

„Hea tervise eest!“ II ümarlaud 29.01.2016

Tervisedendajate võrgustiku eesmärkide ja koostöömudeli arutelu KOKKUVÕTE

Arutelu põhines 26.01.2015 toimunud ümarlaual toimunud arutelude tulemustele. Kuivõrd seoses II ümarlauale oli oodata võrreldes I ümarlauaga valdavalt uusi osalejaid (I ümarlaud toimus Tartus ja II Tallinnas), siis selleks, et oleks võimalik esimesel kohtumisel saadud sisendi põhjal uue seltskonnaga edasi liikuda, said osalejad I ümarlaua sisendist kokkuvõtte enne 29.01 ümarlaua toimumist.

Töötoas vaadati kõigi arutelupunktide puhul eelmise korra Maailmakohviku meetodil toimunud ajurünnakutelt saadud sisend üle ning vajadusel lisati seekordsete osalejate mõtteid.

Seekordseks kohtumiseks seatud **eesmärk** oli alustada tulevase koostöövõrgustiku koostöömudeli ja tegevuskava kokkuleppimist.

Arutelu tulemused arutelupunktide kaupa:

1. Tervisedendajate võrgustiku eesmärgid (miks on võrgustikku meile vaja)

Aruteludokumendis olid võrgustiku loomise ja selle tegemistes osalemise põhjused jaotatud tinglikult kahte gruppi – 1) Eesti elanike tervisedendusega seotud eesmärgid ja 2) võrgustiku liikmete/ tervisedendajate võimekuse ja arenguga seotud eesmärgid. Lõplik eesmärkide sõnastus sai järgmine.

EESMÄRK 1. Eesti elanike terviseteadlikkuse kasv ja teadlik tervisekäitumine

KÄITUMINE on põhiline - ja et positiivne tervisekäitumine ka säiliks

Eesti inimeste terviseteadlikkuse ja -käitumise mõjutamine:

- Selleks, et teada sihtgrupi vajadusi ja huvisid
- Et teada, mis juba toimub/ tehakse ja mida on vaja juurde teha (millest on sihtgrupid huvitatud9-oluline on uurida nii oma võrgustiku sees kui ühiskonnas laiemalt (nt partnerite kaudu)
- Inimeste terviseteadlikkuse tõstmiseks
- Selleks, et jõuda koos rohkemate inimesteni
- Saada erinevate teadmiste ja oskustega edendajate kontakte, keda esinema kutsuda
- Selleks, et jõuda koostööni akadeemilise meditsiiniga tervisedenduses
- Viia terviseeemad inimestele lähemale (koolitusest ei piisa, hea info, toidu, ürituste kättesaadavus pole piisav) ja jõuda positiivse tervisekäitumise muutuse ja säilimiseni

EESMÄRK 2. Liikmete areng/ areng nii tervisedendajatena kui isiksusena (toetus ja inspiratsioon endale):

- Et saada paremaid mõtteid teistelt edendajatelt
- Jagada omavahel kogemusi
- Enda oskuste täiendamiseks
- Tõsta enda teadlikkust
- Selleks, et ise tervemaks saada
- Selleks, et enda enesekindlust tõsta
- Hea teada, et pole üksi, jaksata

Mitmed 29.01 ümarlaual osalejad (eeskätt kohalike omavalitsuste tervisedenduse spetsialistid, KOV terviseprojektide eestvedajad, ka ühe diagnoosipõhise ühenduse esindajad) leidsid, et tervisedendajaid koolitatakse palju, aga tulemusi on sellega võrrelduna vähe. Võrgustiku tegevuste rõhk peaks seepärast olema kindlasti tegudel (tervisedendusel) ja alles seejärel liikmete arengul tervisedendajana.

Sama tendents peegeldus ka eesmärkide arutelu visualiseerimisel, kus kõigil osalejatel paluti märkida ühistel suurtel paberitel 10 palli skaalal, kui oluline on talle esimene või teine eesmärk. Kõik osalenud märkisid väga tähtsaks (9-10 palli) esimese eesmärgi (Eesti inimeste teadliku tervisekäitumise). U 2/3 osalenutest märkisid väga oluliseks (9-10 palli) ka teise eesmärgi – tervisedendajate areng, toetus ja inspiratsioon, kuid u 1/3 puhul oli selle eesmärgi tähtsus umbes 5 palli juures. Seda selgitati nii, et toetus tuleb mujalt ja koolitusi on nii palju, et ei jõua osaleda (nt KOVide esindajad), samuti ei saanud väga põgusa kogemuse ja võrgustiku loomise ühel üritusel osalemise kogemuse põhjal veel otsustada, kas on vajadus ja tahtmine võrgustikuga liituda.

Eesmärkide arutelu ühe **järeldusena** nenditi, et 29.01 osalejate hulgas liigub palju infot tervise teemaliste koolituste ja konverentside kohta. Enne ise võrgustiku liikmeid koolitama asumast tuleks see KOOLITUSVÕIMALUS ÄRA KASUTADA JAGADES KOOLITUSINFOT OMAVAHEL listi, FB kaudu.

2.KES me oleme võrgustikuna? KES meie hulka kuuluvad?

See oli küsimus, mida esimesel ümarlaual ei arutatud (v.a. paaril korral seoses jooksvalt tekkinud aruteludega). Ometi ei saa võrgustiku loomisega edasi liikuda, kui neile küsimustele ühiselt aktsepteeritavat vastust pole. Seega toimus sel teemal väike ajurünnak ja arutelu.

Kokkuvõtteks iseloomustavad võrgustikku ja selle liikmeid järgmised omadused:

- oleme eeskätt KODANIKUALGATUSLIKUD
- meie hulka on oodatud kõigi sektorite esindajad (me ei lükka kedagi nende sektorilise kuuluvuse pärast tagasi, kuid ka ei keskendu spetsiaalselt ühe või teise sektori liikmete võrgustikku värbamisele)
- meie hulka kuuluvad nii põhitegevusena kui kõrvaltegevusena tervisedendusega tegelejad
- PAKUME IGAKÜLGSET TERVISEGA SEONDUVAT INFOT
- PAKUME TERVIST TOETAVAD PRAKTIKAID (seoses liikumise, toitumise, vaimse tervise, sh teraapiaaladsed praktikad)
- pakume ka kogemusnõustamist, isiklike kogemuste jagamist, oleme ise eeskujuks

Oma üritustest, pakutavatest praktikatest jm võrgustiku kommunikatsioonikanalite kaudu infot jagades on **oluline tunnetada, milleks Eesti inimene/ ühiskond valmis on**. Kasutame igaüks oma sisemist tsensuuri. Kui kahtlen, kas minu teema/ praktika on võrgustiku kaudu jagamiseks sobiv, küsin võrgustikuliikmetelt nõu

NB! OLEME IGA PRAKTIKA PUHUL TÄHELEPANELIKUD JA JAGAME INFOT –

- mille osas aitab (tõendus, kogemused, kuid vastutus jääb kliendile),
- teisalt oleme teadlik riskidest ja anname sellest ka klientidele/osalejatele/inimestele teada.

Eesti kontekstis uudsemate/ alternatiivsemate praktikate/tehnikate/ meetodite puhul saab nende tutvustamiseks tervisedendajate võrgustikus korraldada töötubasid nt suve- või talvapäevadel.

3.Tervisedendajate võrgustiku koostöömudel

Enne koostöömudeli valiku teemani jõudmist vaadati taustamaterjalidena läbi eelmisel ümarlual kogutud ettepanekud võrgustiku tegevuste, kommunikatsioonikanalite ja koostööpartnerite kohta ning liiguti siis koostöömudeli valikuteni:

Katusorganisatsioon/ MTÜ	Ühistegevus sünergia ja toetuse loomiseks
Lihtliikmed, põhiliikmed	Projektipõhine, ürituste/ ettevõtmiste põhine ja vabatahtlik (löön kaasa, kui tundub hea ja vajalik)
Liikmemaks veebi ja andmebaasi ülalhoidmiseks	Osalustasud (ürituste puhul) või projektirahadest. Püsikulude katmine (veebi ja andmebaasi ülalhoidmine) vajab otsustamist
Makstud töötajad/ eestvedajad	Juhtgrupp/ veduri roll roteeruv (nt maakondade tervisedendajad korda mööda tervisetöetajate inspiratsioonipäevade või järgmise poolaasta koostöö korraldajana.
Töötajad saavad koolitust võrgustiku juhtimiseks	Vedur kaasab järjekorras järgmise veduri(d), et sel oleks järgmist üritust või perioodi korraldades lihtsam. Oskused on meie endi seas, panustame vabatahtlikuna
Aruandluse vajadus liikmetele	Aruandlus võib olla – selle vorm on kokkuleppeline
Suuremate /kulukamate sündmuste, tegevuste korraldamiseks võime rahastamisprojekte esitada (kas oma MTÜ või mõne teise, valdkonnaga seotud organisatsiooniga koostöös.	

Osalejad leidsid aga, et olematu koostöökogemuse ja enamuse arutelul osalejate jaoks esimese kohtumise põhjal on **koostöömudeli üle otsustada veel vara**.

Selleks, et päeva lõpuks saada selgem arusaam võrgustiku vajalikest funktsioonidest ja olla seega paremini valmis koostöömudeli valiku aruteluks, toodi välja, millised peaksid olema võrgustiku minimaalsed tegevused, et oma olemasolu õigustada.

Minimaalne, mida võrgustik peaks tegema:

- **Kord aastas kokkutulek /inspiratsioonipäevad** (mida rohkem omavahelist suhtlust, seda parem)
- **Omavaheline infovahetus** – FB kommuun (kas Uus Tervis või kitsam, võrgustiku huvilistele?) – KUI, SIIS KINNINE GRUPP. Eestlased paraku pole nii aktiivsed oma tegemistest infot jagama.
- **Meililist** on oluline
- **Ühes kohas info koos meist ja meie tegemistest** – ankeet. VEEBILEHT, KUS ON INFO + VEEBILEHE VASTU HUVI TEKITAMINE (mõelda, millised otsingusõnad viivad meie leheni + minna oma lehele läbi Google`i)

- **Kord aastas tervisenädal** – sel puhul kasulik TAI kampaaniate perioode ära kasutada

JÄRELDUS:

Selleks, et otsustada, milline on meie tegevusmudel, on vaja ühist tegemise kogemust, sünergiat, usaldust. Seda saab tekitada näiteks sellisel moel, nagu Hea Enesetunde Nädala töötoas 29.01 ümarlaul.

Järgmisel ümarlaul võiks ühe võimalusena hakata töötoas hakata ühise kogemuse süvendamiseks korraldama suvepäevi/ inspiratsioonipäevi.