



# Kuidas terviseprofiili abil kohalikku arengut suunata?

Eesmärkide seadmisest MTÜde rollini

Maali Käbin

Tervise Arengu Instituut





## Eesmärkide seadmine

- Eesmärk = soovitud tulemus
- Tulekahjude arv on kõrge → tulekahjude arv on vähenenud
- Terviseprofiili indikaatorid on paljuski kontekstiindikaatorid - nad näitavad, milliste probleemidega on paikkonnas tarvis tegeleda.
- Tegevuste planeerimiseks on vaja kogutud info põhjal ise määrata tulemusindikaatorid ning seada sihttasemed.
- Eesmärgi täitmist peab olema võimalik mõõta!





## Kriteeriumid, millele peaksid tegevused vastama

- 
- 
- Süstemaatilisus
  - Pikaajaline tõhusus
  - Tõendus põhised
  - Otsime vastuseid küsimustele:
    - Kas see püsivalt muudab nende inimeste (igapäeva)eludes midagi? Mida nad ülejäänud aasta teevad?
    - Kas see muudab nende inimeste elus PÄRISELT midagi, mitte ainult teadlikkust?



## Tegevuste planeerimine


- 
- 
- ✓ Tegevuste elluviimine ilma põhjalikult läbimõtlemata = niigi väheste ressursside raiskamine.
  - ✓ Koosta tegevustele alati mõõdetavad eesmärgid, et tõestada nii rahastajatele, elluviijatele jt, kas tegevustega saavutati oodatud tulemusi.
  - ✓ Ära jäta tegevuste planeerimise käigus kõrvale tegevusi, mis tunduvad liiga suuri rahalisi ressursse nõudvat - raha on alati võimalik leida juurde.
  - ✓ Kui senised tegevused ei ole viinud soovitud muutusteni, siis tuleb analüüsida, kas need on sobimatud tegevused või ei ole tegevuste maht piisav.

## Probleem: eakate üksindus






## Kuidas läheneme?



(a) Eakate tervisepäev. Mõõdetakse vererõhku, kolesteroolitaset ning jagatakse toitumisalast nõu.



(b) Valla kultuurimajas hakkab kord nädalas tegutsema eakate päevakeskus.

(c) Kohalikus põhikoolis kuuenda klassi lapsed lähevad üksi elavatele eakatele külla, et uurida, kuidas neil läheb ning sõlmida kokkuleppeid edasisteks kohtumisteks.

- Milline tegevus on teie arvates mõistlikum? Miks?

## Kuidas mõõta? Mille alusel hinnata tegevuste sobivust?

- Lihtne on mõõta, kui mitu inimest osales spordipäeval.
- Kuid ka teisi, keerukamaid tegevusi saab samamoodi arvudesse panna. Kui on 300 üksi elavat vanainimest, siis võib tulemusindikaatoriks olla, et 150-l neist on keegi, kellel käib keegi kodus ja vaatab, kuidas tal läheb. Seda ei pea tegema üks sotsiaaltöötaja.
- Kas vanainimesele on rohkem abi sellest, et ta saab kord aastas eakate päeval käia või sellest, et on regulaarsed tegevused?
- Kes tulevad päevaüritustele? Need, kes juba on aktiivsed, need, kellel juba on sõbrad - mitte see, kes on üksinda kodus.
- Kuidas mõjutab sekkumine sihtgrupi/kohaliku elaniku elu igapäevaselt?



## Probleem: valla elanikud liiguvad vähe

- Mida teete? Kuidas püüate olukorda parandada?
- (a) Kampania “Liigu rohkem!” “Sõida rattaga!”
- (b) Uus kergliiklustee paar kilomeetrit linnast välja
- (c) Koostöös tööandjatega töökohtadel või nende läheduses füüsilist aktiivsust võimaldavate alade loomine koos töötajate juhendamisega



## Kampaania “Liigu rohkem!”



**Vello, 47a**



## Teadlikkuse tõstmisest

- Teadlikkust tõstvad tegevused suurendavad ebavõrdsust. Kampaniaid võib teha, kui samal ajal tegeleda ka takistuste kõrvaldamisega, ebavõrdsuse vähendamisega.
- Kampaniad võivad tõmmata tähelepanu ja ressursse ära nendelt asjadelt, mida reaalselt saab olukorra parandamiseks ära teha.
- Teavitustöö on üsna tänamatu töö, kuna võib elluviijates tekitada tunde, et nad on palju pingutanud, kuid inimeste käitumine ikkagi ei muutu.
- Mis kasu on Vellol, et ta saab teadlikumaks sellest, et ta peab liikuma rohkem, toituma tervislikult, suhtlema rohkem? Kui ta ei saa majast välja, kui ta ei saa tööle?
- Millest oleks Vellole kasu?

## Juhtumitöö vs kogukonnatöö

- Iga valla töötaja ei pruugi ennast näha kogukonna liikme ja arendajana.
- Pole vaja lahendada ainult Vello probleem, vaid piirkonna kõigi Vellode probleemid.
- Selles pole vastuolu, et kas teen juhtumitööd või aitan planeerida piirkonna tegevusi. Teha tuleb mõlemat!
- Sotsiaalprobleemid on tihti seotud piirkondliku eripäraga ning sel juhul vastab kogukonnatöö enam piirkonna vajadustele kui tsentraalselt korraldatav hoolekanne, olles
- Hoolivus ja turvalisus, e-kaasatus



## Eesmärkide ja tegevuste hindamine

- Asjakohasus - kas eesmärgid on kohased probleemi lahendamiseks?
- Tõhusus - kas tulemusi oleks võimalik saavutada ka väiksemate kulutustega?
- Efektiivsus - kas on saavutatud seatud eesmärgid?
- Jätkusuutlikkus - kas mõju jätkub ka pärast projekti lõppemist?
- Kasulikkus - kas mõjud vastavad ühiskonna vajadustele ning aitavad kaasa paikkonna sotsiaalmajanduslike probleemide lahendamisele?

## Eesmärkide ja tegevuste hindamine

- ✓ Tegevusi tuleb planeerida tõenduspõhiselt ehk tuginedes faktidele, mitte „kõhutundele“ ja isiklikele eeldustele tuginedes.
- ✓ Tõenduspõhine planeerimine ei tähenda ainult uuringutest ja akadeemilisest kirjandusest pärit faktidele tuginemist, vaid ka kohalike elanike arvamuse küsimist ning kohalike spetsialistide reaalsel faktidega tõestatavatel olukordadel põhinevate seisukohtadega arvestamist.
- ✓ Tegevuskavad ei tohiks „sündida ametniku kabinetis”. Planeerimise protsessi tuleb alati kaasata tegevuste sihtrühma esindajad.

- ✓ Eraldiseisvate üksiktegevustega on väga väike tõenäosus saavutada inimeste käitumises olulisi muutusi.
- ✓ Inimeste tervisekäitumise muutmiseks on vaja ellu viia tegevusi, mis moodustavad tervikliku komplekti - tegevused peavad hõlmama võimalikult suurt hulka olulisi käitumis-mõjureid.

## Paikkonna elanike tervis on meie kõigi teha

- Selleks, et planeerida tõhusaimad tegevused, tuleb väga hästi mõista konkreetse probleemi põhjuseid - selle tegemata jätmine võib viia ebaefektiivsete tegevuste planeerimiseni.
- Palju saab teha koostöös kogukonnaga, MTÜ-dega, sotsiaalsete ettevõtetega
- Palju saavad teha ka need, kes esmapilgul endal rolli ei näe: paralleelselt juhtumitööga tuleb tegeleda ka elukeskkonna planeerimisega nii, et see toetab üksikjuhtumite lahendamist
- Paljud efektiivsed tegevused ei nõua raha, kuid nõuavad pikaajalist tööd
- Hästi seatud eesmärgid ja õigesti valitud sihttasemed motiveerivad tegutsema



**AITÄH!**