TARTUMAA TERVISE JA HEAOLU TEGEVUSKAVA 2024-2026

Tartumaa Arengustrateegia/ **Strateegiline eesmärk:** Tervelt elatud eluaastad – Tartumaal lähtutakse arengutes, elu- ja ettevõtluskeskkonna loomisel ja teenuste planeerimisel eesmärgist tõsta inimeste tervelt elatud eluaastaid.

**Fookusvaldkond** **HEAOLU: Tartumaa mitmekesised, uuenduslikud ja kättesaadavad teenused võimestavad elanikke ning toetavad kogukondi.**

Rakendusmeede: Tõhus ennetustöö heaolu, sotsiaalse sidususe, rahvatervise ja turvalisuse heaks

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Eesmärgid, indikaatorid, tegevussuunad ja tegevused | AEG , INDIKAATOR | ELLUVIIJA |
| 2024 | 2025 | 2026 | Vastutaja | Partnerid |
| **Eesmärk 1.** **Tartumaa on liikuma kutsuv maakond, kus 75% elanikkonnast tegeleb erinevate liikumisharrastustega ning väärtustavad tervislikku ja kohalikku toitu.****Indikaatorid:** * Liikumist toetavad tõenduspõhised programmid ja projektid on rakendatud 80% õppeasutustes ( võrreldes 2021) ( Liikuma Kutsuv Kool, Õuesõpe, liikumisvahetunnid, Sport Kooli jt)
* 65% 11-, 13-, 15-aastastastest lastest on vähemalt üks tund kehaliselt aktiivsed viiel või enamal päeval nädalas. (Baasväärtus 53,3%) 2021/2022. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HBSC uuring) TAI andmebaas).
* Vabal ajal harrastab tervisesporti 2-7 korral nädalas 55% täiskasvanud elanikkonnast. (Baasväärtus 44,1% ) 2020 TKU110: Toitumise ja liikumise kaitsetegurid elukoha maakonna ja peamiste sotsiaaldemograafiliste näitajate järgi, 2020 (TAI andmebaas)
* Tartumaa 1.klassi laste ülekaalulisus ( 27,9%) on vähenenud 5%. ( Allikas: uuring COSI021 1. ja 4. klassi laste kehamassiindeksi kategooriad erinevate meetodite, vanuse ja maakonna järgi ) TAI andmebaas
* 11-, 13-, 15-aastaste laste ülekaal/rasvumine on jäänud baasväärtuse tasemele. Baasväärtus 2021/2022 aastal 21%. (Allikas: KU321: Kehamassiindeks elukoha piirkonna järgi. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HBSC). TAI andmebaas.
* Hommikusööki söövate laste arv jääb samale tasemele ka põhikooli õpilaste hulgas ( 1.klassi õpilased 87,1% COSI07: 1. ja 4. klassi laste hommikusöögi tarbimine vanuse ja soo järgi) TAI andmebaas
* Puu- ja köögiviljade söömise sagedus kooliõpilaste seas 5-6 päeval nädalas on suurenenud 30% . Baasväärtus 2021/2022 aastal 21,7%. Allikas: KU221 Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HBSC uuring) TAI andmebaas.
* Haridusasutuste osakaal maakonnas, kelle arengufookuses on süsteemne tervise eesmärkide sõnastamine ja rakendamine on 95%ni. (indikaatoriks 2021 TEK 18 ja TEL 19 võrgustiku liikmete osakaal haridusasutustest)
* Tervisliku toitumise põhimõtetest lähtub 65%. Baasväärtus: 29,1%. Allikas: Tervise Arengu Instituut, Täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring TKU10
* Huviharidusega hõivatute osakaal (7 –16 aastased) suureneb 15% ( Baastulemus 50%.)
* Ülekaaluliste ja rasvunute osatähtsus maakonna elanikkonnast langeb 20% võrra. Ülekaaluliste ja rasvunute osatähtsus Tartu maakonna 16-64-aastastest elanikest 2020 oli 46%, sh meestest 54% ja naistest 38%. (Allikas: TKU43: Kehamassiindeks soo, vanuserühma ja piirkonna järgi. Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring. TAI andmebaas).
 |
| Tegevussuund 1.1.Tartumaa laste ning noorte toitumis- ja liikumisharjumuste parandamine |
| Tegevus:1.1.1.Haridusasutuste personali ja lapsevanemate teadlikkuse tõstmine puu- ja köögivilja tarbimise olulisusest; õpilaste tervislike toiduvalikute motiveerimine | SAPERE metoodikal põhinev koolitusprogramm „Meelte Kool“ ,mis käsitleb praktilisi tegevusi lastele ja teoreetilist informatsiooni õpetajatele, lisaks juhendeid ja soovitusi toitlustajatele ning lastevanematele.  | koolitusprogramm „Meelte Kool“ | koolitusprogramm „Meelte Kool“ | TOLMTÜ „Meelte Kool“ | KOV haridusasutused |
| Tegevus 1.1.2.Koolides I ja II kooliastme kooliõpilaste kokandusringide tegevuse käivitamine  | Ümarlauad kooli kokkade ja õpetajatega, võimaluste, vajaduste välja selgitamine, kooli ja vallajuhtide kaasamine  | õpilaste kokandusringid  | õpilaste kokandusringide koostöösündmused, võistlused, Tartumaa Noore koka konkurss | TOL | KOV haridusasutusedTervise Arengu Instituut TENK võrgustik |
|  Tegevus 1.1.3.Koolisööklad koolirestoraniks! Haridusasutuste menüüde hindamine ja koolisööklate järelevalve teostamine. | Konkurss : Parim koolisöökla“. Kokkade tunnustamine.Õpilaste kaasamine koolitoidu kvaliteediprogrammi arendamisele.  | Soovitused haridusasutuse pidajatele ja juhtidele, teavitustöö ja koolitused koos uuenduste rakendamisega (kokkadele) | Profikokkade kaasamine koolisööklate uuendamisele ja toitlustajate koolitamisele, rahvusvaheliste kootööpartnerite kaasamine uuenduslike ideede tutvustamisel | TOLKOV | KOV haridusasutusedrahvusvahelised koostööpartnerid |
| Tegevus 1.1.4. "Liikuma kutsuv kool" metoodika rakendamise valmisoleku hindamine koolides. | Liikuma kutsuva kooli heade praktikate tutvustamine, maakondliku koostöövõrgustiku tegevuskava koostamine | Tegevuskava elluviimine | Tegevuskava elluviimine | TOLTartumaa Spordiliit | TÜ LiikumislaborKOV haridusasutused |
| Tegevussuund 1.2. Tartumaa kov haridusasutuste, avaliku ja ettevõtlussektori koostöö tervist toetava ja keskkonnahoidliku toitlustusteenuse arendamisel. Koostööprogramm „Talust taldrikule!“ |
| Tegevus 1.2.1. Kohaliku toidu tootjate tootmisvõimaluste ja haridusasutuste kohaliku toidu toorainevajaduse ekspertuuring | Uuringu läbiviimine I p/a,uuringutulemuste tutvustamine, analüüs.Tegevuskava koostamine | Tegevuskava elluviimine | Tegevuskava elluviimine | TOLKohalikud OmavalitsusedTartumaa toiduvõrgustik | Mahepõllumajanduse KoostöökoguMaaülikoolTartumaa Arendusselts (TAS) |
| Tegevus 1.2.2. Kohalike ettevõtjate koostöö käivitamine paikkonna haridussektoriga | Ümarlauad kohalikes omavalitsustes kohalike toidutootjate ja haridusjuhtidega koostööprogrammi väljatöötamiseks, et viia õpilased tootmisega tutvuma | Õpilaste ja kohalike toidutootjate koostööprogramm: Tean, kust tuleb minu toit!“ | Õpilaste ja kohalike toidutootjate koostööprogramm: Tean, kust tuleb minu toit!“ | TOLKohalikud OmavalitsusedTartumaa toiduvõrgustik | TASTartu ÄrinõuandlaTartumaa Tootjate LiitKOV haridusasutused |
| Tegevus 1.2.3. Haridusasutuste toitlustusteenuse osutajate kaasamine, kokkade koostöö edendamine | Kooli- ja lasteaiakokkade koolitused ja kokkade võrgustamine | Kooli- ja lasteaiakokkade koolitused ja kokkade võrgustamine | Kooli- ja lasteaiakokkade koolitused ja kokkade võrgustamine | TOLKohalikud Omavalitsused | Mahepõllumajanduse KoostöökoguMaaülikoolKOV haridusasutusedTervise Arengu Instituut |
| Tegevussuund 1.3. Täiskasvanud elanikkonna tervist toetavate toitumisharjumuste ja liikumisharrastuse kujundamine |
|  Tegevus 1.3.1. 25-64 aastaste naiste ja meeste regulaarse füüsilise aktiivsuse säilitamine ja toitumisharjumuste parandamine | Maakonna spordi- ja liikumisharrastuse arengukava tegemine ja tegevuste rakendamine | Tegevuskava rakendamine. Praktikate jagamine. Tagasisidestamine, tulemuste hindamine. | Tegevuskava rakendamine. Praktikate jagamine. Tagasisidestamine, tulemuste hindamine. | TOLTartumaa SpordiliitKOV | Spordiklubid SpordikoolidHuvikoolidVabaühendusedKoolispordiliitTerviserajadMTÜ Jalgrattamatkad |
| Tegevus 1.3.2Maakonnaülene tervislikku toitumist kajastav kommunikatsioon  | Regulaarne teema aktuaalsena hoidmine ja elanike tervisekäitumise suunamine. Tervislike toiduvalikute tutvustamine sh lehed, raadio, telesaated ja veebid | Maakonna toitlustusasutuste kaasamine  |  |  |  |
| **Eesmärk 2.** **Loodud on eeldused maakonna elanikkonna vaimse tervise probleemide varajaseks märkamiseks ja vaimset tervist toetava tugisüsteemi väljatöötamiseks** **Indikaatorid:*** Oma tervist heaks või väga heaks hindavate koolilastest osakaal kasvab. Baasväärtus 2021-2022 aastal 81,6%. (Allikas: KU111: Tervise enesehinnang piirkonna järgi. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HBSC) TAI andmebaas.
* Laste depressiivsete episoodide esinemine langeb. Baasväärtus 2021-2022 aastal 21,2 %. (Allikas: KU121: Depressiivsete episoodide esinemine piirkonna järgi. Kooliõpilaste tervisekäitumise uuring (HBSC). TAI
* Koolikiusamist 1vähemal 2 korda kuus kogenud õpilaste arv väheneb 5%. Baasväärtus 2021-2022 aastal 13,9 %.
* Lastega seotud perevägivallajuhtumite arv väheneb (võrdlus 2018 aasta seisuga).
* Suitsiidide arv on vähenenud miinimumini. (Tartu maakonnas sooritas 2020. aastal enesetapu 21 inimest, neist 18 meest ja 3 naist)
* Tõusnud on elanike teadlikkus varajaseks märkamiseks ning suitsiidide ennetamiseks
* Tööealiste elanike osakaal, kes ütlevad, et on viimase 30 päeva jooksul masendunud, õnnetud (depressioonis) väheneb. Tulemus: 10% .Baasväärtus 2021-2022 18,3% ( Allikas TKU104 Tervise Arengu Instituut, Täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring)
* Enesetapule mõelnud tööealiste elanike osakaal väheneb. Baasväärtus 2021-2022 6,3% ( Allikas TKU104 Tervise Arengu Instituut, Täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring)
* Kasvab täiskasvanute (16-64) osakaal, kes hindavad oma tervist heaks või väga heaks. Tulemus: 75% Baasväärtus 2021-2022 59,5 % ( Allikas TKU04 Tervise Arengu Instituut, Täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring)
 |
| Tegevussuund 2.1. Laste ja noorte vaimse tervise probleemide varajaseks märkamiseks kõiki osapooli kaasava süsteemi loomine |
| Tegevus 2.1.1Vaimse tervise koalitsiooni loomine ( kaasata eksperdid, tervist ja heaolu arendavate võrgustike esindajad, sh haridusasutused, tervishoiu ja sotsiaalvaldkonna esindajad, noortekeskuste, ja töökohtade esindajad) | Koalitsiooni moodustamine, olemasoleva olukorra analüüsimine.Ülesannete ja vastutus-valdkondade jagamine, tegevuskava koostamine. | Varajase märkamise heade praktikate kogumine ja jagamine, tegevuskava rakendamine, hindamine | Varajase märkamise heade praktikate kogumine ja jagamine, tegevuskava rakendamine, hindamine | TOL ( heaolunõunik)HATE spetsialist ( loodav töökoht) | KOV sotsiaalvaldkondPerearstide koostöökoguKOV haridusasutusedTartu HTKTÜ KliinikumTartu Ülikool ( sotsiaalteaduskond) |
| Tegevus 2.1.2. KOV haridusvaldkonna võimestamine vaimse tervise valdkonna eesmärgipäraseks arendamiseks | Juhtrühma loomine, laste vaimset tervist toetavate teenuste kättesaadavuse analüüs, tõenduspõhiste metoodikate ülevaate koostamine ja rakendamine haridusasutustes | Koostöö kov haridusspetsialistide ja sotsiaalvaldkonna inimestega olukorra hindamiseks, rakenduskava koostamine | Metoodikate rakendamine, heade praktikate koondamine, olukorra analüüsimine | TOLKOV | KOV sotsiaalvaldkondPerearstide koostöökoguKOV haridusasutusedTartu HTK |
| Tegevus 2.1.3. Vanemahariduse süsteemi loomine ja rakendamine | Info koondamine, lähteülesande kirjeldamine, vanemaharidusevajaduste kirjeldamine  | Vanemahariduse süsteemi disainimine (disaini tellimine) jarakenduskava koostamine.Osapoolte kaasamine. Maakondade ülene koostööprotsess. VH süsteemi testimine | VH süsteemi rakendamine, tagasiside, analüüs | TOLKOV  | KOV sotsiaalvaldkondPerearstide koostöökoguKOV haridusasutusedTartu HTK |
| Tegevus 2.1.4.Huvihariduse analüüsi koostamine, teenuse kvaliteedi ja kättesaadavuse kaardistamine | Kaardistuse teostamine, analüüs, mõjuhindamine, kommunikatsiooniplaani koostamine, teenuseosutajate ümarlaud  | Huvitegevuse arendus- projekti käivitamine, projektimeeskonna loomine, tegevuskava koostamine kaasatud osapooltega | Tegevuskava elluviimine, tagasiside, analüüs | TOLKOV  | Huvitegevuse teenusega seotud ja teenust pakkuvad asutused |
| Tegevussuund 2. 2. Tartu maakonna elanikkonna vaimse tervise edendamiseks varajane abivajaja märkamine ja toetavate koostöövormide arendamine |
| Tegevus .1.1 Vaimset tervist toetavate teenuste/protsesside kaardistus elukaare vältel (fookuses täiskasvanud elanikkond ).  | Juhtrühma moodustamine, lähteülesande sõnastamine. Kaardistuse rahastamise ja teostaja leidmine, kaardistuse elluviimine  | Tulemuste analüüsimine, kommunikatsiooniplaani koostamine, arendusettepanekuteesitamine osapooltele  | Tulemuste analüüsimine, kommunikatsiooniplaani koostamine, arendusettepanekuteesitamine osapooltele  | TOLKOV | KOV haridus-, tervishoiu-ja sotsiaalvaldkonnaspetsialistidEra- ja kolmas sektor(sh peremeditsiin jmteenusepakkujad)TÜ Kliinikumi Vaimse Tervise Keskus |
| Tegevus 4.1.2 Valdkonnaülesetoimiva vaimset tervist toetava koostöömudeli arendamine  | Töörühma moodustamine, eesmärkide seadmine, tõenduspõhiste praktikate kogumine, vastutusvaldkondade jagamine, tegevuskava koostamine | Tegevuskava rakendamine, kommunikatsiooniplaani koostamine ja rakendamine | Tegevuskava rakendamine, kommunikatsiooniplaani koostamine ja rakendamine | TOLKOV | KOV haridus-, tervishoiu-ja sotsiaalvaldkonnaspetsialistidEra- ja kolmas sektor(sh peremeditsiin jmteenusepakkujad)TÜ Kliinikumi Vaimse Tervise Keskus |
| Tegevus 4.2.2 Vaimse tervise (tugi)spetsialistide võimestamine KOVpiiride üleselt / maakonnaülene koostöö | Tugispetsialistide koostöökogu asutamine, tegevuskava koostamine | Tugispetsialistide koostöökogu tegevuskava elluviimine  | Tugispetsialistide koostöökogu tegevuskava elluviimine | TOLKOV | KOV haridus-, tervishoiu-ja sotsiaalvaldkonnaspetsialistidEra- ja kolmas sektor(sh peremeditsiin jmteenusepakkujad)TÜ Kliinikumi Vaimse Tervise Keskus |
| **Eesmärk 3. 1. Tartu maakonnas toimib tõhus ennetustöö heaolu, sotsiaalse sidususe, rahvatervise ja turvalisuse heaks.** **Indikaatorid:*** Maakonnas rakendatud valdkondade ülesed ennetusmeetmed toetavad elanike terviseteadlikkuse tõusu ja riskikäitumise vähenemist
* Noorte õigusrikkumiste arv on vähenenud 30%
* Uimasti ja alkoholisurmad on vähenenud 30%
* Alkoholi riskitarvitajate osatähtsus elanike hulgas väheneb 20%.( Lõuna-Eestis tarvitab kaks või enam korda nädalas alkoholi umbes üks viiendik 16-64-aastastest elanikest. Alkoholi riskitarvitajate osatähtsus on suurim vanuserühma 45-54a kuuluvate meeste hulgas.)
* Kodu- ja peresuhtevägivalla tulemusena tekkinud vigastused on vähenenud 50%
* Kohalike omavalitsuste arengudokumentides on kajastatud tervise ja turvalisuse valdkond
 |
| Tegevus 3.1.1. Eesmärgipärase ennetustegevuse rakendamine haridusasutustes | Heaolu koostöökogu ennetuse tegevuskava rakendamine haridusasutuste tervist edendavate arengusuundade toetamisel | Heaolu koostöökogu ennetuse tegevuskava rakendamine haridusasutuste tervist edendavate arengusuundade toetamisel | Heaolu koostöökogu ennetuse tegevuskava rakendamine haridusasutuste tervist edendavate arengusuundade toetamisel | TOL KOV | PPA, PÄA, KL, TRA, EPR, SKA, VTA, KKAHaridusasutused |
| Tegevus 3.1.2.Maakondliku alkoholitarbimist piirava poliitika koostamineja rakendamine KOV vastutusalas(kohalike omavalitsuste avalike üritustekooskõlastamise nõuete ühtlustamine). | Sisendikorje poliitika eelnõuks. Poliitikakirjeldamine sh mõõdikute välja töötamine mõju hindamiseks, ettevõtjate kaasamine eelnõu välja töötamisele. | Poliitika eelnõu tutvustamine. Poliitikatoetamine ja rakendamine | Poliitikatoetamine ja rakendamine,analüüs | TOLKOV | EttevõtjadSündmuskorraldajad |
| Tegevus 3.1.3.Kohalike omavalitsuste ennetusalase võimekuse arendamine, tervise ja heaolumeeskondade tegevuse toetamine/ loomine | Tõenduspõhiste ennetuskoolituste korraldamine kov tervisemeeskondadele ja spetsialistidele heaolu valdkonna planeerimiseks ja riskikäitumise ennetamiseks  | KOV spetsialistide koostöömudeli välja töötamine keskmise ja kõrge riskikäitumisega noorte toetamiseks. | KOV heaoluprofiilide koostamine, tervise, heaolu ja turvalisuse tegevuste rakendamise hindamis mudeli välja töötamine, tulemuste analüüs, kommunikatsioon | TOLKOV  | PPA, PÄASIM |