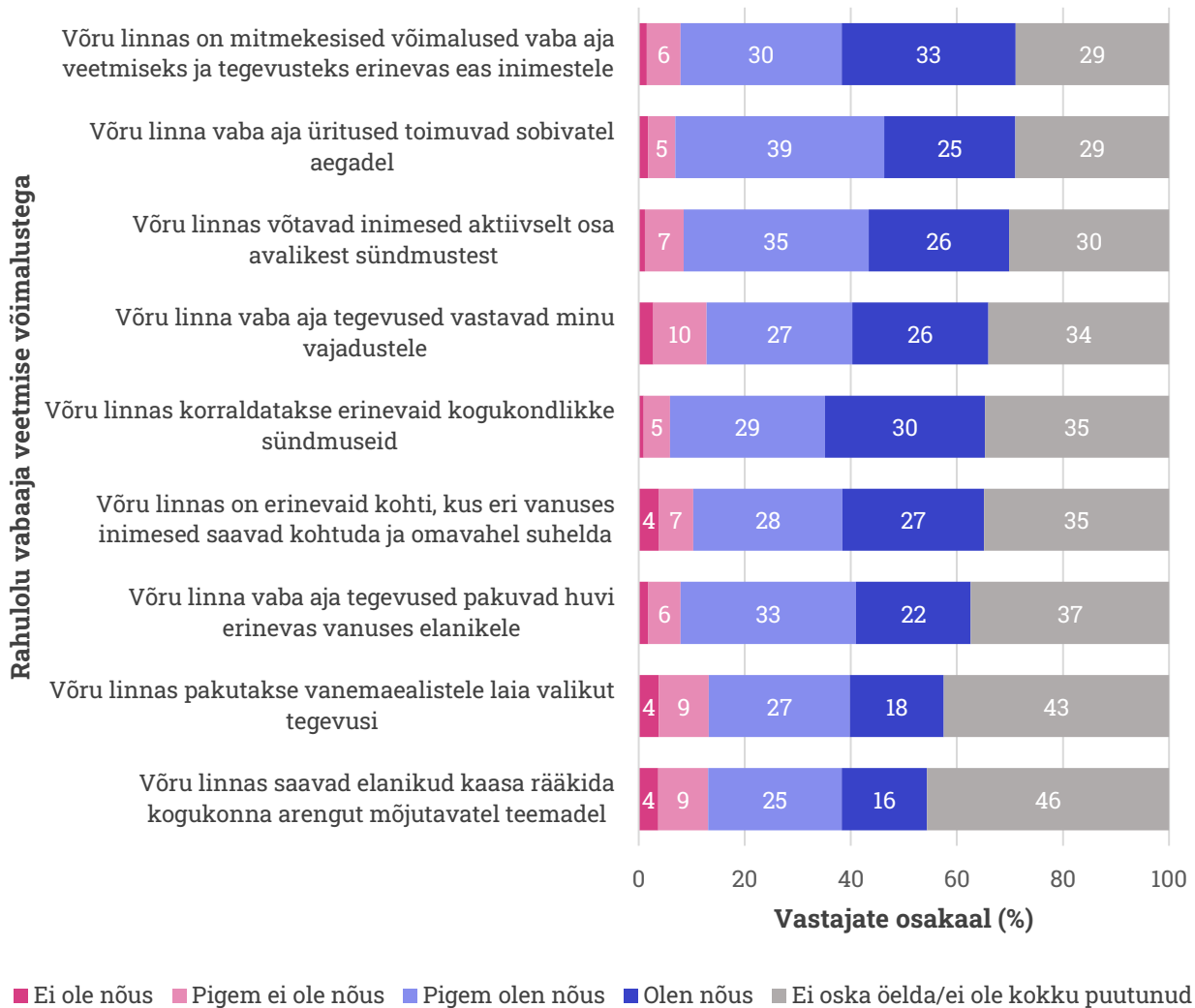
Kõige olulisem teabeallikas vabaajategevuste kohta on Võru Linna Leht, mida mainis koguni 74% vastanud vanemaealistest (vt joonis 19). Teiseks tähtsaimaks infokanaliks on **lähedased ja tuttavad** (49%), millele järgnevad **pereliikmed** (24%). Ka digikanalid, näiteks **Võru linnavalitsuse koduleht** (22%) ja **Facebooki leht** (17%), osutusid paljudele vastajatele oluliseks teabeallikaks. Väiksem osa vanemaealistest saab infot vabaajategevuste kohta ka asutuste kaudu (nt päevakeskusest, raamatukogust vm, 16%); mõnelt organisatsioonilt, liidult või ühenduselt (10%); mujalt (nt üldisemalt internetist või ajakirjandusest, teadetetahvilt, reklaamist linnaruumis vm) (6%) või KOV-i töötajatelt (3%). 11% vastajatest märkis samas, et nad ei ole vajanud või otsinud teavet vabaajategevuste kohta. Sooline võrdlus näitab, et kõige olulisem teabeallikas vabaajategevuste kohta on nii meestele kui ka naistele Võru Linna Leht, kuid seda märkisid oluliselt rohkem naised (78% võrreldes meeste 64%-ga). Mehed tuginevad info saamisel samas märksa sagedamini pereliikmetele (39% võrreldes naiste 20%-ga).



Joonis 19. Vastanute teabeallikad vabaajategevuste kohta Võru linnas (n=536, NA=33). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Küsitluse tulemused näitavad, et **üldiselt ollakse rahul linna vaba aja veetmise võimalustega**, kuid samas ei oska suur osa hinnangut anda või ei ole nende võimalustega kokku puutunud (vt joonis 20). **Kõige rohkem nõustuvad vanemaealised väidetega, et Võru linna vaba aja üritused toimuvad sobivatel aegadel (pigem või täielikult nõustus 64%) ning linnas on mitmekesised võimalused vaba aja veetmiseks ja tegevusteks erinevas eas inimestele (63%).** Samuti nõustus üle poole, et Võru linnas võtavad inimesed aktiivselt osa avalikest sündmustest (61%), linnas korraldatakse erinevaid kogukondlikke sündmusi (59%), linna vaba aja tegevused pakuvad huvi erinevas vanuses elanikele (55%) ning linnas on erinevaid kohti, kus eri vanuses inimesed saavad kohtuda ja omavahel suhelda (55%). Kõige vähem ollakse

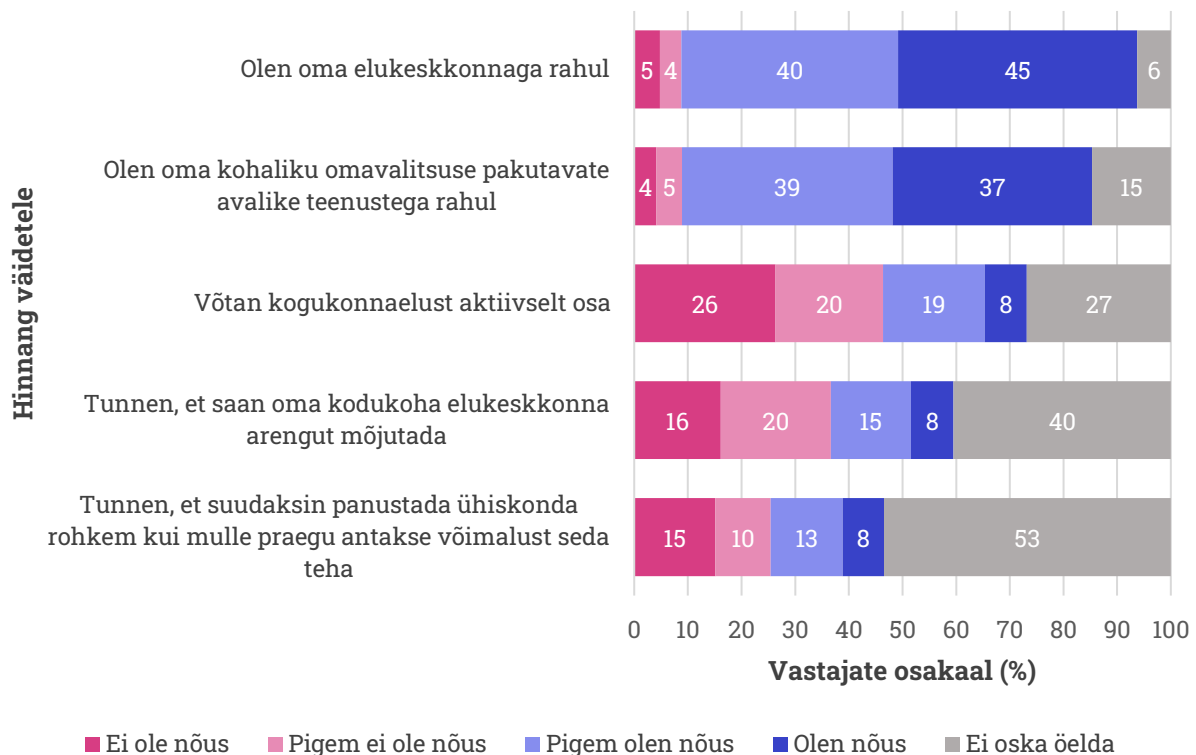
nõus väidetega, et vaba aja tegevused vastavad isiklikele vajadustele, linnas pakutakse vanemaealistele laia valikut tegevusi ning elanikud saavad kaasa rääkida kogukonna arengut mõjutavatel teemadel (nende kolme väite puhul ei olnud pigem või üldse nõus 13% vastajatest). Seejuures on kõigi väidete puhul märkimisväärne osakaal vastajaid (29–46%), kes valisid variandi „Ei oska öelda/ei ole kokku puutunud“, mis viitab, et inimesed ei tunne end piisavalt informeerituna või ei ole vaba aja tegevustes aktiivselt osalenud.



Joonis 20. Vastanute rahulolu vaba aja veetmise võimalustega Võru linnas (n=436–470, NA=99–133). Allikas: uuringu käigust kogutud küsitlusandmed

Enamik Võru vanemaealisi on rahul ka oma elukeskkonnaga ning KOV-i pakutavate avalike teenustega (transport, vaba aja tegevused, haridus, raamatukogu jms) – väidetega nõustus kas pigem või täielikult vastavalt 85% ja 76% (vt joonis 21). **Märksa madalam on aga vanemaealiste aktiivsus kogukonnaelus:** vaid 27% kinnitas, et võtab kogukonnaelust aktiivselt osa, samal ajal kui 46% pigem või üldse ei nõustunud selle väitega. Ka oma kodukoha elukeskkonna arengu mõjutamise võimaluste osas oli vanemaealiste hinnang pigem tagasihoidlik – sellega

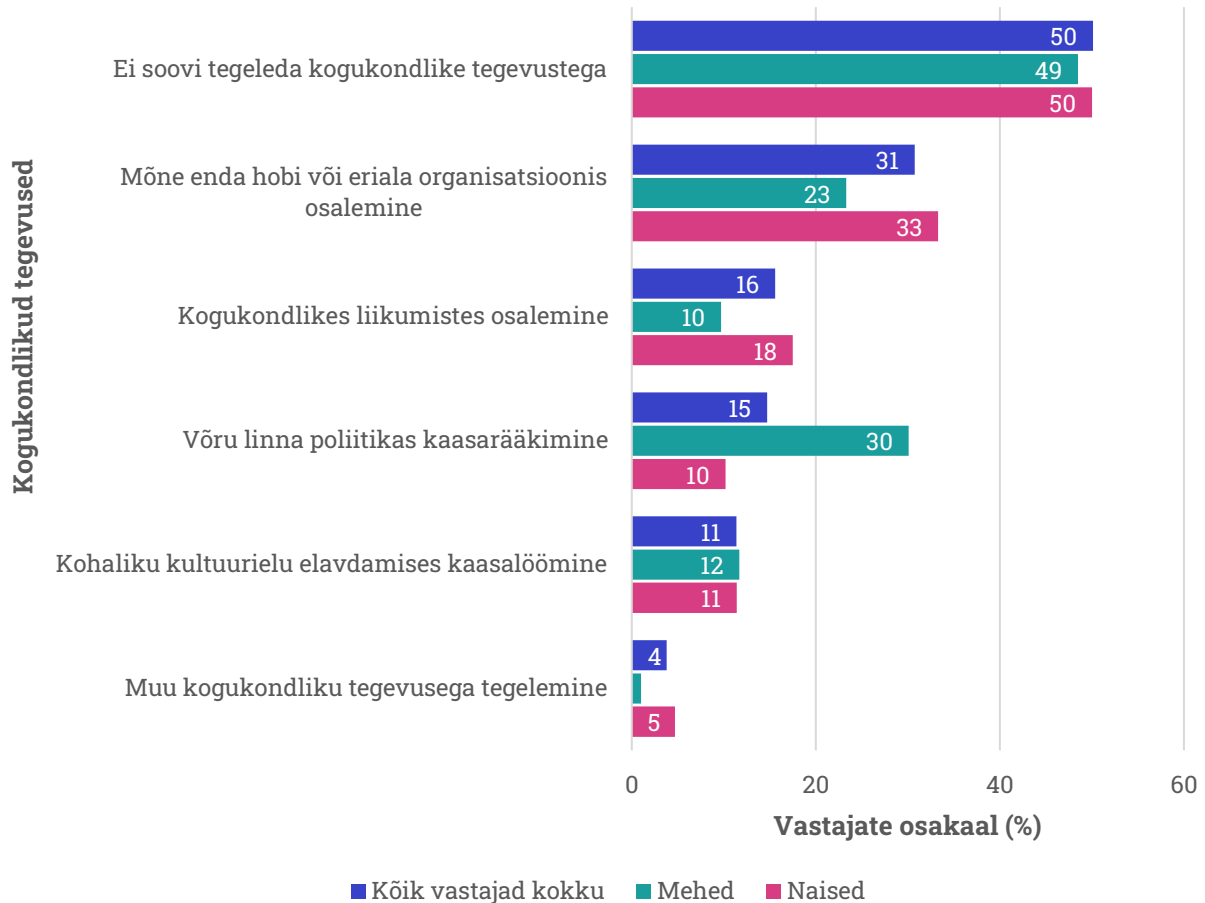
nõustus veidi alla neljandiku (23%), samas kui 36% ei nõustunud. Ühiskonda panustamise võimaluste puhul ilmneb samuti kriitilisust, kuid samas ka potentsiaali – **lausa viiendik vastajatest (21%) tunneb, et nad suudaksid ühiskonda panustada rohkem, kui praegu neile seda võimaldatakse.** See näitab, et Võru linna vanemaealiste seas on märkimisväärne hulk inimesi, kelle kaasamist ja tegutsemisvõimalusi tasuks tulevikus enam toetada. Kuigi üldine rahulolu elukeskkonna ja teenustega on vanemaealiste seas kõrge, jääb nende kaasatus ja tunnetus oma mõjuvõimalustest tagasihoidlikumaks.



Joonis 21. Vastanute hinnangud kogukondliku osaluse ja elukeskkonna väidetele (n=410–484, NA=85–159). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Samal ajal puudub pooltel vastanutest (50%) huvi tegeleda (veel) kogukondlike tegevustega, isegi kui mitte arvestada võimalikke tervise- või toimetulekuprobleeme (vt joonis 22). Kolmandik (31%) on siiski huvitatud mõne hobi- või erialaorganisatsiooni töös osalemisest ning väiksem osa vanemaealistest huvitub kogukondlikes liikumistes osalemisest (16%), linnapoliitikas kaasärääkimisest (15%) või kohaliku kultuurielu elavdamises kaasalöömisest (11%). 4% märkis huvitumist muust kogukondlikust tegevusest, näiteks tõi paar vanemaealist välja Nursipalu laiendamise peatamise ning üksikud vastajad mainisid keeleõppe toetamist, looduskaitset või teiste inimeste abistamist nt info levitamiseks. Seejuures on naiste ja meeste huvitumine kogukondlikest tegevustest mitmeti erinev. Naised avaldasid suuremat huvi mõne enda hobi- või eriala organisatsioonis osalemise vastu (33% võrreldes meeste 23%-ga) ning ka kogukondlikes liikumistes osalemise vastu (18% võrreldes meeste 10%-ga). Mehed

seevastu on kolm korda rohkem huvitatud Võru linna poliitikas kaasa rääkimisest (30% võrreldes naiste 10%-ga). Järelikult soovivad naised osaleda rohkem sotsiaalsetes ja huvialapõhistes kogukondlikes tegevustes, samal ajal kui mehed tahavad panustada enam poliitilisse otsustusprotsessi.

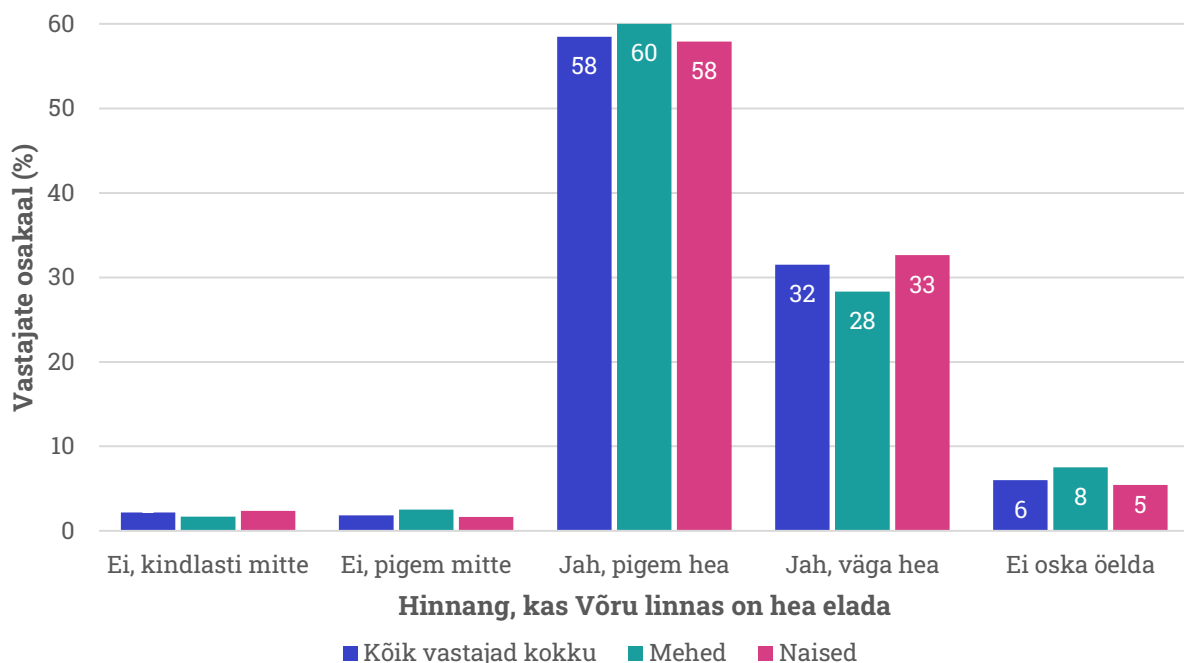


Joonis 22. Vastanute huvi tegeleda (veel) kogukondlike tegevustega, kui jätta võimalikud tervise- või toimetulekuprobleemid kõrvale (n=449, NA=120). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Küsimusele, milliseid oskusi või teadmisi oleks vastajad valmis teistele inimestele edasi andma, vastati väga mitmekesiselt. Kõige sagedamini mainiti **käsitöö ja kunstialaseid teadmisi või oskusi (nt õmblemine, kudumine, puutöö), samuti meditsiinalaseid teadmisi ja terviseküsimustes abistamist ning elukogemuse ja -tarkuse jagamist**. Mitmed vanemaealised olid valmis jagama ka oma **keeleoskust, teadmisi toitumisest ja kulinaariast, muusikast, laste kasvatamisest ja hoidmisest ning toimetulekuoskusi**. Üksikud vastajad mainisid väga erinevaid valdkondi alates IT-st, majandusest ja psühholoogiast kuni praktiliste igapäevaoskuste ja loovtegevusteni, mis peegeldab vastanute laia kogemuste ja teadmiste spektrit.

3.5. Üldine rahulolu ning olulisemad probleemid

Enamik vastanuist hindab elu Võru linnas positiivselt (vt joonis 23). Üle pooltest (58%) vastas, et Võru linnas on pigem hea elada, ning veel kolmandik (32%) pidas seda koguni väga heaks. Vaid marginaalne osa vastajatest leidis, et Võru linnas (pigem) ei ole hea elada (kokku umbes 4%). 6% vastanutest ei osanud hinnangut anda. Tulemused viitavad, et **vanemaealiste üldine rahulolu eluga linnas on kõrge – ligi 90% vastanutest hindab elukeskkonda pigem või väga heaks**. Seejuures on soolised erinevused väikesed. Meeste seas leidis 60% ning naiste seas 58%, et Võru linnas on pigem hea elada, samas kui väga heaks hindas elu Võru linnas 33% naistest ja 28% meestest.



Joonis 23. Vastanute üldine hinnang sellele, kas Võru linnas on hea elada (n=549, NA=20). Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Kuigi vanemaealiste üldine hinnang Võrus elamisele on kõrge, **näeb veidi alla poolte (46%) probleeme, mis vajavad kindlasti järgmiste aastate jooksul lahendamist**. Ülejäänud 51% ei oska seda öelda ning marginaalne osa vastanutest (3%) ei taju probleeme (n=525, NA=44). Soolises jaotuses ilmneb, et mehed on pisut kriitilisemad: 52% neist näeb linnas lahendamist vajavaid probleeme, samas kui vastanud naiste seas on see osakaal 45%. Naised väljendasid sagedamini ebakindlust või kõhklust (52% ei osanud öelda, kas probleeme on), samas kui meeste seas oli see veidi madalam (46% vastas „ei oska öelda“).

Küsitluse avatud vastustest joonistuvad välja vanemaealiste selged murekohad. **Kõige enam mainiti teede ja heakorra teemasid** – alates sõidu- ja kõnniteede korrashoiust ning talvisest hooldusest kuni sadevee ärajuhtimise ja kraavide või truupide puhastamiseni. **Tähelepanu**

vajavad ka tervishoiu- ja sotsiaalteenused: korduvalt mainiti perearsti ja eriarstide kättesaadavust, tervisekeskuse töökorraldust ning hooldekodude vajadust. **Olulise teemaplokina tõusid esile keskkond ja haljastus/korrastus** (eriti Koreli oja puhastamine ja rohealade hooldus), **samuti elamud ja linnapilt**, kus rõhutati vanade ja räämas majade korrastamist ning väljakute kasutusmugavust; ühistranspordi puhul puudutati graafikuid, peatusi ja ligipääsetavust; müra seostati Nursipalu ja veeliikuritega. Täiendavalt mainiti juurdepääsetavusega seotud muresid ja liftide puudumist, info ebapiisavust (nt kogukondlikest sündmustest teada saamist alles pärast nende toimumist), noorte Võru linnas hoidmist ja tagasitoomist (nt pärast kõrghariduse omandamist) ning ujula/spaa rajamist. Vähemal määral toodi murekohtadena välja ka liikluskorraldust, töökohtade puudust, lemmikloomade pidamise reeglite eiramist (sh loomadega avalikus ruumis viibimisel, enda lemmiklooma järgi koristamisel), poevõrku (nt kodulähedase poe puudumist), ebapiisavat kriisivalmidust või puuduvaid varjendeid, jäätmemajandust (nt ohtlike jäätmete äraandmise korraldust) jm.

4. Elanike vaade – individuaalintervjuude tulemused

Peatükis anname ülevaate vanemaealiste Võru linna elanike vaba aja veetmise harjumustest, võimalustest ja unistustest, sotsiaalteenuste kasutamisest, liikuvuse harjumustest ja keskkonnast, elukohast ja elamistingimustest, ning üldise rahulolu kohta. Peatükk tugineb elanike seas läbi viidud individuaalintervjuude analüüsil. Intervjuud viidi läbi 23 inimesega, kelle seas oli 12 naist ja 11 meest. Intervjuud toimusid silmast-silma pensionäride päevakeskuses, telefoni teel ning mõned ka vanemaealiste enda kodudes. Kõige noorem intervjuueeritav oli 63-aastane ning vanim 83-aastane. Analüüsi metoodika kohta saab lugeda täpsemalt allpool, vt „Lisa 1. Meetodid ja andmed“.

4.1. Vaba aja veetmise harjumused, võimalused ja unistused

4.1.1. Varasemad vaba aja veetmise harjumused

Intervjuud näitasid, et vastanutel on olnud elu jooksul mitmekesised ja rikkalikud huvialad – alates käsitööst kuni spordini. Paljude jaoks olid hobid seotud eri eluetappidega, töö iseloomu ning tervisliku seisundiga.

Käsitöö oli korduv teema mitmetes jutustustes: kudumine, õmblemine ning kangastelgedel töö pakkusid nii rõõmu kui ka lisasissetuleku võimalust. Mõni meenutas, kuidas õmbles nooruses öösiti pidulikeks sündmusteks kleite või teenis käsitööga lisa. Aja jooksul jäi see aga väsimuse ja tervisemurede tõttu tahaplaanile.

Muusikal ja tantsul oli paljude jaoks keskne koht vaba aja sisustamisel. Mitmed rõhutasid pikaajalist koorilaulu ja pillimängu orkestris, mis pakkusid võimalust nii eneseväljenduseks kui ka kogukondlikuks kuuluvuseks. Rahvatantsu meenutati erilise soojusega, kuna see lõi sotsiaalseid sidemeid ja isegi tõi kokku tulevase elukaaslasi. Samuti toodi esile osalemist kogukonnaürituste korraldamisel, näiteks Memme-Taadi peod või sõpruskondlikud suveüritused, mis aitasid hoida sotsiaalseid võrgustikke.

Paljud meenutasid aktiivset sportlikku eluviisi: varasemad hobid hõlmasid võrkpalli, kulturismi, jõusaalitreeninguid, rattasõitu ja võimlemist. Mõned olid spordiga seotud professionaalselt, näiteks kaitseväge treeningute ja enesekaitse õpetamise kaudu. Mitmed märkisid, et terviseprobleemid – nagu selja- ja liigesevalud – on olnud põhjuseks, miks nad pidid spordist ja teistest füüsilistest hobidest loobuma.

Reisimine, kalastamine ja rattasõidud koos pereliikmetega olid samuti sagedased viisid, kuidas oma vaba aega sisustati. Kalapüügiga seoses toodi esile nostalgilisi mälestusi ajast, mil

kala oli külluslikult. Samas nenditi, et tänapäeval pole see enam sama kõitev ega nauditav tegevus.

Mitmed intervjueritavad rõhutasid, et nende töö – näiteks bussijuhtimine, avalik teenistus või projektide kirjutamine – oli ühtaegu nii hobi kui eneseteostuse vorm. Samuti meenutati aktiivset osalemist avalikus elus, sealhulgas kohaliku poliitika ja maakorraldusega seotud rollides. Pensionile jäämine tõi paljudele kaasa olulise elumuutuse, mil tuli hakata teadlikumalt otsima uusi viise vaba aja sisustamiseks. Osa intervjueritutest meenutas üleminekuperioodi pärast pikaajast töötamist, mil tuli harjuda uue elurütmiga ja leida uusi huvialasid, nagu lugemine või kultuuriüritustel käimine.

4.1.2. Praegused vaba aja veetmise harjumused

Intervjuud näitasid, et vastanute praegune eluviis on aktiivne ja mitmekesine, kuigi seda piiravad aeg-ajalt tervisemured, majanduslikud võimalused ja hoolduskohustused. Paljud osalevad päevakeskuse tegevustes, käivad koorides, orkestrites ja kontsertidel ning võtavad osa väljasõitudest ja ekskursioonidest. Mõned õpetavad vabatahtlikus korras, näiteks eesti keelt ukrainlastele, pidades seda vaimselt tasakaalu andvaks tegevuseks.

Mitmed kuuluvad MTÜ-desse või seltsidesse, tegutsevad vabatahtlikena või korraldavad üritusi, näiteks klassikokkutulekuid ja kokkusaamisi sõpradega.

Suhtlus on väga oluline vanemas eas. |

Kultuurielu on paljude jaoks keskne vaba aja veetmise viis – käiakse teatris, kontsertidel, väljasõitudel ja isegi kaugematel teatrireisidel. Mõned inimesed mainisid aga, et nad peavad hoolikalt oma kulusid planeerima, et selliseid tegevusi endale lubada.

Paljud peavad koduseid ja hooajatöid oluliseks igapäeva osaks: hoolitsetakse aia eest, tehakse hoidiseid, remonditakse kodu, mõni kasvatab toalilli või hooldab lillepeenraid maja ümber. Mitmed rõhutasid, et kodused tööd võtavad suure osa ajast ja piiravad osalemist muudes tegevustes.

Kõik on käed jalad tööd täis kogu aeg. [...] Jah ma ei oska küll midagi tahta. |

Vaata kõik küsimused on seotud vaba ajaga. Aga kustkohast täiskasvanud inimene võtab seda vaba aega? Esimene asi, päris tihti, vanavanemad peavad lapselapsi vaatama. Enamikel on kodud või aiamaad, kus nad peavad tööd tegema. Neil on välja kujunenud pered ja seltskonnad, kellega nad kohtuvad sünnipäevadel, pidudel jne. Ma ausalt öeldes ei tea, kust seda vaba aega võtta. Seda vaba aega tegelikult ei ole olemas.

Praegu ajaga on raskem. Minu eakaaslased ja nooremad on kõik hõivatud oma perede ja tööga. Ei leia võimalust kogukonnaüritusteks. Ei, võimalusi on – aga ei leia isegi aega. No lihtsalt füüsiliselt, ei ole aega - tee mis tahad.

Füüsiline aktiivsus on samuti levinud: käiakse jalutamas, ujumas, võimlemas, pilatase treeningutel või spordikeskuses. Mõned säilitavad oma varasemaid hobisid, nagu puutöö, saunaklubis käimine või koroona mängimine päevakeskuses.

Ühistegevused ja sotsiaalsed kontaktid mängivad suurt rolli, pakkudes tuge ja kuuluvustunnet. Mitmed tõesid, et kodus püsides kipub sotsiaalne elu soikuma, mistõttu püüavad nad osaleda võimalikult paljudes tegevustes, olgu need siis päevakeskuses, seltsides või sõpruskonna kokkusaamistel.

Kui jääd koju, ei saagi enam välja.

Aga ongi nii, et ega koju jääda ei tohi. Kui üksi elad, siis koju jääda ei tohi. Peabki võtma osa siit ja sealt.

Tegevustes osalemist toetab ka info kättesaadavus. Peamisteks infokanaliteks on Facebook ja Võru Linna Leht, kuid oluliseks peetakse ka pensionäride päevakeskuse infostendi ning kultuurisündmuste portaale. Vanemaealised tuginevad sageli endiselt suust-suhu infole, saades uudiseid tuttavatelt, sõpradelt või korraldajatelt telefoni või e-posti teel. Osa eelistab Vikerraadiot või trükimeediat, samas kui mõni ei kasuta internetti ega sotsiaalmeediat üldse. Üldiselt peeti info levikut heaks, eriti väikeses kogukonnas, kus uudised liiguvad kiiresti isiklike kontaktide kaudu. See soodustab kogukonna sidusust ja aitab inimestel leida tee neile huvipakkuvate tegevusteni.

Avalikke ja kogukonnuume peeti üldiselt heaks ja mitmekesiseks, kuid esile toodi vajadus parandada ligipääsetavust. Näiteks asub päevakeskus teisel korrusel, mis raskendab liikumiskustega inimeste osalemist. Paljud ootavad Jüri tn 42 hoone ehk uue kogukonnakeskuse valmimist, lootes, et see pakub lifti, kaldteid, pesemisvõimalusi ja kööginurka, mis muudaksid ruumid mugavamaks ja kõigile kättesaadavamaks. Päevakeskuse praeguseid ruume peeti kitsaks, eriti neile, kes ei osale ringitegevustes,

mistõttu sooviti rohkem vabas vormis suhtlemiseks mõeldud alasid, näiteks väikseid vestlusi ja kohvinurki, mis aitaksid ennetada üksildust.

Positiivselt mainiti Tamula järve äärseid istumisalasid, kohvikuid, raamatukogu, kultuurimaja Kannelt ning Kubija spaa ja Väimela tervisekeskuse võimalusi, mis pakuvad head keskkonda nii liikumiseks kui ka sotsiaalseks suhtluseks. Samas märgiti, et mõnes kohas võiks olla rohkem lisateenuseid, näiteks kohvikuid või hubasemaid puhkealasid.

Paljud märkisid, et Võrus on piisavalt kultuuri- ja huvitegevusi nii noortele kui ka vanemaealistele: kontserdid, näitused, festivalid, pensionäride huviringid ja päevakeskuse tegevused. Samas tunnistati, et alati ei jõuta kõikjal osaleda – sageli lihtsalt ajapuuduse või tervisliku seisundi tõttu.

4.1.3. Vaba aja veetmise unistused

Intervjuud näitasid, et vastanute soovid ja unistused olid mitmekesised, kuid neid kujundasid tugevalt tervislik seisund, majanduslikud võimalused ja hoolduskoormus. Paljud soovisid jätkata juba tuttavate tegevustega või naasta varasemate hobide juurde, kuid liikumisraskused, kroonilised haigused ning vanusega seotud hirmud on nende võimalusi piiranud.

Eelkõige sooviti säilitada võimalikult aktiivne ja sotsiaalne eluviis. Paljud rõhutasid, et tahaksid liikuda nii kaua, kui tervis lubab, ning jätkata päevakeskuses või koorides käimist. Osa unistas sellest, et saaksid rohkem reisida ja ekskursioonidest osa võtta. Suurimaks takistuseks sellel on rahalised raskused. Mõned soovisid proovida uusi huvitegevusi, näiteks liituda näiteringi või rahvateatriga, või osaleda Väarikate ülikooli loengutes, kui neile see ajaliselt sobiks.

Kultuurielu jäi oluliseks ka tulevikku vaadates – sooviti jätkuvalt käia kontsertidel, teatris ja väljasõitudel.

Pensionäridele on oi-oi kui palju tegevust, vaadake sealt seinapealt (pensionäride päevakeskuse stend). Mulle aitab nendest kooridest, mina rohkem ei jõuagi. Seal on tegevust väga palju, müts maha.

Mõned rääkisid vajadusest luua kogukonnamajja mugav kohtumispaik, kus saaks lihtsalt olla, lugeda või infot vahetada, ilma end kohustustega sidumata. Mitmed pidasid oluliseks ka väiksemate, kodusemate kohtumispaikade loomist suurtes kortermajades, et pakkuda talvisel ajal võimalust väiksemas ringis kokku tulla. Samuti nähti vajadust luua ruume tantsuõhtute ja põlvkondadeülese tegevuse jaoks, et soodustada eri vanuserühmade koostegutsemist.

Mitmete jaoks olid unistused seotud perega – sooviti veeta rohkem aega laste ja lastelastega ning reisida, kuni tervis võimaldab. Samas kardeti rutiini ja hooldekodusse sattumist, rõhutades, et eelistatakse võimalikult kaua kodus elada ja vajadusel teenuseid sisse osta. Osa intervjueeritavaid märkis, et ei tee enam pikki plaane, elades pigem päev korraga, sest tervis või hoolduskoormus ei luba kaugemale ette mõelda.

Ütlen ausalt ega mul läheb see päev ära siin, kui ma siin abikaasaga tegelen ja siis toidu valmistamine, abikaasale söögi tegemine mõtlen. Siis käid poes ka. Siis niidan muru. Tuleb talv, lükkad lund, siis kütan ahju ja pliiti. Ja siis ongi õhtu käes.

Mõned tõdesid, et ebakindlus majanduse, poliitika ja sõjaliste sündmuste pärast teeb tulevikule mõtlemise ja planeerimise keeruliseks.

See kapitalism ei ole päris see, kuidas mina vanasti arvasin. Kuidas öeldakse – rikas saab rikkamaks ja vaene jääb vaesemaks ja nii see praegu ongi. Ja praegu kisub kõik allamäge.

Põlvkondadevahelist suhtlust nähakse loomuliku osana igapäevaelust. Enamik leidis, et vanus ei ole koos tegutsemisel takistuseks – tähtsamad on ühised huvid ja avatud meel. Noorte seltskonda peeti rikastavaks ja elurõõmu andvaks, kuna nad on energilised ja uudishimulikud. Mitmed tõid välja, et põlvkondadevahelised tegevused, nagu meisterdamine, kokkamine, sport, looduses liikumine või kultuuriüritused, võiksid pakkuda mõlemale poolele väärtust.

Siiski märgiti, et huvide erinevused ja noorte suur nutiseadmete kasutus võivad põlvkondi lahutada, mistõttu on oluline leida tegevused, mis kõnetavad eri vanuses inimesi.

Võõraste noortekampadega ma suhtlema ei kipu. Kes see ikka pensionärist nii väga huvitub?

Samas üldiselt suhtuti noortega koos olemisse positiivselt ja nähti selles võimalust hoida end vaimselt aktiivsena, jagada teadmisi ja oskusi ning tugevdada kogukondlikku sidusust.

4.2. Võru linna sotsiaalteenused

Mitmed intervjueerituist ei ole ise sotsiaalteenuseid kasutanud, kuid enamik teadsid inimesi, kes saavad abi koduteenuste, sotsiaaltranspordi, toidu kojutoomise või kodu hooldustöödega. Teenuseid kasutanud olid üldiselt rahul, eriti kiideti sotsiaaltranspordi ja koduhooldust, kuigi mainiti, et hind või piiratud sagedus võib osutada takistuseks iseseisvalt hakkama saamisel.

Mitmetes intervjuudes rõhutati iseseisvuse hoidmise tähtsust: abi otsima sageli ei minda, sest peetakse oluliseks ise toime tulla.

Peab ise hakkama. ... No ega ma ei saa nii hädaldama minna, et kuuled ma ei jõua. Ma ei saa. Peab hakkama saama. Võib olla tulevikus on abi vaja, aga praegu ma ei taha, ma proovin ise.

Ma ei ole siukene, kes läheb uksest uksele koputab, et kuule ma vajan abi. Ma ei ole siukene. ... Ise pusisid ja ise tegid. Seda küll, et ma sain natuke lisaraha tugikeskuse käest, et osta mähkmeid, eks ta oli pisikene summake. Üksinda peab tulema toime. Me Eesti naised peame ju sellised olema, et peame toime tulema. Mehed on äpud. Tõesti on äpud. Kui naised kõrvalt ära kaovad, siis vaata, millised nad välja näevad. Maailm variseb kokku. Naistel ei tohi midagi kokku variseda.

Samas oldi valmis abi vastu võtma, kui see oleks kättesaadav või selgesõnaliselt pakutud. Samuti rõhutati, et sotsiaalteenused peaksid aitama inimestel võimalikult kaua oma kodus toime tulla, et vältida hooldekodusse sattumist.

Mõned meenutasid, et varasematel aegadel nappis tuge vanemaealiste hooldamisel, kuid praegu pakub omavalitsus rohkem abi toimetuleku tagamiseks enda kodus. Positiivselt hinnati ka päevakeskuse tegevusi ja linnasauna võimalusi, mis aitavad vanemaealisi aktiivsena hoida.

Puudust tuntakse siiski mitmest teenusest: sooviti sagedasemat koduhooldaja külastust ja päevahoiuteenust uues päevakeskuses, et hooldajad saaksid tööajal hoolduskoormust jagada. Samuti tõsteti esile vajadus pisiremondi ja majapidamistöde abiteenuste ning soodsama ja paindlikuma sotsiaaltranspordi järele. Lisaks avaldati rahulolematust liiga väikeste toetuste pärast.

Siis võtku ka üldse ära eksole. ... See 30 ka üldse midagi ei ole. ... See 30 eurot on tõesti alandav meie jaoks.

Teenuste kohta saadakse infot peamiselt linna- ja vallalehest, pensionäride päevakeskusest, tuttavatelt ja sageli ka laste vahendusel. Osa vastanutest märkis, et teenuste kohta võiks avaldada rohkem ja selgemat infot, et ka vähem aktiivsed inimesed oskaksid vajadusel abi otsida või seda vastu võtta.

4.3. Liikumisharjumused ja keskkond

Enamik intervjueritustest liigub igapäevaselt jalgsi, kuna Võru on väike ja kompaktne linn. Paljud kasutavad ka isiklikku autot, eriti pikemateks sõitudeks või siis, kui tervis ei võimalda pikalt kõndida. Osa eelistab bussi näiteks tervisekeskusesse, turule või kaugemale sõitmiseks.

Võru on nii väike linnakene, siin on jalgsi isegi kõik käe-jala juures, rääkimata autoga liigeldes. Teed on pigem korras. Ei ole mingeid probleeme.

Mõned mainisid, et tervisemured, nagu puusa- või muude liigeste probleemid, piiravad nende jalgsi liikumist. Mitmed soovisid juurde pinke, eriti varjulisi istekohti vanemaealistele, ning arendusi kergliiklusteede ja rattateede ühendamiseks. Intervjueritud töid esile, et linn areneb jõudsalt, kuid äärelinna piirkondade hooldus võiks olla ühtlasem. Mõned töid välja, et rulaatorite ja lapsevankritega on keeruline liigelda kõrgete äärekivide tõttu.

Mul siin järve ääres on kaks tuttavat, kes käivad lastevankritega jalutamas. Pead ikka tõstma seda vankrit äärekivide tõttu.

Nüüd ... on probleem, et need jõnksud on sees. Isegi need kalde kohad, need häirivad.

Bussiliiklust hinnati üldiselt heaks – bussid sõidavad täpselt, on mugavad ja pensionäridele tasuta. Samas toodi välja mõningaid puudusi: mõnes piirkonnas peeti graafikut hõredaks, eriti nädalavahetustel, ning vahepeal tuleb pikalt oodata või teha ebamugavaid ümberistumisi. Märgiti, et bussipeatused võiksid olla paremini ilmastiku eest kaitstud ning kõrged astmed bussides ja kõnniteede äärekivid teevad liikumise keeruliseks just liikumisraskustega inimestele.

Kindlasti oleks vaja varjualuseid bussipeatustesse.

Laias laastus ollakse linnaruumiga rahul: Võru peetakse turvaliseks, hästi hooldatud ja jalakäijasõbralikuks linnaks, kus on meeldivad pargid, promenaad Tamula järve ääres ja piisavalt valgustatud tänavad.

Minu kogemuses Võru linn on parim koht väikeste lastega peredele ja penskaritele, sellepärast, et Võru on selline väike, kompaktne, kõik on olemas – koolid, lasteaiad, spordiväljakud.

4.4. Elukoht ja elamistingimused

Enamik intervjueeritustest tunnevad oma koduga tugevat seotust. Paljud rõhutasid, et kodu on nende endi rajatud või seotud oluliste elusündmustega, mistõttu on see neile sügavalt isiklik paik.

Lihtsalt ongi see suur pluss, et ei ela kuskil viiekordses majas. Ma saan välja minna, on oma õuekene. Saad oma šašlõkki sussutada. Keegi ei tule ütleva midagi.

Samas töid mitmed esile vanusega seotud keerulised praktilised probleemid – näiteks lehtede riisumine, akende pesemine, lumelükkamine ja puude tuppa toomine, mis muutuvad vanuse kasvades keerulisemaks. Kortermajades elavad vastajad mainisid, et treppide läbimine on vaevaline ja liftide puudumine raskendab liikumist.

Kaldtee oleks vaja mõlemasse trepikotta teha, mitte ainult mulle. Jah, sest meie majas on vanemaid inimesi. Teinekord on kiirabilgi lihtsam alla tulla. Kui nad toovad kandraamiga inimese alla, siis on nad kutsunud päästeteenistuse appi, kes aitavad kiirabil tõsta kandraami.

Kolimissoov oli üldiselt madal – enamik soovis jääda oma koju nii kauaks kui võimalik. Kodu peeti turvaliseks ja tuttavaks keskkonnaks, millest lahkumist ollakse valmis kaaluma üldse alles siis, kui tervis halveneb või majanduslik surve ei võimalda enam oma kodus elamist. Mitmed töid välja, et sooviksid elu lõpuni kodus olla ning tundsid hirmu hooldekodusse sattumise ees.

Igapäevase abi vajadus varieerus. Paljud saavad praegu hästi hakkama, kuid märkisid, et aja jooksul võib vaja minna abi väiksemate töödega – näiteks puude kandmise, akende pesu või torutöödega. Abiks ollakse harjunud pöörduma laste, naabrite või tuttavate poole.

Sõpru on vaja, kes usaldavad ja toetvad sind.

Ma ei tunne millestki puudust. Ma saan ise hakkama, teen kõik ise ära. Kui väga vaja on, siis poeg saab aidata.

Mitmed märkisid, et abi küsimine võib olla keeruline, sest ollakse harjunud ise hakkama saama.

Oi, nendega (väiksemad tööd kodus) peab ikka ise hakkama saama.

Teate, selle vanaduse kohta üldse - Donald Trump on minust umbes kaks kuud noorem ja tema on president juba teist korda. Nii et, ma mõtlen, et tuleb hakkama saada.

Küll aga oldi valmis abi vastu võtma, kui seda pakutakse väarikal ja taktitundelisel moel.

4.5. Üldine rahulolu Võru linnaga

Intervjueeritute üldine hoiak Võru linna suhtes on optimistlik, nad peavad seda meeldivaks, rahulikuks ja turvaliseks elukeskkonnaks. Võru linn on mugav ja turvaline koht, kus elada – kõik vajalik on lähedal, loodus on käeulatuses ning elu kulgeb rahulikus tempos.

Ei ole nagu viga. Trammid akna all ei kõrista. Suured autod ei sõida siin. Võru linn areneb.

Kriitikat sai eelkõige tervishoiu korraldus – mitmed intervjueeritud töid välja, et perearstide ja eriarstide töö on pealiskaudne, vastuvõtule pääsemine keeruline ning arstide vahel puudub koostöö. Mõned väljendasid rahulolematust ka raudteeühenduse puudumise ja piiratud transpordivõimaluste pärast.

Kokkuvõte

Eesti ja kohalike omavalitsuste arengudokumentid pööravad üha enam tähelepanu vanemaealiste heaolule ja vajadustele, peegeldades rahvastiku vananemist ning vajadust kohandada avalikke teenuseid ja poliitikasuundi vastavalt demograafilistele muutustele. Keskne on põhimõte, et inimesed elaksid kaua ja tervena, tunneksid end turvaliselt ning saaksid panustada ühiskonnaellu kogu elukaare vältel.

Oluline rõhk on sotsiaalsel kaasatusel, elukeskkonna ligipääsetavusel ja valdkondadeülesel koostööl, et tagada võrdsed võimalused ning toetada iseseisvat toimetulekut ka kõrges eas. Samas on vanemaealiste osalus ühiskondlikus elus ja vabatahtlikus tegevuses Eestis endiselt madalam kui paljudes teistes Euroopa riikides. Seega arenguruumi veel on.

Piirkondlikes arengudokumentides on teadvustatud rahvastiku vananemise mõju, kuid sihtrühmapõhine lähenemine on veel ebaühtlane. Vanemaealiste vajadusi käsitletakse sageli üldiste ligipääsetavuse ja tervise edendamise meetmete kaudu, ilma et neid süsteemselt poliitikasse lõimitaks.

Vanemaealiste sissetulekud on Eesti keskmisega võrreldes madalamad, eriti üksielavad ja naissoost vanemaealised on suhtelises vaesuses, mis muudab nende heaolu toetamise veelgi olulisemaks. Üldiselt rõhutatakse strateegilistes suundades vajadust käsitleda vananemist kui ühiskondlikku protsessi, mis mõjutab kõiki eluvaldkondi.

Fookusgruupiintervjuud ekspertide ja aktivistidega andsid mitmekülgse ülevaate Võru linna vanemaealiste heaolu, sotsiaalse kaasatuse ja elukvaliteedi teemadest. Aruteludest ilmnes, et kuigi Võru on üldiselt hinnatud turvalise, sõbraliku ja kultuuriliselt elava keskkonnana, seisavad linna vanemaealised silmitsi mitmete praktiliste ja sotsiaalsete katsumustega, mis piiravad nende täielikku osalemist ühiskondlikus elus.

Ühe keskse tähelepanekuna toodi esile osaluslõhe vanemaealiste seas: olemas on väike, kuid väga aktiivne tuumik, kes võtab järjekindlalt osa mitmesugustest tegevustest, ning suurem, passiivsem rühm, kes jääb organiseeritud tegevustest kõrvale. Praegused teenused ja huvitegevused on valdavalt suunatud juba aktiivsetele osalejatele, mistõttu jäävad vähemaktiivsed inimesed sageli kaasamata. Oluliseks takistuseks osalemisel nimetati füüsilist ligipääsetavust – paljud hooned on raskesti juurdepääsetavad, esinevad kõrged äärekivid ja talvised libedusprobleemid. Lisaks füüsilistele barjääridele mõjutavad osalemist ka sotsiaalsühholoogilised tegurid, nagu madal motivatsioon, hirmud ning harjumuse puudumine kodust välja tulla.

Eluasemeteemal rõhutati, et paljud vanemaealised elavad endiselt suurtes ja liftita kortermajades, mis muudab igapäevase liikumise ja kodu hooldamise keeruliseks ning

raskendab majanduslikku toimetulekut. Siiski peetakse eluaseme vahetust raskeks ja emotsionaalselt valuliseks, isegi kui elamistingimused on muutunud koormavaks.

Teavituse osas leiti, et kuigi teabekanaleid on mitmeid, ei jõua info sageli nendeni, kes seda kõige enam vajaksid. Kõige tõhusamaks peeti personaalset suhtlust ja otsest kutsumist, mis loob usaldust ja suurendab tõenäosust, et inimesed võtavad tegevustest osa.

Fookusgruppides nähti uue kogukonnakeskuse rajamises suurt potentsiaali lahendamaks mitmeid seniseid probleeme. Oodatakse, et keskus oleks täielikult ligipääsetav ja pakuks n-ö madala lävega võimalusi nii suhtlemiseks kui ka praktilisteks tegevusteks. Eriti tähtsaks peeti põlvkondadeüleste ja sotsiaalset sidusust tugevdavate tegevuste loomist. Näiteks võiks uues kogukonnakeskuses olla ühiskööök, remondi- ja meisterdamisnurk ning kohtumispaik, mis toetaks vanemaealiste aktiivset osalust ja kuuluvustunnet kogukonnas.

Küsitlustulemuste analüüs näitas, et enamik Võru vanemaealisi elab üldiselt rahuldavates elamistingimustes ning tunneb end linnas hästi, kuid mitmed praktilised ja sotsiaalsed takistused vajavad siiski tähelepanu. Peamisteks probleemideks on eluaseme liigsed kulud, füüsiline ligipääsetavus ja teabe kättesaadavus, mis piiravad vanemaealiste iseseisvat toimetulekut ja teenuste kasutamist. Kuigi suur osa küsitlusele vastanud vanemaealistest hindab oma tervist neutraalselt või positiivselt, mõjutavad paljude igapäevaelu liikumiskõrvaldused ja tervisemured. Valdav osa vanemaealistest ei kasuta kohalikke sotsiaalteenuseid – on nii neid vanemaealisi, kellel puudub lihtsalt abivajadus, kui ka neid, kes teenuseid vajavad, kuid toetuvad sageli hoopis näiteks oma lähedaste abile.

Sarnaselt fookusgruupiintervjuudele ilmnes ka küsitlustulemustest vaba aja ja kogukondlike tegevuste puhul osaluslõhe aktiivsete ja passiivsemate vanemaealiste vahel: osa Võru linna vanemaealistest elanikest osaleb aktiivselt kogukondlikus elus, ent paljud jäävad sellest kõrvale, peamiselt tervise, motivatsiooni või info puudumise tõttu. Siiski on vanemaealiste seas märkimisväärne hulk inimesi, kes tunneb valmisolekut ja soovi ühiskonda või kogukondlikku tegevusse (senisest enam) panustada.

Individaalintervjuud vanemaealisega näitasid, et paljude eluviis on üldiselt aktiivne ja sisukas, kuid seda piiravad tervis, majanduslikud võimalused ja hoolduskohustused. Paljud jätkavad varasemaid hobisid. Käsitöö, muusika, tants ja sport on endiselt olulised, ehkki vanus ja tervisemured on osa tegevusi piiranud. Kodu ja aiatööd, perega suhtlemine ning laste hoidmine täidavad suure osa igapäevaelust, mistõttu vaba aeg on suhteline mõiste.

Kultuurielu ja kogukondlikud tegevused mängivad paljude jaoks tähtsat rolli. Osaletakse päevakeskuse, kooride ja seltside tegemistes ning vabatahtlikus töös. Sotsiaalne suhtlus on oluline heaolu allikas: kodus püsimine võib viia isolatsiooni, mistõttu väärtustatakse võimalust teistega kohtuda ja midagi ühiselt teha. Samas on osa intervjuueerituist pigem

kodukesksed ning piiratud liikumisvõimaluste, tervise või rahalise takistuse tõttu vähem aktiivsed.

Infot saadakse peamiselt linnalehest, päevakeskusest, tuttavatelt ja sotsiaalmeediast. Üldiselt peetakse teavitust toimivaks, kuid soovitakse rohkem isiklikku ja lihtsas keeles infot. Oluliseks peetakse ka paremat ligipääsu avalikele ruumidele ja päevakeskuse tingimuste parandamist.

Abi palutakse pigem viimases hädas, sest iseseisvust peetakse oluliseks väärtuseks. Samas ollakse valmis tuge vastu võtma, kui see on väärikas ja praktiline. Puudust tuntakse väikeste abiteenuste (nt remondi-, transpordi- ja majapidamisabi) ning paindlikuma toetuskorra järele.

Enamik liigub igapäevaselt jalgsi, osad kasutavad autot või bussi. Võru linna peetakse kompaktseks, mugavaks ja jalakäijasõbralikuks linnaks, kuid soovitakse rohkem pinke, kaldteid ja paremat talvist teehooldust. Elukoha osas ollakse tugevalt seotud oma koduga – enamik soovib seal elada võimalikult kaua. Kolimisse suhtutakse tõrksalt, vaatamata sellele, et vananevad ja ligipääsmatud elamukohad toovad neile kaasa praktilisi raskusi.

Üldine rahulolu Võru linna elukeskkonnaga on kõrge. Linna tajutakse turvalise, rahuliku ja looduslähedasena, kus on head võimalused, et osaleda kultuurielus ja suhelda inimestega.

Suunised kogukonnakeskuse arendamiseks

Alljärgnevad soovitused põhinevad aruande erinevates analüüsiosades tehtud järeldustel ning koondavad kokku peamised tähelepanekud ja ettepanekud kogukonnakeskuse arendamiseks.

Äraütlus! Kõiki alljärgnevaid soovitusi tuleks enne rakendamist arutada sihtrühmaga, et tagada nende vastavus kohalike elanike vajadustele ja eelistustele. Kaasav arutelu aitab mõista, millised lahendused toetavad kõige paremini kogukonnatunnet ja soodustavad aktiivset osalemist keskuse tegevustes.

Ruumiloome

Ligipääsetavus peaks olema kogukonnakeskuse kujundamisel keskne põhimõte. **Hoonesse sisenemine ja seal liikumine peaksid olema mugavad kõigile** – oluline on kaldteede, libisemiskindlate pindade, piisava valgustuse, liftide ja puhkealade olemasolu. Samuti tuleb tagada, et keskusesse jõudmine oleks lihtne ja turvaline nii ühistranspordiga kui ka jala tulijatel. Liikumispiirangutega inimeste iseseisvat toimetulekut toetavad ligipääsetavuse põhimõtetest lähtuvad jalakäiateed (äärekivide puudumine ja pinkide olemasolu) ning nende korrapärane hooldus (nt talvel lumelükkamine).

Kogukonnakeskus võiks asuda nn **avatud kohtumispaik** – hubane ruum juhukohtumisteks, aga ka kohvihommikute, aruteluõhtute ja kontsertide korralduspaigaks. Lisaks võiks kaaluda keskusesse **ühisköögi loomist**, kus inimesed saaksid koos süüa valmistada ning kus võiksid toimuda kokandusringid. Selline ruum toetaks vanemaealistel teineteisega kontakti hoida. Samuti võiks kaaluda **remondi- ja puutöönurga** rajamist, mis pakuks võimalusi käelisteks tegevusteks, kus mh vanemaealised mehed saaksid edasi anda noorematele oma oskusi. Selline keskkond looks eeldused põlvkondadevahelisteks teadmiste ja kogemuste vahetamiseks ning toetaks kogukondlikku koostegutsemist. Eeskujuks võiks võtta Tartus tegutseva Paranduskeldri.

Keskuses võiks asuda ka **liikumisruum**, kus võiksid toimuda kerged treeningud, joogatunnid või tantsuõhtud. Füüsilist aktiivsust toetaks ka jõusaal, kus saaksid käia nii noored kui ka vanemaealised. Lisaks võiks luua **mitmeotstarbelise saali**, kus liigutatav mööbel võimaldab ruumi kiiresti ümber kujundada vastavalt vajadusele – olgu selleks seminar, huviring või kogukonnaüritus. Hoone lähedal võiks asuda **haljastatud puhkeala**, kus inimesed saavad mõnusalt aega veeta.

Üritused ja ringid

Kogukonnakeskuse programmis võiksid toimuda praktilised ja loovad tegevused – näiteks **kokandus-, käsitöö-, aiandus-, puutöö- ja taaskasutus- või parandusringid**. Need on nn. madala osaluskünnisega tegevused, mis pakuvad võimalust tegutseda oma võimete piires erinevatel inimestel. Lisaks sotsiaalsed kultuurisündmused, nagu **tantsuõhtud, mälumängud, kontserdid, aruteluõhtud või vestluskohvikud**, võiksid toetada uute sotsiaalsete suhete loomist, tuua uusi inimesi omavahel kokku, aidates seeläbi vähendada inimestes üksildustunnet.

Tervise ja liikumisega seotud tegevused võivad niisamuti toetada uute sotsiaalsete suhete loomist – **juhendatud jalutusringid, matkaklubi, kepikõnd, tantsutrenn, jooga ja võimlemine** aitavad hoida nii füüsilist kui vaimset heaolu. Lisaks võiks keskus pakkuda **teadlikkuse ja oskuste arendamise ringe**, mis käsitlevad enesearengu, nt finantskirjaoskuse, vaimse tervise ja hoolduskoormuse teemasid. Ürituste korraldamisel tuleks silmas pidada seda, et neis saaksid osaleda ka majandusraskustes vanemaealised.

Võiks kaaluda ka nn **inimraamatukogu** loomist, kus inimesed saavad end vabatahtlikena üles anda, et jagada oma teadmisi ja kogemusi – näiteks lastekasvatuse, kulturismi, käsitöö, toiduvalmistamise või mõne keele ja kultuuri tundmise vallas. Teised kogukonnaliikmed saavad neid inimesi n-ö „laenutada“ kindlaks ajaks, et nendega vestelda ja neilt õppida. Selline algatus toetaks teadmiste vahetamist ja põlvkondadevahelist suhtlust.

Info levitamine

Kohalik ajaleht ja personaalne suhtlus on kõige tõhusamad teabekanalid: 74% vanemaealistest saab vabaajategevuste kohta infot Võru Linna Lehest ja 49% lähedastelt või tuttavatelt. Seetõttu tasuks infot kogukonnakeskuse ja seal toimuva kohta levitada ennekõike nende kanalite kaudu. Kuid ka päevakeskus, raamatukogu, apteek ja meditsiinasutused võiksid olla kohad, kustkaudu levitada infot kogukonnakeskuse tegevuste ja teenuste kohta. Seejuures saab toetuda kogukonna eestvedajate, vabatahtlike, meditsiinitöötajate ja sotsiaaltöötajate võrgustikele, kellel on võimalik teavet inimesteni viia. **Personaalne kutse või soovitus usaldusväärse inimese poolt on eriti oluline passiivsemate vanemaealiste tegevustesse kaasamiseks.**

Lisaks võiks keskuse kommunikatsioon kasutada ka **digikanaleid**, sest nooremad vanemaealised kasutavad infoallikana aktiivselt ka sotsiaalmeediat ning internetti. Seega tasub digikanaleid kasutada mitte küll peamise, kuid tähtsa täiendava kanalina, mis aitab jõuda digipädevama sihtrühmani.

Persoonad ja soovitus

Peatükis on esitatud viis persoonat, mis põhinevad uuringu andmetel ja täiendavad esitatud analüüsi tulemusi. Persoonade eesmärk on aidata paremini mõista eri tüüpi vanemaealiste elukorraldust, vajadusi ja hoiakuid ning toetada teenuste disaini ja linnaruumi arendamist. Iga persona esindab tüüpilist elusituatsiooni, mida esines uuringus sagedamini ning mis toob esile vanemaealiste hakkamasaamise ja toetusvajaduse eripärad.

Äraütlus! Persoonad on kvantitatiivsetel andmetel põhinevad üldistused, mida täiendavad kvalitatiivsed andmed. Küsitlustulemuste põhjal on loodud persoonade raamistik, kirjeldades vanemaealiste seas sagedamini esinevaid mustreid ja tüüpe, samal ajal kui intervjuude tulemused aitasid neid mustreid ja tüüpe sisustada ning eluliste näidetega täiendada. Persoonade näol on seega tegu tüüpiliste analüütiliselt kasulike fiktiivsete kujutistega eri elustiilidest ja olukordadest, mis Võru vanemaealiste seas korduvad. Teisisõnu, persoonad ei peegelda üksikisikuid, vaid andmetest välja joonistunud mustreid ja tüüpe. Selline lähenemine aitab teenuste ja (linna)keskkonna kujundajatel paremini mõtestada vanemaealiste mitmekesisust ning kavandada lahendusi, mis arvestavad nii aktiivsete, iseseisvalt hakkamasaajate kui ka haavatavamate inimeste eripäradega.⁷

I persona: üksildane naine Helju

Ülevaade ja profiil

82-aastane üksinda elav naine, kelle elu keskpunktiks on tema korter ning kass, kes pakub talle peamist seltsi. Ta on lesk ja tema lapsed elavad teistes linnades. Liikumine on muutunud raskeks – trepid ja kõrged äärekivid on igapäevane takistus ja väljas käimiseks kasutab rulaatori tuge, ent selle tõstmine trepil ja ühistransporti on talle väga raske. Tema suhtlusvõrgustik on kitsas ning suurem osa ajast möödub kodus televiisorit vaadates. Sellest tulenevalt on ka



⁷ Persoonade pildid on loodud tehisaru abil, tegemist ei ole tegelike fotode ega isikutega.

süvenenud vaimne väsimus, käegalöömistunne (“ahh, mis nüüd mina...”) ja depressiooni ilmingud.

Igapäevane elu ja harjumused

Päevad mööduvad üksildaselt ja veidi nukralt koduses keskkonnas. Ta hoiab ühendust laste ja lastelastega telefonitsi, kuid kohtub nendega harva. Väljas käib vähe, sest liikumine on vaevaline ja ühistransport ei ole talle hästi ligipääsetav – peatus asub kodust kaugel ja kõrgeid trepiastmeid jalg enam ei võta. Korterit ümbruses puuduvad varjualusega pingid ja liikumissõbralikud kõnniteed, mis piirab tema võimalust kodu lähedal värskes õhus viibida.

Peamised katsumused ja vajadused

Tema suurimad takistused on füüsilise liikumise raskus ja üksindus. Ta ei oska ise abi küsida ning on tervishoiusüsteemis kogenud pettumust. Ta leiab, et perearstid suhtlevad vanemaealistega pealiskaudselt ja eriarstide juurde saamiseks peab pidevalt “võitlema”. Vajaks paremaks toimetulekuks koduteenuseid ja seltsilist/heaolumeistrit, kes aitaks igapäevaste toimingutega ja pakuks ka sotsiaalse suhtlemise võimalust. Samuti füsioterapeudi tuge kukkumisohu ennetamiseks ning sotsiaaltransporti arstil- ja poeskäikudeks.

Võimalused ja tugevused

Tal on säilinud side pereliikmetega, ent vajab tuge enese väärtustamiseks ja ehk ka uute suhete loomiseks. Armastab kodus olemist ja rahulikku rütmi. Tema kogemus ja elutarkus on väärtus, mida võiks kasutada vabatahtlikus töös või kogukondlike kohtumiste käigus.

Teenusedisaini soovitused linnale

Oluline on pakkuda talle ja sarnastele inimestele paremat ligipääsu elukeskkonnas – nt madalamad äärekivid, istumiskohad ja hea ühendusega kergliiklusteed. Vajalikud on regulaarsed koduvisiidi teenused, seltsiline/heaolumeister ja sotsiaaltransport. Teenused peaksid olema proaktiivsed, kuna ta ise abi ei otsi. Ilmselt oleks parim esmane kontakt perearsti kaudu, kes teaks ja oskaks soovitada teenuste taotlemist. Suhtlusringi laiendamiseks võiks keegi naabruskonnast teda endaga kaasa kuhugi kutsuda või leida talle keegi vabatahtlik seltsiline, kellega ta aeg-ajalt saaks helistada või kokku saada.

II persoona: tarmukas sädeinimene Liidia

Ülevaade ja profiil

75-aastane aktiivne ja tarmukas naine, endine tervishoiutöötaja. Elab koos perega (temast nooremad pereliikmed) 3-toalises korteris ja on tugevalt seotud kogukonnaeluga. Ta on positiivne, energiline ja oskab abi küsida, kui vajab. On seotud mitmete MTÜ-de ja vabatahtlike algatustega ning juhib kohalikke sotsiaalmeedia- ja kohtumisgruppe.



Igapäevane elu ja harjumused

Tema päevad on sisustatud – juhib kogukonnategevusi, osaleb rahvatantsuringis, korraldab üritusi ning kureerib aktiivset sotsiaalmeediakogukonda. On säilitanud uudishimuliku ja reipa meele, lävib meelsasti ka nooremate inimestega. Liigub enamasti jalgsi või rattaga, kasutab vahel ühistransporti. Hindab mitmekesiseid kultuuriüritusi ja käib teatris ning kontsertidel.

Peamised katsumused ja vajadused

Kuna ta võtab endale palju ülesandeid, vajab ta mõnikord tuge vaimse ja füüsilise tervise hoidmisel. Samuti vajab koolitusi ja praktilist tuge (nt projektikirjutamise või rahastuse leidmise osas), et oma ideid jätkusuutlikult ellu viia. Sellised aktiivsed vanemaealised vajavad enam infot ja tuge tegevuste korraldamiseks, mitte niivõrd otsest hooldusteenust.

Võimalused ja tugevused

Ta on kogukonnahing, kes innustab ka teisi. Tal on head teadmised, suhtlusoskus, ta on usaldusväärne. Sellised inimesed on väärtuslikud mentorid ja kogukonna tugiisikud, kelle kaudu saab tuge pakkuda ka teistele vanemaealistele.

Teenusedisaini soovitused linnale

Linn võiks pakkuda tugi- ja arenguprogramme aktiivsetele vanemaealistele, kes panustavad kogukonda vabatahtlikuna. Oluline on luua platvorm, kus nad saavad oma tegevusi koordineerida ja ühiselt toetust leida. Tuleks arvestada ka läbipõlemise ennetamisega – neile tuleks pakkuda vaimse tervise tuge, tugevdada tiimi ehitamise oskusi ja pakkuda sobivaid puhkusevõimalusi.

III persoona: iseseisev ja praktiline mees Ain

Ülevaade ja profiil

65-aastane mees, kes elab koos abikaasaga eramajas. Töötab osakoormusega – otseselt pole enam vaja tööl käia, ent talle meeldib oma valdkond. Senine töö on olnud hea sissetulekuga ja ta usub, et on oma heaolu välja teeninud. Elu on stabiilne, kuid tulevikule ei mõtle eriti. Teda võib kirjeldada kui praktilist, iseseisvat ja pigem rahulolevat.



Igapäevane elu ja harjumused

Ta veedab palju aega kodu ja aia eest hoolitsedes, käib saunas koos kindla sõpruskonnaga, mängib petanki, teeb remonttöid. Sotsiaalselt on mõõdukalt aktiivne – osaleb, kui kutsutakse, kuid algatab ise harva midagi. Reisib aeg-ajalt ja naudib seltskonda, kuid väärtustab privaatsust ja rutiini.

Peamised katsumused ja vajadused

Tema peamine proovikivi on vähene teadlikkus iseenda võimalikest tulevikuvajadustest – ta ei näe, kuidas linn või teenused saaksid teda toetada. Sellised inimesed on sageli nähtamatud linnale, kuivõrd nad ei vaja abi praegu, kuid võivad tulevikus ootamatult abivajajateks muutuda (nt tervise halvenedes) või siis, kui muutuvad ootamatult oma lähedase hooldajateks.

Võimalused ja tugevused

Ta on füüsiliselt aktiivne ja väärtustab iseseisvust. Selliseid inimesi saab kaasata kohaliku kogukonna heakorra algatustesse või vabatahtlike võrgustikku, kus nad saavad pakkuda praktilist abi teistele vanemaealistele. Tegemist on enesekindlate inimestega, kes armastavad ka esineda/õpetada/juhendada – neile selle võimaluse pakkumine võib tõsta nende huvi kogukonnaelus kaasa löömise vastu.

Teenusedisaini soovitusel linnale

Vajalik on ennetav kommunikatsioon ja infovahetus, mis aitab sellistel inimestel paremini mõista, millal ja kuidas teenuseid kasutada. Näiteks töötoad teemal „Kuidas planeerida vananemist – meeste eri“, võiksid suurendada nende teadlikkust ja valmisolekut abi vastu võtta.

IV persoona: hoolduskoormusega naine Valve

Ülevaade ja profiil

67-aastane naine, kes töötab osakoormusega ja samal ajal hooldab voodihaiget pereliiget. Elab kortermaja neljandal korrusel ning trepid tekitavad pidevat väsimust. Ta on vastutustundlik, kuid sageli ülekoormatud, kes jätab oma vajadused ja soovid tahaplaanile. Tunneb vaimset väsimust.



Igapäevane elu ja harjumused

Päevad mööduvad hooletöö ja palgatöö vahet pendeldades. Vaba aeg on piiratud ning ta saab harva käia sõpradega väljas või kultuuriüritustel. Liikumine on füüsiliselt koormavaks muutunud, eriti poekottidega trepist üles minnes. Ta oskab abi vastu võtta, kui seda talle pakutakse, kuid ei ole harjunud seda ise küsima – eriti just teenuste puhul, mis puudutavad tema isiklikke vajadusi.

Peamised katsumused ja vajadused

Suurim väljakutse on hoolduskoormus ja selle mõju tema enda tervisele ja toimetulekule. Vajab sotsiaaltransporti hooldatavale, koduhoolduse tuge ja ajutist asendusteenust hooldamisest, et saaks puhata. Kui ta soovib käia tööl, vajab ta, et neil päevadel, mil ta töötab, käiks keegi kodust läbi, viiks süüa ja kontrolliks, et hooldataval on kõik korras. Sellised inimesed on üks suurimaid riskirühmi – nad ei pruugi abi küsida, kuni on juba läbi põlenud või tervis on pöördumatult kahjustunud.

Võimalused ja tugevused

Ta on usaldusväärne, hooliv ja kohusetundlik. Kui talle pakkuda tuge ja juhendamist, saab temast väärtuslik kogukonna tugisammas, kes mõistab hooldajate vajadusi ja suudab tulevikus toetada ka teisi sarnases olukorras olevaid inimesi.

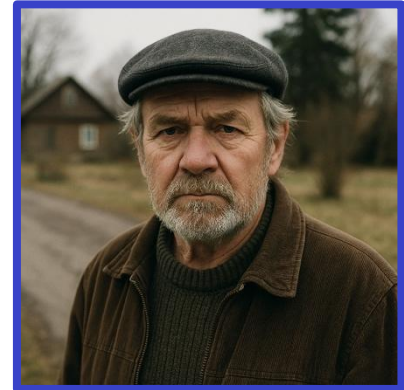
Teenusedisaini soovitused linnale

Linn peaks arendama hooldajate tugiteenuseid – regulaarne nõustamine, asendushooldus, vaimse tervise tugi. Samuti vajavad nad lihtsat juurdepääsu abiteenustele (nt ratastooli/rulaatori hankimine, sotsiaaltransport, koduteenus). Oluline on pakkuda ka emotsionaalset (võimalusel ka psühholoogilist või hingehoiu) tuge ja tunnustust nende panuse eest.

V persoona: üksik linna äärealal elav mees Rein

Ülevaade ja profiil

77-aastane mees, kes elab üksinda oma majas Võru linna serval. Maja vajab hooldust, kuid füüsilised võimed ja jõud on vähenemas. Ei sõida nägemise halvenemise tõttu enam ise autoga ning sõltub ühistranspordist ja lähedaste abist. Varasemalt oli tegev vabatahtlikus riigikaitstes, ent tervis ja vanus ei võimalda enam sinna panustada. On iseseisev ja uhke, kuid tunneb end järjest enam kõrvalejäetuna.



Igapäevane elu ja harjumused

Päevad mööduvad koduste töödega – kütab sauna, hooldab aeda, teeb väiksemaid remonditöid. Suhtleb aeg-ajalt sõpradega, kuid ise pigem külalisi ei kutsu, kuna elab kaugel. Ei osale päevakeskuse tegevustes ega huvitegevustes, kuna need tunduvad kauged või mitte talle mõeldud või ei toimu sobival ajal.

Peamised katsumused ja vajadused

Tal on süvenevad liikumisraskused ja väsib füüsiliselt kiiresti. Ühistransport on ebaregulaarselt kättesaadav ning sõltuvus teistest inimestest tekitab temas ebamugavust. Vajab koduteenust (soe toit, hooldustööd, aiatööd, lume lükkamine, puude ladumine) ning ligipääsetavat transporti, et jõuda arsti juurde või poodi.

Võimalused ja tugevused

Tugev tööharjumus ja praktilised oskused. Tema elukogemus ja maalähedus on väärtus, mida võiks kasutada kogukondlikus tegevuses (nt meeste töökojad või hooldustalgud). Kui talle läheneda austusega ja mitte haletsusega, on ta valmis koostööks. Üldiselt naudib ka naiste tähelepanu ja õhkab nostalgiliselt nooruspõlve tantsuõhtute ja seltskondlike sündmuste järele – taolistel üritustel osaleks meelsasti kui transport oleks tagatud.

Teenusedisaini soovituselinnale

Vaja on arendada paindlikke koduteenuseid, mis jõuavad ka linnaservas elavate vanemaealisteni. Oluline on parandada ühistranspordi ligipääsu (sh graafikute tihedust, peatuste võrgustikku ja nõudepõhist transporti) ja arendada liikuvate teenuste süsteemi (nt mobiilne hooldus või toidukuller vanemaealistele). Teenused peaksid toetama eneseväärikuse säilitamist.

Kasutatud kirjandus

- [PDF](#) Kalmus, V., Tambaum, T., Abuladze, L. (2023) 4.1 Use of digital tools, digital skills and mental well-being / Digivahendite kasutamine, digioskused ja vaimne heaolu. In Sisask, M. (ed). Mental Health and Well-being. Estonian Human Development Report 2023. Tallinn, Tallinn: Estonian Cooperation Assembly, pp. 235–250.
- [PDF](#) Pettai, I. ja Kase, H. (2023). *Vanemaealiste olukord Eestis. Üle-eestilise 2022. aasta uuringu tulemused*. Eesti avatud ühiskonna instituut.
- [PDF](#) Riigikantselei. (2021). *Strateegia "Eesti 2035"*.
- [PDF](#) Sakkeus, L. ja Leppik, L. (2016). *Pilk hallile alale. SHARE Eesti uuringu esimene ülevaade ja soovitud eakate poliitika kujundamiseks*.
- [PDF](#) Sihtasutus Võrumaa Arenduskeskus. (2022). *Võru maakonna tervise- ja heaoluprofiil 2022. Tervisedenduse tegevuskava aastateks 2023–2026*.
- [PDF](#) Sotsiaalministeerium. (2020). *Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030*.
- [PDF](#) Sotsiaalministeerium. (2023). *Heaolu arengukava 2023–2030*.
- [PDF](#) Sotsiaalministeerium. (2024a). *Programm Vanemaealised 2025–2028*.
- [PDF](#) Sotsiaalministeerium. (2024b). *Sotsiaalhoolekande programm 2025–2028*.
- [PDF](#) Statistikaamet. (2024). Vaesuses elavate inimeste arv on aastaga vähenenud, tajutav ilmajätetus kasvanud.
- [PDF](#) Statistikaamet. (2025). Statistika andmebaas. Tabel RL0621.
- [PDF](#) Tambaum, T. (2023). *Senioritöö tegijate uuring. Ülevaade*. Eesti kõrgkoolidevaheline demouuringute keskus.
- [PDF](#) United Nations Economic Commission for Europe. (2021). *Guidelines for mainstreaming ageing*.
- [PDF](#) Väljaots, K., Hein, T., Hiir, K., Adamson, A., Pajumets, A., Allik, A., Põlluste, M., Kljavin, K., Kalvo, R., Sepp, S. (2021). *Elukeskkonnaga rahulolu hindamise meetodika täiendusvõimalused ja andmete kasutamine säästva arengu suunamisel*. Uuringu lõpparuanne.
- [PDF](#) Võru Linnavolikogu. (2017a). *Võru linna arengukava 2017–2035*.
- [PDF](#) Võru Linnavolikogu. (2017b). *Hetkeolukorra ülevaade: Võru linna arengukava 2017–2035 lisa 2*.
- [PDF](#) Võru Linnavolikogu. (2022). Kestliku Võru linna visioon 2050 (Määrus nr 3, vastu võetud 19.01.2022). Elektrooniline Riigi Teataja.

Lisa 1. Meetodid ja andmed

Küsitlus

Uuringu käigus viisime läbi küsitluse, mille sihtrühmaks olid Võru linnas elavad vanemaealised vanuses 58+. Küsitlusega kogusime infot vanemaealiste elamistingimuste, tervise, liikumisharjumuste ja -võimaluste kohta ning hinnanguid Võru linnaga seotud aspektidele, nt sotsiaalteenuste ning vaba aja ja kogukondlike tegevuste kohta. Küsitlus oli eestikeelne⁸ ning ankeeti oli võimalik täita paberil või veebis. Ankeeti tuli täita vastajatel iseseisvalt ning see sisaldas nii valikvastustega kui ka avatud küsimusi.

Tulenevalt andmekaitsealastest nõuetest ei olnud võimalik moodustada sihitatud valimit ning edastada küsitluses osalemise kutse vaid uuringu sihtrühma kuuluvatele inimestele. Teavitustööd uuringu kohta alustati 2025. aasta mai alguses erinevates kanalites, et kasvatada sihtgrupis usaldust ja vastamisaktiivsust. Küsitluse kutses kirjeldasime sihtgruppi ning palusime sihtgruppi mitte kuuluvatel inimestel kutse edastada oma pereliikmetele või tuttavatele, kes vastata võiksid. Küsitlusele vastamise kutset jagasime sotsiaalmeedias, Võru linna kodulehel ning paberajalehel. Partnerorganisatsioonid tegid samuti teavitustööd.

Paberankeedid saadeti kõikidesse Võru linna eraisikute postkastidesse (kokku 4237 isikule), lisaks jagati neid Võru linnas toimunud üritustel (nt seniortantsupäeval, jaanipäeval) ning samuti sai paberankeete võtta Võru Linnavalitsuse infosaalist ja Võrumaa Keskraamatukogust. Paberil ankeete oli võimalik täita juuni lõpuni. Paberankeete said vastajad tagastada Omniva kirjakastidesse (tasutud ümbrik oli kirjale lisatud), Võru Linnavalitsuse infosaali või infosaali ukse kõrval asuvasse postkasti ning kogumiskastidesse Võrumaa Keskraamatukogus ja Võru Tervisekeskuses. Veebiküsitluse viisime läbi küsitluskeskkonnas Alchemer 5. juunist kuni 4. juulini 2025.

Kõik küsitluse vastused koguti vabatahtlikult ja anonüümselt. Eetikakomitee luba ei olnud vajalik, kuna küsitlus ei hõlmanud eriliigilisi isikuandmeid. Andmeid kasutasime üksnes käesoleva uuringu eesmärkidel ning pärast analüüsi valmimist säilitame neid piiratud juurdepääsuga arhiivis kuni projekti aruandluskohustuse täitmiseni. Uuringu raames kogutud anonüümsed andmed edastame tellijale. Paberkandjal täidetud ankeedid edastame aktiga tellijale, kes hävitab need pärast uuringu lõppraporti esitlust.

⁸ Võõrkeelsetele isikutele pakuti vajadusel abi, näiteks vene keelt kõnelevatel isikutel aidati ankeeti tõlkida Võru Linnavalitsuse sotsiaaltöösakonnas.

Küsitlusele vastajate profiil

Küsitlusele vastas kokku 579 inimest. Pärast andmete puhastamist ning kriteeriumitele mitte vastavate isikute välja filtreerimist⁹ jäi lõplikusse andmestikku 569 vastajat. Vastajate jaotus soo, vanuserühma, koduse keele, haridustaseme ning netosissetuleku lõikes on esitatud alltoodud tabelites (vt tabel 1–tabel 7).

Küsitlusele vastanutest olid 76% naised ning 22% mehed. Muu soolise enesemääratlusega vastajaid jäi alla 1%.

Tabel 1. Küsitlusele vastajad soo lõikes

Sugu	Vastajate arv	Vastajate osakaal (%)
Mees	126	22
Naine	435	76
Muu	2	0,4
Teadmata	6	1

Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Enim oli vastajate seas 65–69-aastaseid ja 70–74-aastaseid – mõlemaid veidi alla viiendiku (18%). Osakaalult järgnesid 75–79-aastaste vanuserühm (15%), 60–64-aastaste vanuserühm (14%) ning 80–84-aastaste vanuserühm (13%). Vähim oli vastajate seas 58–59-aastaseid ning 85+ vanuses vastajaid – mõlemaid 10%.

Tabel 2. Küsitlusele vastajad vanuserühma lõikes

Vanuserühm	Vastajate arv	Vastajate osakaal (%)
58–59	55	10
60–64	81	14
65–69	105	18
70–74	104	18
75–79	84	15
80–84	75	13
85+	58	10
Teadmata	7	1

Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Valdav enamik (94%) vastajatest elab Võru linnas. Vaid 4% vastanutest ei ela Võru linnas – nad märkisid oma elukohaks kas Võru või Rõuge valla. 2% vastajate elukoht on teadmata.

Enamikul (96%-l) küsitlusele vastanutest on leibkonna peamine kodune keel eesti keel. Vene keele märkis oma koduse keelena 2% vastajatest. Neid, kelle kodune keel on mingi muu keel või kellel on koduseid keeli mitu, oli mõlemaid alla 1% vastajatest. Seejuures hindas 71%

⁹ Filtreerisime andmeanalüüsis välja need vastajad, kes ei vastanud järgmistele kriteeriumitele: vanus 58+, elukohaks Võru linn/maakond ning vastatud vähemalt pooltele põhiküsimustest.

nendest, kelle kodune keel ei ole eesti keel, et nad saavad igapäevasuhtluses siiski eesti keeles hakkama ning 29% märkis, et nad saavad eesti keeles küll hakkama, kuid raskustega.

Tabel 3. Küsitlusele vastajad leibkonna peamise koduse keele lõikes

Leibkonna peamine kodune keel	Vastajate arv	Vastajate osakaal (%)
Eesti keel	544	96
Vene keel	14	2
Muu keel	4	0,7
Koduseid keeli on mitu/ei oska öelda	4	0,7
Teadmata	3	0,5

Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Küsitlusele vastanute seas oli enim kesk- või gümnaasiumiharidusega inimesi (37%). Kõrgharidusega vastajaid oli neljandik (25%) ning rakendusliku või kutsekõrgharidusega viiendik (20%). Alg- või põhiharidusega ning kutseharidusega (ilma keskhariduseta) vastajaid oli vastavalt 6% ja 8%.

Tabel 4. Küsitlusele vastajad kõrgeima lõpetatud haridustaseme lõikes

Kõrgeim lõpetatud haridustase	Vastajate arv	Vastajate osakaal (%)
Alg- või põhiharidus (sh lõpetamata keskharidus)	33	6
Kutseharidus (ilma keskhariduseta)	46	8
Kesk- või gümnaasiumiharidus	213	37
Rakenduslik või kutsekõrgharidus	116	20
Kõrgharidus (bakalaureus, magister, doktor)	143	25
Ei oska öelda	5	1
Teadmata	13	2

Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Suurem osa (68%) küsitlusele vastanutest märkis, et nad ei tööta, samas kui veidi alla kolmandiku (29%) vastajatest märkis, et nad töötavad. 3% vastajate tööstaatus on teadmata.

Ligi kolmandikul (31%-l) küsitlusele vastanutest on leibkonna igakuine netosissetulek keskmiselt 401–800 eurot. 24%-l vastajatest jääb netosissetulek vahemikku 801–1200 eurot, 15%-l vahemikku 1201–1600 eurot ning 11%-l vahemikku 1601–2000 eurot. Üle 2001 euro teenib igakuise netosissetulekuna kokku 12% küsitlusele vastanutest.

Tabel 5. Küsitlusele vastajad leibkonna igakuise netosissetuleku lõikes

Leibkonna igakuine netosissetulek	Vastajate arv	Vastajate osakaal (%)
Kuni 400 eurot	6	1
401–800 eurot	176	31
801–1200 eurot	136	24
1201–1600 eurot	83	15
1601–2000 eurot	64	11
2001–2400 eurot	33	6

2401–2800 eurot	10	2
2801–3200 eurot	13	2
3201 eurot või rohkem	13	2
Ei soovi avaldada	29	5
Teadmata	6	1

Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

Enamik vastanutest elab 1–2-liikmelistes leibkondades (vastavalt 46% ja 31%, kokku 77%). Kolm või rohkem leibkonnaliiget märkis kokku 7% vastajatest. 15% vastajatest jättis leibkonnaliikmete arvu märkimata.

Tabel 6. Küsitlusele vastajad leibkonna suuruse lõikes

Leibkonna suurus	Vastajate arv	Vastajate osakaal (%)
Üks leibkonnaliige	263	46
Kaks leibkonnaliiget	176	31
Kolm leibkonnaliiget	30	5
Neli leibkonnaliiget	8	1
Viis või rohkem leibkonnaliiget	8	1
Teadmata	84	15

Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

3% vastanute leibkonnas esineb vähemalt üks alaealine (alla 18-aastane) ning 5%-l vastajatest on vähemalt üks noor leibkonnaliige (18–29-aastane). Vastanud vanemaealiste seas on kooselamine lapse ja/või noorega järelikul harv. Vähemalt üks 30–57-aastane leibkonnaliige on 12% vastajate leibkonnas.

Tabel 7. Vanuserühmade esinemine vastajate leibkondades

Vanuserühm leibkonnas (vähemalt üks liige)	Leibkondade arv	Leibkondade osakaal (%)
Alla 18-aastane liige	18	3
18–29-aastane liige	26	5
30–57-aastane liige	67	12
58–64-aastane liige	143	25
65+ vanuses liige	366	64
Teadmata	84	15

Allikas: uuringu käigus kogutud küsitlusandmed

15% küsitlusele vastanutest hooldab vähemalt üks kord nädalas mõnda oma leibkonnaliiget või sugulast tema kroonilise haiguse, nõrga tervise, puude või vanadusega seotud probleemide tõttu. 79% vastajatest ei märkinud kellegi hooldamist, 7% puhul on see teadmata.

Küsitluse metoodikaga seotud tähelepanekud ja piirangud

Järgnevalt on koondatud peamised tähelepanekud ja juhtumid, kus küsitlusele vastamise käitumine viitab meetodilistele või kommunikatiivsetele takistustele. Analüüsimise, mis võis vastajaid eksiteele viia, millised järeldusi ja parendusettepanekuid saab sellest edasisteks andmekogumisteks teha ning kuidas käsitleda laekunud andmeid.

Küsitluse andmekogumisel ilmnas mitmeid juhtumeid, kus vastajad olid raskustes küsimuste mõistmisega või andsid vastuseid, mis viitasid arusaamatustele küsimuse sisus või vormis. Sellised olukorrad ei olnud üksikud, vaid kordusid eri ankeedipunktides, eriti nende küsimuste puhul, mis nõudsid keerulisemat infotöötlust, mitmeetapilist otsustamist või kätkesid keerulisi mõisteid. Näiteks ei mõistnud mitmed küsitlusele vastanud vanemaealised õigesti küsimust, mis puudutas leibkonna liikmete arvu ja vanuselist jaotust. Küsimus oli esitatud koos selgitava tekstiga ja definitsioonidega ning sellele järgnes näidistabel täidetud vastusega. Hoolimata selgitusest ja näitest ilmnas vastustes mitmeid probleeme: osa inimesi oli täitnud ekslikult just näidistabeli, osa oli jätnud ennast leibkonnaliikmete hulka arvestamata (selgus edasistes vastustes) ning paljud olid küsimuse sootuks vahele jätnud. Seega ei kajasta mitmed ankeedid küsitletud leibkonna koosseisu korrektselt ega täielikult, mis viitab küsimuse raskesti mõistetavale ülesehitusele ja näite ebapiisavale või koguni raskendavale mõjule vastamise kujundajana. Soovitav oleks edaspidi kaaluda küsimuse lihtsustamist või jagamist kaheks ning näidise asemel anda eraldi juhised koos hoiatusega, et näidist ei tohi kopeerida ega täitmisel kasutada (nt selge vesimärgis tabelil vms).

Vastamiskäitumist mõjutas samuti küsitlusuuringu kahes formaadis (veebipõhiselt ja paberankeedina) läbiviimine. Kahe formaadi vastamiskäitumine erines, kuigi ankeetide struktuur ning sisu (küsimuste järjekord, sõnastus jne) oli sama. Kui veebipõhises ankeedis oli teatud küsimustele vastamine kohustuslik ehk vastajal polnud võimalik midagi märkimata küsitluses edasi liikuda, siis paberankeedi puhul sellist kontrollivat mehhanismi rakendada pole võimalik ning kõigile küsimustele vastamine oli vabatahtlik. Samuti oli veebipõhises ankeedis võimalik rakendada vastusest tulenevat loogilist suunamist (nt kui vastaja märkis, et tema eluruum vajab kohandamist, siis suunati ta edasi küsimuse juurde, milliseks tegevuseks kohandamist oleks vaja), samas kui paberankeedi puhul olid suunamise juhised vastajatele tekstiliselt küll esitatud, kuid vastajad ei pruukinud neid juhiseid järgida ning kõik küsimused olid siiski kõigile nähtavad. Samuti erinesid veebipõhine ja paberankeet selle poolest, mitu vastusevarianti ära märkida sai. Veebis küsitlusele vastates oli tehniliselt ette määratud, kas küsimusele vastates saab märkida ainult ühe või mitu vastusevarianti, kuid paberil sai vastaja märkida ainult ühe vastusevariandiga küsimuste puhul siiski ka mitu varianti, kuigi juhised ühe variandi valimiseks oli esitatud. Lisaks võisid paberankeedi täitjad küsimuse kõrvale täiendavat informatsiooni kirja panna (nt kui vastaja märkis, et ta ei kasuta

ühistransporti, siis võis ta juurde kirjutada, miks ta seda ei tee), samas veebis puudus võimalus selliseks täpsustamiseks.

Küsitluse kahes formaadis läbiviimine tõstatas seega metodoloogilise küsimuse, kuivõrd võrreldavad on veebis ja paberankeedil kogutud andmed, kui vastamistingimused lubavad sisuliselt erinevat käitumist. Piiranguid arvesse võttes rakendati analüüsis järgmisi põhimõtteid:

- **Erinevate andmekogumite märgistamine.** Kõik vastused kodeeriti vastavalt nende päritolule – veebipõhine või paberankeet. Paberankeetide vastuste sisestamiseks arvutisse loodi veebiküsimustikust koopia, mille küsimused ja kodeeringud olid samad, kuid ilma loogiliste kontrollideta ja suunamiseta. Veebipõhiste ja paberankeetide vastused koondati ühte andmestikku, säilitades eri andmekogumite märgise.
- **Paberankeetidel märgitud mitme vastuse säilitamine ka ühe vastusevariandiga ettenähtud küsimuste puhul.** Mitme valikuga vastused paberankeetidel säilitati ning neid kodeeriti kui kombineeritud valikuid. Ühtegi vastust ei kõrvaldatud ega redigeeritud subjektiivselt, kui see polnud meetodiliselt põhjendatud.
- **Puudevate vastuste käsitlemine.** Kui vastus oli jäetud märkimata, kodeeriti see süsteemselt kui puuduolev väärtus (tähisega „NA“). Ei tehtud oletuslikku täitmist ega vastuste asendamist.
- **Läbipaistvus ja dokumenteerimine.** Andmehalduses ja meetodika kirjelduses viidatakse selgelt meetodilise otsuse tagamaadele, et säilitada uurimiseetiline ja teaduslik läbipaistvus.

Fookusgrupi- ja individuaalintervjuud

Fookusgrupiintervjuud olid poolstruktureeritud. Fookusgrupi intervjuud salvestati ja transkribeeriti. Tekste analüüsiti lähtudes uurimisküsimustest. Osalejate konfidentsiaalsuse tagamiseks intervjuueeritavatele aruandes nimeliselt ei viidata, neile on viidatud ekspertidena. Tsitaatidest on loetavuse jaoks välja jäetud kordused, kõrvalpõiked ja parasiitsõnad.

Individuaalintervjuud olid poolstruktureeritud. Individuaalintervjuud salvestati ning vastused anonüümiti enne analüüsi. Kuna analüüs viidi läbi RAP-meetodil, analüüsiti andmeid otse salvestuste põhjal. RAP-meetodika (ingl *Rapid Analysis Process*) on kiirendatud lähenemisviis kvalitatiivses andmeanalüüsis, kus andmestikku ei kodeerita, vaid lähtutakse ette antud teemadest, mille alla kogutud info (nt intervjuudest, vaatlustest või fookusgruppidest) liigitada. See võimaldab piiratud ajakava puhul kiiresti saada sügavamat arusaama Võru vanemaalaste olukorrast. RAP-analüüs viidi läbi Exceli tabelis. Uuringuaruandes esitatud intervjuukatketel viidatakse selles aruandes osalejatele

üldistatult, et tagada intervjueeritavate anonüümsus. Uuringuaruandes välja toodud tsitaatides on loetavuse jaoks välja jäetud kordused, kõrvalepõiked ja parasiitsõnad.

Intervjuude salvestised hoiustati turvaliselt Praxise SharePointi keskkonnas, millele on ligipääs ainult projektimeeskonna analüütikutel. Intervjueeritavatelt küsiti osalemiseks teadlikku nõusolekut suuliselt. Nõusoleku andmist sisaldavad salvestise lõigud eraldati ülejäänud andmestikust ning neid hoiustatakse eraldi turvalises kaustas kolm kuud pärast uuringu lõppu, seejärel kustutatakse need jäädavalt. Pärast RAP-analüüsi läbiviimist kustutati kõik intervjuude täissalvestised ning alles jäeti üksnes anonüümitud töofailid ja analüüsitulemused. Andmete töötlemisel ja hoiustamisel lähtuti Euroopa Liidu isikuandmete kaitse üldmäärusest (GDPR) ning hea teadustava põhimõtetest.

Lisa 2. Intervjuukavad

Individuaalintervjuude kava

Sissejuhatus

- Intervjueerija tutvustus
- Uuringu tutvustus, intervjuus käsitletavate teemade lahti seletamine (nt mis on sotsiaalteenused), intervjueeritavale võimaluse andmine küsimuste esitamiseks
- Nõusolek ja konfidentsiaalsus (vabatahtlik osalemine, nõusoleku igal ajal tagasi võtmine, tulemuste avaldamine anonüümselt, salvestamiseks loa küsimine)

Taustainfo

1. Kui vana te olete?
2. Kas te töötate?
3. Kellega te koos elate ja kus (korter/maja)?

Vaba aja sisustamine ja tegevused, kogukonnategevused

4. Kas teil on olnud varasemalt hobisid või huvialasid, millega pikemalt tegelesite?
 - a. Kas tegelete nendega ka täna?
5. Kui mitte, siis mis põhjusel on tegelemine soiku jäänud? (*Nt tervis, võimaluste puudumine, elumuutused*)
 - a. Kas oleks soov neid hobisid või tegevusi taaselustada, kui tingimused oleksid sobivad?
6. Millega te praegu oma vaba aega sisustate?
7. Kas Te käite kuskil teistega koos midagi tegemas, näiteks ringis, üritusel või seltsis?
 - a. Kui ei käi, siis mis takistab – kas tervis, transport, hind või muu?
 - b. Kui saaksite osaleda, siis millega te ise saaksite panustada või mida teistega jagada? (*Nt oskate te äkki süüa teha, käsitööd teha, laulda, pilli mängida, lugusid jutustada. Võib-olla üritusi korraldada, hoolitseda lillede või loomade eest, õpetada midagi lastele või noortele või hoopis oma elukogemust jagada?*)
8. Kust te saate infot huvi- ja kogukonnategevuste kohta Võru linnas? (*Nt Võru linna kodulehelt, Võru linna Facebooki lehelt, sotsiaaltöötajalt, mõnelt seltsilt, pereliikmetelt, lähedastelt-tuttavatelt, Võru Linna Lehest, päevakeskusest, raamatukogust vm*)
9. Kui mõtlete vaba aja veetmisele, kas on veel midagi, mida te tahaksite teha?
 - a. On teil unistusi või soove?
 - b. Kas on midagi, mida olete tahtnud proovida, aga pole seni võimalust olnud? (*Nt sportimine-liikumine, kultuuriüritustel osalemine, õppimine, kokkamine,*

meisterdamine, näitering, lihtsalt koosolemine oma eakaaslastega, mälumäng, kirik, jne)

10. Kas Võru linnas on kohti, kuhu saab kodust välja minna, et sõprade või tuttavatega kokku saada ja aega veeta? Mis need kohad on?
 - a. Kas selliseid kohti oleks teie arvates vaja rohkem ja millised need võiksid olla?
 - b. Kui kaua te olete Võrus elanud? Kui te olete siin kaua elanud, siis kas te mäletate, et varem oli Võrus selliseid kohti, kus oli hea inimestega kokku saada ja aega veeta?
11. Kui mõtlete oma tuleviku peale, järgmisele 3–5 aastale, siis millisena näete oma vaba aja veetmist? Sh
 - a. Millised harjumused ja tegevused jäävad samaks?
 - b. Mis ja kuidas võib muutuda?
12. Kui te mõtlete vaba aja veetmisele koos teistega, siis kellega koos teile meeldib aega veeta? Kas pigem enda vanustega, nooremate inimestega või näiteks eri vanuses inimestega koos?
13. Kas olete kunagi koos nooremate inimestega midagi teinud? Näiteks perega, naabritega, mõnes ringis või üritusel, või vabatahtlikus töös?
 - a. Kui jah, siis kuidas see kogemus oli? Mis jäi meelde?
 - b. Kas teile meeldiks teha midagi koos noorematega (7–15a), näiteks aiatööd, käsitööd või mängu? Mis Teile sobiks ja mis ei sobiks?

Sotsiaalteenuste kasutamine ja abi saamine

14. *Võru linn pakub erinevaid sotsiaalteenuseid, näiteks koduteenus, sotsiaaltransport, tugiisik, hoolduse määramine, linnasaun, päevakeskus, eluruumi tagamine, võlanõustamine.* Kas olete neist teenustest kuulnud või teate, et linn neid pakub?
15. Kas te olete ise kasutanud Võru linna sotsiaalteenuseid?

Kui on teenuseid kasutanud, siis:

 - a. Milliseid teenuseid olete kasutanud?
 - b. Kas olete teenus(t)ega rahul?
 - c. Mida võiks muuta teenuste pakkumisel?
 - d. Millist abi teil veel vaja oleks, millistest teenustest tunnete puudust?

Kui ei ole teenuseid kasutanud, siis:

 - e. Kas teate kedagi, kes neid teenuseid kasutab? Mis teenuseid ja milline Teie hinnangul on tema rahulolu nendega?
16. Kas on midagi, millega vajate igapäeva elu toimetuste juures abi?

Kui jah, siis:

 - a. Millist abi Teil vaja oleks?

- b. Kas olete teenuseid taotlenud? Kui ei, siis miks? Mis on takistanud teenuste taotlemist või kasutamist?

17. Kust te olete saanud infot sotsiaalteenuste kohta?

Liikuvus

18. Kuidas te Võru linnas ringi liigute?

- a. Aga väljaspool Võru linna?

19. Kas olete rahul sellega, milline Võru linn igapäevaselt liikumiseks on – näiteks teed, valgustus, pargid ja puhtus, müra, turvalisus tänaval ja bussiliiklus, bussipeatused?

- a. Mis on hästi? Mis võiks paremini olla?

20. Mis raskendab teie liikumist Võrus – näiteks teolud, bussid, trepid või vähesed pingid?

21. Kas kasutate bussi?

- a. Kui jah, kas see toimib hästi?

- b. Kui ei, siis miks mitte? (*Nt ajad ei sobi, pole sobivat liini, pole infot, peatus kaugel, tervis või liikumiskeskkond?*)

22. Milline bussiliiklus sobiks teie vajadustega kõige paremini?

- a. Mis võiks olla teisiti – näiteks täpsemad ajad, kergem info leidmine, lihtsam peale- ja mahaminek või kodu lähedal peatus.

- b. Mis paneks teid bussi sagedamini kasutama?

Elukoht ja elamistingimused

23. Kus Te elate – majas/korteris? Kas olete rahul oma koduga?

- a. Mis teile kodu juures meeldib – näiteks suurus, mugavused, ligipääs või seisukord?

- b. Mis teile ei meeldi – näiteks kütteprobleemid, vaja remonti, pesemisvõimalused, õues käimine või turvalisus?

- c. Kas kodus on midagi, mis teeb igapäevased toimetused või liikumise raskeks?

- d. Kas kodu juures on midagi, mis teeb kodust väljas käimise raskeks?

24. Kas te üldse tahaksite Võrus teise elukohta kolida?

- a. Kui jah, siis milline see uus kodu peaks olema, et te koliksite?

- b. Ja kui te koliksite, siis millist abi te vajaksite linna poolt?

25. Kas Teil on kodus olnud olukordi, kus oleks vaja kedagi väiksemate töödega appi – näiteks purni vahetamine, nagi seina panek, muru niitmine, lehtede riisumine, puude tuppa toomine, lume lükkamine või akende pesu?

- a. Mis töödega kõige rohkem abi vaja läheks?

- b. Kuidas te seni olete hakkama saanud ja kust abi saanud?

- c. Kas oleks vaja, et linn või keegi pakuks sellist abiteenust?

Rahulolu eluga Võru linnas

26. Kui mõtlete oma elule Võru linnas, kas olete sellega üldiselt rahul?
- a. Mõelge näiteks, kuidas on huvitegevuste ja vaba aja veetmise võimalused, sotsiaalteenused, kogukonnaelu, liikumisvõimalused ja Teie kodu.
27. Mis on teie arvates Võrus hästi ja mida võiks paremini teha?

Tänamine ja lõpetamine

Fookusgrupiintervjuude kava

Sissejuhatus (kuni 5 min)

- Fookusgrupiintervjuu läbiviija tutvustus
- Uuringu tutvustus, fookusgrupiintervjuu eesmärk
- Nõusolek ja konfidentsiaalsus (turvaline keskkond, tulemuste avaldamine anonüümselt, salvestamiseks loa küsimine)
- Ühised kokkulepped (teistele sõna andmine, vahele ei sega)

*** on tähistatud küsimused, mida ajapuuduse korral prioritiseerida ning kindlasti küsida*

Tutvustusring (10 min)

- Iga osaleja tutvustab end lühidalt – nimi, asutus/ametikoht ning kokkupuude vanemaealistega (nt millises rollis ta vanemaealise heaolu või teenustega tegeleb)

Vaba aeg ja sotsiaalne elu (sh selleks teenused) (15 min)

1. Teie kogemuse põhjal, kuidas sisustavad Võru linna vanemaealised oma vaba aega (sh teenused vaba aja veetmiseks)? Millised tegevused on vanemaealiste seas populaarsemad ja kus need tavaliselt toimuvad? Milliseid erinevusi on märgata vanusegruppide vahel (nt 58–65a, 66–75a, 75+)? **
2. Teie hinnangul, kuidas osalevad vanemaealised praegu Võru kogukonnaelus? (millistes kogukonna tegevustes vanemaealised osalevad, nt kas vanemaealised tegutsevad vabatahtlikuna, osalevad ürituste korraldamises jne) **
3. Teie kogemusel, millised tegurid soodustavad vanemaealiste osalemist vaba aja tegevustes ja sotsiaal- ning kogukonnaelus? (Nt tervis, hind, motivatsioon, ürituste/toimingute kättesaadavus, transport, perekonna või sõprade tugi jne) **
4. Teie kogemusel, millised tegurid piiravad vanemaealiste osalemist vaba aja tegevustes ja sotsiaal- ning kogukonnaelus? (Nt tervis, hind, motivatsioon, ürituste/toimingute kättesaadavus, transport, perekonna või sõprade tugi jne) **

5. KOV: Kuidas omavalitsus toetab vanemaealiste vaba aja tegevusi ja sotsiaalseid elu? Kas on programme, teenuseid või algatusi, millega julgustatakse vanemaealiseid aktiivselt osa võtma ühistegevustest?

Teenused ja info kättesaadavus (20 min)

6. KOV: Milliseid teenuseid kasutavad vanemaealised praegu kõige enam ning kuidas te hindate nende teenuste kvaliteeti ja kättesaadavust Võru linnas? (Siia alla kuuluvad nii sotsiaal- ja tervishoiuteenused) **
- Kuidas toimub vanemaealistele mõeldud teenuste planeerimine ja arendamine kohalikul tasandil? Kas ja milliseid andmeid või vanemaealiste tagasisidet te selleks kasutate? Kuidas otsustate, milliseid teenuseid pakkuda või toetada? **
 - Kuidas teete koostööd erinevate osapooltega vanemaealistele teenuste pakkumisel ja arendamisel? *(Nt koostöö teenuseosutajate, MTÜ-de ja kogukonnaga, samuti teiste omavalitsuste või riigiasutustega)*
 - Millised on peamised väljakutsed KOV vaates vanemaealistele teenuste planeerimisel ja pakkumisel? *(Nt piiratud rahastus, spetsialistide puudus, infovahetus ja koostööprobleemid jne)***
 - Teie kogemusel, kui teadlikud on vanemaealised olemasolevatest teenustest ja võimalustest? Milliseid infokanaleid kasutatakse, et info jõuaks sihtrühmani (nt kasutatakse internetti, kohalikke ajalehti, infotelefone, päevakeskusi, sotsiaaltöötajaid, tuttavate soovitusi vms)? **
7. Teenusepakkuja: Kuidas teile tundub, kui suur osa Võru linna vanemaealistest elanikest teie teenuseid kasutavad?
- Kas olete uurinud, kuidas hindavad vanemaealised elanikud teie teenuste kvaliteeti ja kättesaadavust Võru linnas? **
 - Teie kogemusel, kui teadlikud on vanemaealised olemasolevatest teenustest ja võimalustest? Milliseid infokanaleid kasutatakse, et info jõuaks sihtrühmani? *(Nt kasutatakse internetti, kohalikke ajalehti, infotelefone, päevakeskusi, sotsiaaltöötajaid, tuttavate soovitusi vms)***
8. Teie kogemusel, millised tegurid soodustavad vanemaealiste teenuste kasutamist? *(Nt tervis, hind, motivatsioon, teenuste kättesaadavus, transport, perekonna või sõprade tugi jne)***
9. Teie kogemusel, millised tegurid piiravad vanemaealiste teenuste kasutamist? *(Nt tervis, hind, motivatsioon, teenuste kättesaadavus, transport, perekonna või sõprade tugi jne)***
10. Kas Teie organisatsioonidel (kui ka laiemalt) on valmisolek teha noorteorganisatsioonidega koostööd? (On see vajalik, kasulik?)

Liikuvus (20 min)

11. Teie hinnangul, millised on Võru vanemaealiste liikuvusharjumused, -viisid ja võimalused? **
 - a. Milliseid liikumisharrastusi Võrus vanemaealistele pakutakse?
 - b. Millised on võimalused ise liikuda (matkarajad, kergliiklus jms)?
 - c. Milliseid transpordivõimalusi kasutatakse? (*Nt jalgsi, ühistranspordiga, isikliku autoga või sõltuvad teiste abist*)
12. Teie kogemusel, millised tegurid soodustavad vanemaealiste liikuvust? (*Nt tervis, hind, motivatsioon, teenuste kättesaadavus, transport, perekonna või sõprade tugi jne*) **
13. Teie kogemusel, millised tegurid piiravad vanemaealiste liikuvust? (*Nt tervis, hind, ühistranspordi graafik, kaugus teenustest, harjumused, üksildus jne*) **
14. KOV: Kas kohalikul omavalitsusel on mingeid algatusi või teenuseid, mis aitavad vanemaealisi liikumisel? (*Nt ühistranspordi soodustused, eritransporditeenus või sotsiaaltransport, jalakäijatele sobiva keskkonna loomine jne*)
 - a. Täpsustus: Kas need teenused on võrdselt kättesaadavad kõigile vanemaealistele või suunatud teatud sihtgrupile?

Elamistingimused (ainult KOV, 15 min)

15. Kuidas hindate Võru vanemaealiste tüüpilisi elamistingimusi ning kuivõrd tulevad nad toime oma eluaseme haldamisega (sh erinevad elamispiirkonnad ja leibkonnad – üksi elav vanemaealine oma kodus – korteris või majas – perega elav isik; sotsiaalkorter jm)?
 - a. Teie kogemusel, millised tegurid soodustavad vanemaealiste puhul heade elamistingimuste saavutamist ja eluaseme haldamist? (*Nt tervis, hind (eluaseme hind, remont jm), motivatsioon, perekonna või sõprade tugi jne*) **
 - b. Teie kogemusel, millised tegurid piiravad vanemaealiste puhul heade elamistingimuste saavutamist ja eluaseme haldamist? (*Nt tervis, hind (eluaseme hind, remont jm), motivatsioon, perekonna või sõprade tugi jne*) **
16. Teie kogemusel, milliseid meetmeid on omavalitsus rakendanud vanemaealiste elamistingimuste toetamiseks? (*Nt eluaseme kohandamise toetused, sotsiaalkorterite võimalused, toetatud elamise teenused, koduhooldusteenused jms*) Kas on valdkondi, kus oleks vaja täiendavaid algatusi, et vanemaealiste kodune toimetulek paraneks?
 - a. Täpsustus: Kas need teenused on võrdselt kättesaadavad kõigile vanemaealistele või suunatud teatud sihtgrupile?

Kogukonnakeskus (kui on aega; tutvustada ideed, 5–10 min)

17. Mõeldes kõigi eelnevate teemade peale – kas tuleb pähe midagi, millele peaks eriti tähelepanu suunama kogukonnakeskuse loomisel just vanemaealiste perspektiivist? (*Nt liikumine, elamistingimused, kokkupuude noortega, teenused, vaba aeg*)

Kokkuvõte (5–10 min) **

18. Kokkuvõttes, millised tunduvad olevat positiivsed tegurid vanemaealiste üldise rahulolu osas Võru linnas?
19. Millised tunduvad olevat piirangud vanemaealiste üldise rahulolu osas Võru linnas?
20. Kas on veel mõni oluline tähelepanek või mõte seoses tänase teemaga, mida keegi tahaks esile tuua, kuid mille kohta küsimust ei küsitud?

Tänamine ja lõpetamine