

# Tegevused ja sotsiaalteenuste tarbimine



Tiina Tambaum

TLÜ EDI [tiina.tambaum@tlu.ee](mailto:tiina.tambaum@tlu.ee)



TALLINN UNIVERSITY  
Estonian Institute for Population Studies

Infotund magistrantidele, doktorantidele ja juhendajatele  
SHARE andmebaasi võimalused üliõpilastööde jaoks

# Abi andmine

Kas te olete viimase 12 kuu jooksul kedagi oma leibkonna-  
liikmetest regulaarselt **abistanud** isikuhooldusel (abi iga päev või  
peaaegu iga päev vähemalt 3 kuu jooksul) (söömisel, riietumisel, vannis või duši all käimisel,  
tualeti kasutamisel, voodist tõusmisel või voodisse heitmisel)? Jah/ei

Kas te olete viimase 12 kuu jooksul osutanud abi  
isikuhoolduses või praktilistes majapidamistöodes kellelegi  
väljaspool enda leibkonda, näiteks pereliikmele, sõbrale, naabrile või muule  
isikule? Jah/ei

**Kui sageli** 1=peaaegu iga päev, 2= peaaegu iga nädal, 3=peaaegu iga kuu, 4=harvem



Kas te olete viimase 12 kuu jooksul pidevalt või aeg-ajalt **hoidnud oma lapselapsi**, nii et vanemaid ei ole juures olnud? Jah/ei Kui sageli?

Millist pereliiget väljaspool leibkonda, sõpra, naabrit või muud isikut te olete viimase 12 kuu jooksul **kõige sagedamini** abistanud? Kui sageli? 1=peaaegu iga päev, 2=peaaegu iga nädal, 3=peaaegu iga kuu, 4=harvem

Kas te olete osutanud veel mõnele pereliikmele väljaspool leibkonda, sõbrale, naabrile või muule isikule abi isikuhooldusel või praktilistes majapidamistöodes?  
1=jah, 5=e



# Abi saamine

Kas keegi teie leibkonnaliikmetest on viimase 12 kuu jooksul **teid ennast regulaarselt abistanud**

**isikuhooldusel** (abi iga päev või peaaegu iga päev vähemalt 3 kuu jooksul)

(söömisel, riietumisel, vannis või duši all käimisel, tualeti kasutamisel, voodist tõusmisel või voodisse heitmisel) Jah/ei

Kas mõni pereliige väljaspool leibkonda, sõber, naaber või muu isik on viimase 12 kuu jooksul teile või kaaslasele osutanud abi isikuhoolduses või praktilistes majapidamistöodes? Jah/ei

Kes on teid aidanud ja kui sageli

1=peaaegu iga päev, 2= peaaegu iga nädal, 3=peaaegu iga kuu, 4=harvem



# Kas on raskusi nimetatud tegevustega:

1. 100 m kõndimine
2. Istumine umbes kaks tundi
3. Toolilt tõusmine pärast pikka istumist
4. Mitmest trepikäigust puhkamata üles astumine
5. Ühest trepikäigust (mademest mademeni) puhkamata üles astumine
6. Kummardumine, põlvitamine või kükitamine
7. Käte tõstmine õlast kõrgemale
8. Suuremate esemete, nagu tugitool, tõmbamine või lükkamine
9. Üle 5 kg kaaluvate esemete, nagu raske toidukott, tõstmine või kandmine
10. Väikese mündi noppimine laualt

1. Riietumine, ka kingade ja sokkide jalgapanemine
2. Üle toa kõndimine
3. Vannis või dushi all käimine
4. Söömine, ka toidu lõikamine
5. Voodisse heitmine või voodist tõusmine
6. Tualeti kasutamine, potile istumine ja potilt tõusmine
7. Kaardi kasutamine võõras kohas orienteerumiseks
8. Sooja toidu valmistamine
9. Toidukaupade ostmine
10. Telefonikõnede tegemine
11. Ravimite võtmine
12. Tubaste või aiatööde tegemine
13. Rahaasjade ajamine, arvete maksmine ja kulutuste jälgimine
96. Ei ole raskusi ühegaagi neist



# Isikuhoiduse teenuse tarbimine

Kas viimase 12 kuu jooksul olete te **saanud** oma kodus ükskõik, millist tasuta või tasulist **teenust**?

1. Abi isikuhoidusel (nt riietumisel, üle keha pesemisel)
  2. Abi majapidamistöodes (nt koristamisel, triikimisel, söögitegemisel)
  3. Toidu kojutoomine (st valmistoidud, mida korraldab KOV või eraettevõtte)
  4. Abi muudes tegevustes (nt ravimite doosidesse jagamine)
96. Mitte ühtegi neist

Kui palju kokku te maksite oma taskust



# Tegevused

Kas te viimase 12 kuu jooksul olete tegelenud mõne kaardil nimetatud tegevusega?

1. Tegutsenud vabatahtlikuna või tegelenud heategevusega
4. Osalenud õppe- või koolituskursusel
5. Osalenud spordi- või muus klubis, seltsis või huvialaringis
6. Osalenud usuorganisatsiooni (kiriku, sünagoogi, moshee jne) tegevuses
7. Osalenud poliitilise või kohaliku kogukonna organisatsiooni tegevuses
8. Lugnud raamatuid, ajakirju või ajalehti
9. Lahendanud ristsõnu, sõna- või numbrimänge nagu Sudoku
10. Mänginud kaarte, malet või sarnaseid mänge
96. Ei ühtegi nendest

Kui sageli viimase 12 kuu jooksul

1=Peaaegu iga päev 2=Peaaegu iga nädal 3=Peaaegu iga kuu 4=Harvem



# Rahulolu tegevusetuse või tegevustega

Te ütlesite varem, et ei tegele ühegi nimetatud tegevusega. Kuivõrd rahul te sellega olete? Andke hinnang 10-pallisel skaalal, kus 0 tähendab, et te ei ole üldse rahul ning 10, et te olete täiesti rahul.

Kui rahul te üldiselt olete oma vabaaja tegevustega, mida te nimetasite?

Ei ole andmeid selle kohta, miks inimene ei ole rahul oma tegevusetusega





# Füüsiline tegevus üldiselt

Kui tihti teete tugevat füüsilist aktiivsust nõudvaid tegevusi, nt sport, rakse kodunetöö, raske füüsiline töö

1=rohkem kui kord nädalas, 2=kord nädalas, 3=1-3 korda kuus, 4=mitte kunagi

Kui tihti teete mõõdukat füüsilist pingutust nõudvaid tegevusi, nt aiatöö, auto pesemine, jalutamine

1=rohkem kui kord nädalas, 2=kord nädalas, 3=1-3 kuus, 4=mitte kunagi

## Vihjed aiapidamise kohta

Kas teie [ja leibkonnaliikmed] sööte enda kasvatatud köögivilju, puuvilju või liha? Jah/ei

Kui palju te oleksite viimase 12 kuu jooksul pidanud maksma selle toidu eest, mida ise kasvatasite, kui oleksite selle ostnud



# Infotehnoloogia kasutamine

## 5. Iaines küsitakse ka

Kas teie praegusel töökohal on arvuti kasutamine nõutav? Jah/ei

> Kas teie viimasel töökohal enne pensionile jäämist oli arvuti kasutamine nõutav? Jah/ei

> Kas teie arvutikasutamisoskus on... 1. suurepärane 2. väga hea 3. hea 4. rahuladv 5. halb 6. ma ei ole kunagi arvutit kasutanud

> Kas olete viimase 7 päeva jooksul vähemalt korra kasutanud Internetti meilide saatmiseks, info otsimiseks, ostude tegemiseks või muul eesmärgil? Jah/ei



# Üldine emotsionaalne taust

Milline on olnud viimase nelja nädala jooksul teie huvi  
ümbritseva elu vastu? (kas on muutunud)

1=nimetab tavalisest väiksemat huvi, 5=ei nimeta huvi vähenemist, 3=ebamäärasus

Kas te tegelete teid huvitavate asjadega nii nagu  
varem? 1=jah, 5=ei

Millest olete viimasel ajal rõõmu tundud?

1=ei nimeta, 5=nimetab

Alates 5. lainest

Kui sageli tunnete puudust sõpradest

Kui sageli tunnete ennast kõvale jäetuna. Eraldatuna.

Kui sageli tunnete üksindust



Kui **rahul** te eluga olete? Andke hinnang skaalal 0-10, kus 0 tähendab, et te ei ole üldse rahul ning 10, et olete täiesti rahul

Kui sageli on **vanus takistanud** teil tegemast seda, mida te tahaksite teha?

1=sageli 2=mõnikord 3=harva 4=mitte kunagi

Kui sageli te olete tundnud, et asjad ei ole teie **kontrolli all**? (AC015\_OutofContr)

Kui sageli te tunnete, et olete **elust kõrvale jäänud**?

Kui sageli te olete tundnud, et te saate **teha** seda, mida tahate?

Kui sageli te olete tundnud, et **perekondlikud kohustused** takistavad teil teha seda, mida tahate?

Kui sageli te olete tundnud, et **rahapuuduse** tõttu ei saa teha, mida tahate?

Kui sageli te ootate **huviga** järgmist päeva?

Kui sageli te olete tundnud, et teie elul on **täendus**?

Kui sageli te kokkuvõttes vaatate tagasi oma elule **rahuloluga**?

Kui sageli te olete tundnud, et olete täis **energiat**?

Kui sageli te tunnete, et elu on täis **võimalusi**?

Kui sageli te olete tundnud, et **tulevik** toob teile head?

**Alates 5. lainest** Ma tunnen, et olen **osa oma ümbruskonnast**

Vandalism või kuritegevus on meie piirkonnas tõsiseks probleemiks



# Taustatunnused

Inimene elab leibkonnas (üksi, koos) hooldekodus

Pereseis

Haridus

Lapsed

Staatus pensionil, tööl, töötu, töövõimetu, kodune

Tervise seisund, tegevuspiirangud

Elamispinna tüüp

Sissetulek



# Mida on uuritud - tegevused

Osalemine tegevustes on seotud paremate kognitiivsete võimetega (Adam, Bonsang, Germain, Perelman, 2007) Füüsiline passiivsus on seotud kognitiivsete võimete langusega (lained 1 ja 2; Aichberger, Busch, Reischies, Ströhle, Heinz, Rapp (2010).

Heaolu ja tegevused pole otseselt seoses, vaid läbi sotsiaalsete suhete kvaliteedi Litwin, Shiovitz-Ezra (Iisrael) (2006)

Mida vanem, seda vähem on haaratud sotsiaalsetesse tegevustesse. Sotsiaalne kaasatus aga võib vähendada depressiivseid tundeid. Abu-Rayya (2006)



# Mida on uuritud - tegevused

Suhtelsielt kõrge on vabatahtlikus töös osalemise määr Põhja-Euroopas ja suhtelsielt madal Vahemere äärsetes maades.

Vanus, haridus, tervis ja osalemine teistes sotsiaalsetes tegevustes mõjutab tugevalt isiku valmisolekut osaleda vabatahtlikus töös. (Erlinghagen, Hank 2006).



Kas Eestis on vaja tähelapanu juhtida sellele, et inimesed nokitsevad liialt omaette

Eesti on ainus maa, kus pensionäridel on suurem tõenäosus olla nii kogukonda panustavates kui individuaalsetes hobitegevustes passiivsemad kui töötavad inimesed

