

# Tervist Edendavate Lasteaedade võrgustiku areng

Liana Varava  
Tervise Arengu Instituut  
peaspetsialist

Tervist Edendavate Lasteaedade (TEL) liikumine on algatatud 2000.aastal Eestis, kui Vabariigi Valitsus kinnitas 15. veebruari korraldusega nr 124-k „Laste ja noorukite riikliku terviseprogrammi aastani 2005“ täiendused, mis sisaldas punkti “tervist edendava lasteasutuse mudeli rakendamine”. Seda täiendust võib lugeda 2000. aastal Lasteprogrammi lisandunud arendusprojekti “Tervist edendavad lasteaiaid” lähtepunktiks, mille raames toimus tegevus kuni aastani 2005. Projekti juhtasutuseks oli esimesel kolmel aastal Eesti Tervisekasvatuse Keskus, alates 2003. aasta maikuust Tervise Arengu Instituut. 2006. aastast toimub Tervist Edendavate Lasteaedade teaduslik ja metoodiline juhtimine Tervise Arengu Instituudi poolt Laste Õiguste Tagamise Strateegia tegevuskava raames.

Tervist edendava lasteaia mudel on rakendunud paljudes Eestimaa koolieelsetes lasteasutustes. Eesmärgiks on toetada laste ja personali tervist ning heaolu holistlikult läbi koostöö arendamise ja tugevdamise, tervisliku ja turvalise psühhosotsiaalse ning füüsilise keskkonna loomise, laste vajadustest lähtuvate (tervise)teenuste kättesaadavuse parandamise ning tervisliku eluviisi kujundamise. Tervist Edendavate Lasteaedade võrgustikuga on liitunud aastaks 2008 112 koolieelset lasteasutust üle Eesti (18,6% koolieelsete lasteasutuste üldarvust).

## Tegevuste rakendumine erinevatel tasanditel

Tegevus **riigi tasandil** on olnud multistrateegiline st on kasutatud strateegiat, mis kutsuks esile nii organisatsioonilisi, paikkondlikke kui seadusandlikke muudatusi. Olulisemad märksõnad tervist edendava lasteaia mudeli loomisel ja selle rakendamisel on olnud intersektoraalse koostöö arendamine, sihtgrupi võimestamine ja osaluse suurendamine, holistlik lähenemine tervisele, võrdsete võimaluste pakkumine ning järjepidevuse loomine.

Olulisemad tegevused riiklikul tasandil on olnud:

- Metoodika väljatöötamine koolieelsetele lasteasutustele tervisealase töö analüüsimiseks, planeerimiseks ja hindamiseks (tervist edendava lasteaia mudel ja kontseptsioon, tervisestrateegia koostamise alused, hindamiskriteeriumid tervisealaseks sisehindamiseks);
- trükiste (käsiraamat „Tervisedendus lasteaiaid“, tervislikku toitumist edendavate mängude kogumik „Tervis ja terviseteadlikkus läbi toitumis- ja liikumismängude“), juhendmaterjalide ( „Vigastuste ennetamine ja riskianalüüsi läbiviimine“, „Sisehindamine koolieelses lasteasutuses tervise valdkonnas“, „ Psühhosotsiaalse keskkonna juhendmaterjal koolieelsetele lasteasutustele“), voldikute, plakatite ning infomaterjalide koostamine;
- koolieelsete lasteasutuste personali koolitamine ja võimestamine tervisealase töö süsteemsemaks ja tõendus põhiseks korraldamiseks läbi tervisemeeskondade loomise, tervisestrateegia koostamise ning tervist edendava lasteaia mudeli rakendamise
- sihtrühma esindajatega laste (tervise)probleemidele lahenduste otsimine (ümarlauad, ajurünnakud);
- võrgustike loomine ja/või arendamine koostöös MV ja /või KOV tervisedenduse- ja haridusspetsialistidega
- õigusloome suunamine (ettepanekud lapsi ja/või nende tervist ning heaolu puudutavatesse seadusandlikesse aktidesse ja strateegiatesse – Laste Õiguste Tagamise Strateegia, Südame- ja veresoonekonna haiguste ennetamise strateegia,

- Rahvastikupoliitika aluste elluviimise tegevuskava, Lastekaitse Seadus, Tervisepoliitika, Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava jm;
- ettekanded arvukatel maakondlikel ja vabariiklikel konverentsidel ning teabepäevadel, mille eesmärgiks tutvustada tervist edendava lasteaia ideoloogiat
  - Tervist Edendavate Lasteaedade tegevuse tulemuslikkuse hindamine

**Tegevuste rakendumine riiklikult tasandil paikkonda** (maakond/linn) on toimunud etapiliselt. Eelduseks riiklike tegevuste rakendumisel on tervisedenduse struktuuri olemasolu maakonnas/linnas, samuti soov teha koostööd nii vertikaalselt kui horisontaalselt ja näha laste tervisega/koolieelsete lasteasutustega seotud probleemide või/ja arenguvajaduste lahendamise vajadust maakonna/linna tasandil.

### **Tegevuste elluviimisel võib eristada kuus etappi:**

I – TEL liikumise eesmärkide ja tervist edendava lasteaia kontseptsiooni tutvustamine koostööpartneritele maakonna/linna tasandil, koostöö arendamine ja tugevdamine

II – arendustegevuse sh koolituste korraldamine suurendamaks sihtgrupi oskusi ja teadmisi tervisedendusest, meeskonnatööst, laste tervise mõjuritest, võrgustikutööst, strateegilisest planeerimisest jm. Selles etapis toimub lasteaedade tasandil tervisemeeskonna loomine, tegevusvaldkondade analüüs, probleemide ja arenguvajaduste väljaselgitamine

III – protsessis osalevate asutuste tervisemeeskondade poolt tervisestrategie väljatöötamine ja soovi avaldamine TEL võrgustikuga liitumiseks/ liitumine

IV etapis toimuvad erinevad tegevused sh koolitused laste tervise aspektist olulisemates valdkondades - vaimse tervise edendamine, tervislik toit, kehalise aktiivsuse edendamine, tervisekasvatus, suutervishoiu edendamine, õueala ja selle turvalisus, vigastuste ennetamine jne. Koolitusvajadused nagu ka probleemid on paikkonniti erinevad ja prioriteedid lähtuvad paikkondades läbiviidud vajaduste hinnangust.

Selles etapis käivitub **TEL võrgustikutöö** oma väga erinevate võimaluste, meetodite ja eesmärkidega, mis pakub oluliselt rohkem võimalusi ja lahendusi laste tervise aspektist paikkonnas. On võimalus, et protsess selles etapis lõpeb ja maakonna/linna tasandil võrgustikku ei kujune. Teine võimalus, miks protsess ei jätku, on asjaolu, et võrgustiku liikmete arv on liiga väike või puudub koordinaator/puudub resurss paikkonnas, sel juhul ei suudeta tagada ka tulemuslikku võrgustikutööd paikkonnas.

V etapi märksõnadeks saavad koostöö arendamine ja tugevdamine nii maakonna/linna tasandil kui ka kogu vabariigis, loodud maakonna/linna võrgustiku ühisprojektid, eesmärgistatud võrgustikutöö ja selle koordineerimine erinevate mudelite alusel, eesmärgistatud ettevõtmised ja tegevused paikkonnas

VI etapp – maakondliku TEL võrgustiku jätkusuutlikkuse tagamine

Kõikidel koolieelsetel lasteasutustel Eestis on olnud võimalus selles protsessis osaleda ja TEL võrgustikuga liituda. Tabelis 1 on näidatud TEL liikumise algusaasta paikkonnas, võrgustikuga liitunud asutuste arv (2005, 2008).

Tabel 1: TEL liikumise algus/asutuste liitumine maakondade/linnade lõikes/liitunute arv:

TEL võrgustiku arendamine	Maakond/linn	Võrgustiku aasta/ liitumine järgnevatel aastatel	2005	2008
2000	<b>1. Lääne-Virumaa</b> <b>2. Läänemaa</b> <b>3. Põlvamaa</b>	2001, 2003 2001 2001	9 4 7	9 4 7
2001	<b>4. Viljandimaa</b> <b>5. Võrumaa</b> <b>6. Valgamaa</b>	2001, 2003, 2004, 2005, 2007 2001, 2005, 2006 2002	13 6 2	<b>14</b> <b>7</b> 1
2002	<b>7. Raplamaa</b>	2003	5	5
2003	<b>8. Ida-Virumaa</b> <b>9. Jõgevamaa</b>	(2003/ei liitunud), 2007 2003, 2006	- 7	<b>6</b> <b>9</b>
2004	<b>10. Järvamaa</b> <b>11. Pärnu linn</b> <b>12. Tallinn</b>	2004 2004, 2005, 2007 2004, 2005, 2006, 2007	2 2 10	2 <b>3</b> <b>24</b>
2005	<b>13. Harjumaa</b> <b>14. Pärnumaa</b> <b>15. Tartu linn</b> 16. Saaremaa 17. Hiiumaa <b>18. Tartumaa</b>	2005, 2006, 2007 (2005/ei liitunud), 2006, 2007 2005, 2006, 2007 - - (2005/ei liitunud), 2007	2 - 4 - - -	<b>10</b> <b>2</b> <b>6</b> - - <b>3</b>

**TEL võrgustiku areng arvudes:**

2000 - aasta lõpuks avaldasid soovi ühineda TEL liikumisega esimesed 19 lasteaeda Põlva-, Lääne- ja Lääne-Virumaalt.

2001 – liitusid 31 asutust Lääne-Viru-, Lääne-, Põlva-, Viljandi- ja Võrumaalt.

2002 – liitusid 2 Valgamaa lasteasutust, aasta lõpuks kuulus võrgustikku 33 asutust.

2003 - tegevus laienes Ida-Virumaale ning Jõgevamaale. Liitus 6 asutust Raplamaalt, 7 Jõgevamaalt, 1 Lääne-Virumaalt ja 3 Viljandimaalt, kokku 17 asutust. Võrgustikus 50 asutust.

2004 - liitus 11 asutust Viljandi- ja Järvamaalt, Pärnu linnast ja Tallinnast. Kokku 61 TEL-i.

2005 – kuulub võrgustikku 73 lasteasutust 10 maakonnast ja 3 suuremast linnast (Tallinn, Tartu ja Pärnu), mis on 12% lasteasutuste üldarvust.

2006 – liitus 17 ja kokku 90 TEL-i.

2007 - liitus 19 asutust ja võrgustikus 109 asutust.

2008 - 17.03 kuulub võrgustikku 112 koolieelset asutust so 18,6% koolieelsete lasteasutuste üldarvust.

TEL võrgustikuga liitumine on vabatahtlik ja sellesse liikumisse kuuluvad koolieelsed lasteasutused, kes lähtuvad oma töös tervist edendava lasteaia põhimõtetest, on nõus ellu viima Tervist Edendavate Lasteaedade missiooni ning täitma võrgustikuga liitunud asutuste kohustusi.

Kolmandik loodud TEL maakondlikest/linnade võrgustikest on praeguseks tõestanud, et nad tegutsevad jätkusuutlikult kas maakonna/linna tervisedenduse spetsialisti ja/või lasteaedade esindaja/koordinaatori eestvedamisel. Enamus võrgustikest on oma tegevust edasi arendanud tänu erinevatele ühisprojektidele, MV/LV toetusele ja riiklikele strateegiatele. TEL võrgustikud on mitmel aastal olnud projektitöö eestvedajaks Viljandi-, Rapla- Võru-, Põlva- ja Jõgevamaal.

TEL võrgustiku näol on tegemist maakondliku/linna huvigrupiga, kes tegeleb tervisedendusega eesmärgistatult ja süsteemselt. Siiani on olnud rõhk sellistel tegevustel nagu kogemuste vahetamine nii oma maakonna kui ka teiste maakondade Tervist Edendavate Lasteaedadega, koostöö arendamine erinevate huvigruppidega, ühisprojektid, koolitused, suvekoolid, terviseüritused jm sõltuvalt võrgustiku eesmärkidest, võimalustest ja juhtimise eripärast.

Võrgustiku missiooniks on liita koolieelses eas olevate lastega tegelevate või nende heaolu eest vastutavate täiskasvanute huvid ja eesmärgid lapse arengut ja tervist positiivselt mõjustavatele tegevustele ja nende tegevuste kaudu tagada lastele parem vaimne, füüsiline ja sotsiaalne tervis. See missioon annab TEL liikumisele üldise suuna, mille alusel TEL maakondlikud võrgustikud töötavad välja oma strateegia ja planeerivad tegevused.

Võrgustiku peamiseks eesmärgiks on kaasa aidata laste tervise ja heaoluga seotud probleemide teadvustamisele maakonna ja linna tasandil sh teha ettepanekuid laste õiguste tagamiseks maakonna tervisenõukogule, algatada koostööd meediaga, teha ettepanekuid laste (tervise) vajaduste või probleemide lahendamiseks, vaba aja tegevuste, terviseteenuste kättesaadavuse parandamiseks jm. Võrgustikutöö puhul on tegemist nii paikkondlikult kui poliitiliselt tähtsa töövormiga, mis suudab pakkuda rohkem toetust ja lahendusi kui teised kasutusel olevad meetodid.

## **Koolieelne lasteasutus kui tervist edendav asutus**

Tervist edendava lasteaia eesmärk on toetada laste ja personali tervist ning heaolu holistlikult läbi koostöö arendamise ja tugevdamise, tervisliku ja turvalise psühhosotsiaalse ning füüsilise keskkonna loomise, laste vajadustest lähtuvate (tervise)teenuste kättesaadavuse parandamise ning tervisliku eluviisi kujundamise. Tervist edendava lasteaia mudeli põhjal toimub tervise edendamine lasteaias läbi väga erinevate tegevuste ja valdkondade, mille kaudu on võimalik mõjutada nii laste kui täiskasvanute tervist positiivses suunas.

Olulisemad valdkonnad, mida lasteaia arvestavad on:

- koostöö arendamine erinevate huvigruppidega tervise nimel;
- lasteaia (tervise)poliitika kujundamine (juhtimine, tervisemeeskonna moodustamine, tervisestrategia väljatöötamine ja elluviimine);
- personali pidev koolitamine/arendamine ning heaolu edendamine;
- tervisliku füüsilise- ja psühhosotsiaalse keskkonna arendamine;
- tervisekasvatuse integreerimine lasteaia õppekavasse läbi mängu.

## **TEL- võrgustikuga liitunud asutuste tegevuse tulemuslikkus**

Tervist edendava lasteaia mudeli rakendumisest Eestimaa koolieelsetes lasteasutustes annab ülevaate raport „Terviseiga seotud eeldused ja tingimused koolieelsetes lasteasutustes“ (L.Lõhmus, L. Varava, 2006).

Uurimuse eesmärkideks oli selgitada välja, millised on koolieelsetes lasteasutustes laste tervisliku arengu toetamiseks rakendatavad tervisedenduslikud meetmed ja tegevused; hinnata psühhosotsiaalse ja füüsilise keskkonna olukorda asutustes ja saada ülevaade olukorrast TEL-võrgustikuga liitunud asutustes ning võrrelda seda võrgustikku mittekuuluvate asutustega (mitte-TEL). Küsitleti kõiki TEL-e ning võrdluse eesmärgil samaväärsel hulgal asutusi, kes antud võrgustikuga ei ole liitunud. Kokku moodustasid valimi 133 koolieelset lasteasutust (sh 69 TEL-i ja 64 mitte-TEL) e. 21,8% üldkogumist.

Uurimuse tulemused on esitatud erinevates koolieelse lasteasutuse võtmealades ja laste tervist ning arengut mõjutavates valdkondades ning käesolevas ülevaates on esitatud tulemused, milles TEL-ide ja mitte-TEL-ide andmed erinevad olulisel määral.

### **Uurimuse kokkuvõte**

#### **Juhtimine, meeskonnatöö ja koostöö erinevate huvigruppidega**

1) Väga valdaval enamusel TEL-idest (94,2 %) on moodustatud tervise meeskonnad, mis aitavad tegeleda süsteemsemalt ja põhjalikumalt oluliste asutuse tervise arengut mõjutavate küsimustega. On igati positiivne, et kümnendikus võrgustikuga mitte liitunud lasteaias on samuti loodud tervise meeskond. Ligi  $\frac{3}{4}$  TEL-ides on koostatud tervisedenduse arengukavad/strateegiad/tegevuskavad, mis loovad võimaluse tõendus põhiseks tervisetöö korraldamiseks ning on aluseks asutuste tervise arengu suunamisel. Eraldi on tegevuskavades vigastuste ennetamiseks ja turvalisuse edendamiseks planeerinud meetmeid 81 % TEL-idest ja 50 % mitte-TEL-idest.  $\frac{2}{3}$  TEL-ides ja ainult  $\frac{1}{4}$  mitte-TEL-ides on läbi viidud riskianalüüs.

2) Tervise arengule suunatud koostöö teatud huvigruppidega on TEL-ides tihe ja süsteemne. Kõige enam on tervisealast koostööd tehtud hoolekoguga – 91 % TEL-idest ja 69 % mitte-TEL-idest on kaasanud terviseprobleemide lahendamisse hoolekogu. Enamik TEL-idest ja veidi rohkem kui pooled mitte-TEL-idest on kolme küsitlusele eelnenud aasta jooksul jaganud oma kogemusi tervisedenduslikest tegevustest ning tulemustest teiste lasteaedadega oma maakonnas. TEL-ide seas on viiendiku võrra rohkem neid, kes on jaganud kogemusi kohaliku omavalitsusega ja teinud enam koostööd maavalitsustega.

3) Koostöö mittetulundusühingute, seltside ja liitudega on tagasihoidlik. Vähe on jagatud oma kogemusi tervise ja tervisedenduse valdkonnast mittetulundusühingute (TEL-id 14,5 % ja mitte-TEL-id 4,7 %) ning seltside ja liitudega (TEL-id 8,7 % ja mitte-TEL-id 1,6 %).

4) Asutused kasutavad kogemuste vahetamiseks ja tervisealaste tegevuste/tulemuste tutvustamiseks väga erinevaid koostöövorme. TEL-ide puhul on kasutatud kõige sagedamini koolitusi (73 %), tervisepäevi (67 %), nõupidamisi (66 %), ümarlaudu (61 %), projekte (57 %), konverentse (29,0 %) ning artikleid ajalehes (50,7 %).

5) Suhtlemiseks ja info vahetamiseks lastevanematega korraldatakse kõige sagedamini ühisüritusi, koosolekuid ning jagatakse voldikuid. Harvem toimuvad ümarlauad, teabepäevad ja koolitused. Laste arengu ja terviseiga seotud küsimusi ning probleeme arutavad lapsevanematega kõige sagedamini rühmaõpetajad ja juhatajad, vähem tervishoiutöötajad, logopeedid, eripedagoogid või liikumisõpetajad. Väga paljudes mitte-TEL-ides sellised spetsialistid puuduvad. Valdavalt (v.a rühmaõpetajate puhul) on laste tervise ja arengu küsimustes arutelud toimunud vastavalt probleemi tekkimisele.

6) Küsitlusele eelnenud viie aasta jooksul on võrgustikku kuuluvad asutused aktiivselt algatanud ise projekte ja osalenud maakonna/linna tervisedenduslikes Haigekassa rahastatud projektides.

7) Küsitlusele eelnenud kolme aasta jooksul on 2/3 TEL-ide tervisedenduslikest tegevustest kirjutatud kohalikus ajalehes.

8) Personali tervise edendamiseks ja haiguste ennetamiseks on TEL-ides levinud aktiivne liikumine ja sportimine, ühisüritused ning koolitused. Umbes kümnendik TEL-idest tõi välja, et nende personal ei suitseta ega tarbi alkoholi, võrgustikuga mitteliitunud lasteaedades ei nimetanud seda üksi asutus. TEL-ide töötajaskond on rohkem saanud tervise ja tervisedenduse koolitust (91 % TEL-idest ja 69 % mitte-TEL-idest).

### **Tervisliku õpi- ja kasvukeskkonna loomine ning (tervise)teenuste pakkumine**

9) Lasteaedades valitseb väga hea psühhosotsiaalne õhkkond. Kõik lasteaiad leidsid, et personali suhted on kas alati või enamasti sõbralikud ja meeldivad. Kõige paremad on laste ja personali vahelised suhted. Veidi madalamad on hinnangud suhetele lastevanematega.

10) Väga paljudes asutustes on füüsiline keskkond muutunud viimase kolme aasta jooksul tervislikumaks ja turvalisemaks. Vaatamata positiivsetele muutustele, on endiselt kõige enam probleeme keskkonna parameetritega, mis on seotud vigastuste ja turvalisusega.

11) Erivajadustega laste arengu toetamiseks on TEL-ide hulgas veerandi jagu rohkem asutusi, kus on loodud toimiv tugisüsteem. Võrgustikuga liitunud lasteasutustes toetab laste arengut ja tervist lähtuvalt erivajadusest sagedamini tervishoiutöötaja ja liikumisõpetaja olemasolu, samuti on TEL-ides erivajadustega lastele enam võimalusi käia ujumas. Rohkem tuleks kõikides asutustes tähelepanu pöörata lastevanemate nõustamisele, võrgustikutöö arendamisele spetsialistide vahel vallas/linnas/maakonnas ning teenuste kättesaadavuse parandamisele (logopeed, eripedagoog, tervishoiutöötaja, psühholoog) asutustes/paikkonnas.

12) TEL-ides on loodud paremad eeldused ja tingimused, mis on seotud tervisliku toidu ja toitlustamisega – 20 % on rohkem asutusi, kus 1–3-aastaste laste toidust saadav energia katab vajaliku ööpäevase toiduenergia vajaduse, pakutud toitu on hinnatud tervislikuks (sh tasakaalustatuks, mitmekesiseks ja laste eale vastavaks) ning on koostatud toidu tehnoloogiline juhend.

### **Tervisliku eluviisi kujundamine ning arengu toetamine õppe- ja kasvatusprotsessi kaudu**

13) Terviseõpetuse- ja kasvatus läbiviimine on TEL-ides süsteemne, mitmekesine ning toimub sageli õpetaja ja tervishoiutöötaja koostöös. 94 % TEL-idest ja 67 % mitte-TEL-idest omab tegevuskava, mis sisaldab terviseõpetuse ja -kasvatuse eesmärke. Paljud asutused korraldavad tervisepäevi ja -nädalaid (näitajad on 84 % ja 56 %) ning personal leiab, et nad on eeskujuks lastele ja lastevanematele tervise säilitamisel ja edendamisel (näitajad on 90 % ja 75 %).

14) Võimalused liikumiseks ja laste kehalise aktiivsuse edendamiseks on TEL-ides mitmekesisemad kui mitte-TEL-ides. TEL-ide hulgas on veerandi jagu rohkem asutusi, kus treenitakse erinevatel aladel ja ujutakse. 28 % TEL-ides ja 6 % mitte-TEL-ides toimub kehalise aktiivsuse edendamine nii liikumistegevuse, ujumise kui ka treeningtundide kaudu.

Liikumisõpetaja töötab 83 % TEL-ides ja 66 % mitte-TEL-ides. Võrgustikuga liitunud lasteaedade seas on 15 % rohkem asutusi, kus kehalise tegevuse läbiviimiseks on eraldi spordiväljak ja 21 % enam lasteaedu, kus liikumistegevus toimub valla/linna spordirajatistes. TEL-ides käivatel lastel on rohkem võimalusi ujumiseks kas oma lasteaia, kooli või valla basseinis.

Paljud koolieelsed asutused panustavad tervise arengusse tervist edendava lasteaia põhimõtete rakendamise kaudu. Samas võib öelda, et mitmete näitajate alusel on TEL-ides loodud paremad eeldused ja tingimused laste ning personali tervise hoidmiseks ja edendamiseks. Selleks, et toetada laste ja personali tervist laiahaardeliselt, on vajalik luua kõikides koolieelsetes lasteasutustes tervist toetavad eeldused ja tingimused.

Uurimuse raportiga on võimalik tutvuda internetiaadressil [www.tai.ee](http://www.tai.ee) → arendustegevus → laste tervis → tervise areng koolieelsetes lasteasutustes → uurimused ja analüüsid.