
RAPLA MAAKONNA TERVISE- JA HEAOLUPROFIIL 2019



SISUKORD

| | |
|--|----|
| Sisukord | 1 |
| Sissejuhatus | 6 |
| PEAMINE EESMÄRK | 7 |
| Eeldatav eluiga ja tervena elatud aastad | 7 |
| I ÜLDANDMED | 10 |
| 1.1. Pindala | 10 |
| 1.2. Asustustihedus | 11 |
| 1.3. Aasta keskmine rahvaarv | 12 |
| 1.4. Rahvastiku soo- ja vanusjaotus | 13 |
| 1.5. Loomulik iive | 15 |
| 1.6. Demograafiline tööturusurveindeks | 16 |
| 1.7. Rahvastiku rahvuslik jaotus | 17 |
| 1.8. Rändesaldo kordaja | 17 |
| 1.9. Elanikkonna haridustase | 18 |
| 1.10. Elussünnid | 18 |
| 1.11. Abordid | 20 |
| II RAHVASTIKU TERVISESEISUND | 21 |
| 2.1. Tervisekaotus, suremuskaotus ja haiguskaotus | 21 |
| 2.2. Suremus | 23 |
| 2.2.1. Suremus südame- ja veresoonehaigustesse (SVH) | 23 |
| 2.2.2. Suremus pahaloomulistesse kasvajatesse | 23 |
| 2.2.3. Varajased surmad (<65 eluaastat) | 23 |
| 2.2.4. Alkoholisurmad | 28 |
| 2.3. Haigestumine | 29 |
| 2.3.1. Esmahaigestumuskordaja pahaloomulistesse kasvajatesse | 29 |
| 2.3.2. Nakkushaigustesse haigestumus | 30 |
| 2.3.3. Psüühika ja käitumishäired | 32 |
| 2.3.4. Haigestumine diabeeti | 33 |
| 2.4. Sõeluuringutes osalemine | 34 |
| III SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED | 36 |

| | |
|--|----|
| 3.1. Majanduslikult aktiivsed üksused/ettevõtted..... | 36 |
| 3.2. Tööhõive määr..... | 37 |
| 3.3. Keskmise brutopalk..... | 37 |
| 3.4. Ülalpeetavate määr..... | 38 |
| 3.5. Suhtelise vaesuse määr..... | 39 |
| 3.6. Registreeritud töötus..... | 39 |
| 3.7. Ravikindlustusega kaetud elanike osakaal rahvastikust..... | 40 |
| 3.8. Sotsiaalteenuste ja –toetuste sihtgrupid..... | 41 |
| 3.9. Sotsiaalteenused..... | 43 |
| 3.10. Sotsiaaltoetused..... | 45 |
| 3.11. Kogukonna motivaatorid..... | 45 |
| 3.12. Elanike kaasamine, kodanikuühendused..... | 47 |
| 3.13. Naabrivalve piirkonnad..... | 49 |
| IV LASTE JA NOORTE TERVIS..... | 52 |
| 4.1. Laste arv maakonnas vanuserühmade lõikes..... | 52 |
| 4.2. Õpilaste arv haridusasutustes..... | 52 |
| 4.3. Tervist edendavad haridusasutused..... | 53 |
| 4.3.1. Tervist edendavad lasteaiad..... | 53 |
| 4.3.2. Tervist edendavad koolid..... | 54 |
| 4.4. Lastele ja noortele suunatud ennetustegevused maakonnas..... | 55 |
| 4.4.1. Tõenduspõhistes programmides osalemine..... | 55 |
| 4.4.2. Kaitse end ja aita teist (KEAT) programm..... | 56 |
| 4.4.3. Inimeseõpetuse aineseksioon..... | 56 |
| 4.4.4. Suitsuprii klass..... | 57 |
| 4.4.5. Puhas tulevik..... | 57 |
| 4.4.6. Liikluskasvatuslikud programmid..... | 58 |
| 4.5. Alaealiste süüteod..... | 59 |
| 4.6. Laste ja noortega tegelevad asutused..... | 60 |
| 4.7. KOV-ide initsiatiiv ja toetused tagamaks teenuste kättesaadavust..... | 64 |
| 4.8. Laste subjektiivne enesehinnang..... | 65 |
| 4.9. Kooliõpilaste kehaline aktiivsus..... | 66 |
| 4.10. Kooliõpilaste kehakaal..... | 67 |

| | |
|---|-----|
| 4.11. Kooliõpilaste sõltuvusainete tarvitamine | 68 |
| 4.12. Kiusamine | 70 |
| 4.13. Teismeliste (alla 18-aastased) rasedused (sh abordid ja sünnitused) | 72 |
| 4.14. Lasteasutuste toitlustus | 72 |
| V TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND | 74 |
| 5.1. Keskkonna mõjurid | 74 |
| 5.2. Transport ja teedevõrk | 75 |
| 5.3. Turvatunne | 77 |
| 5.4. Inimkannatustega liiklusõnnetused | 78 |
| 5.5. Liiklusõnnetustes hukkunud ja vigastatud | 78 |
| 5.6. Kuritegevus | 79 |
| 5.7. Lähisuhtevägivald | 81 |
| 5.8. Tulekahjud ja tulekahjudes hukkunud | 82 |
| 5.9. Uppumised | 83 |
| 5.10. Kõrgendatud riskiga objektid | 84 |
| 5.11. Tööõnnetused | 85 |
| 5.12. Tervist edendavad töökohad | 87 |
| 5.13. Üldkasutatavad spordirajatised ja terviserajad | 88 |
| VI TERVISLIK ELUVIIS | 91 |
| 6.1. Subjektiivne tervise enesehinnang | 91 |
| 6.2. Füüsiline aktiivsus | 93 |
| 6.2.1. Spordi valdkonna näitajad | 93 |
| 6.2.2. Liikumisaktiivsus | 94 |
| 6.3. Ülekaalulisus ja rasvumine | 94 |
| 6.4. Toitumine | 96 |
| 6.5. Alkoholi tarvitamine | 96 |
| 6.6. Suitsetamine | 97 |
| 6.7. Suitsetamine raseduse ajal | 98 |
| 6.8. Narkootikumide tarvitamine | 99 |
| 6.9. Sotsiaalne turvalisus | 100 |
| 6.10. Turvakäitumine | 102 |
| 6.11. Tervisealase teabe kättesaadavus | 104 |

| | |
|--|-----|
| 6.12. Tervislikku eluviisi toetavad üritused maakonnas..... | 104 |
| 6.12.1. Tervisedenduse rahastamine | 104 |
| 6.12.2. Pikaajalise traditsiooniga või innovaatilised tegevused | 105 |
| 6.12.3. Tervisedenduslikud konverentsid..... | 106 |
| 6.12.4. Rahvaspordi-, harrastusspordi ja saavutusspordi üritused | 106 |
| VII TERVISETEENUSED | 107 |
| 7.1. Tervishoiuteenuste kättesaadavus..... | 107 |
| 7.1.1. Haiglaravi..... | 107 |
| 7.1.2. Eriarstiabi..... | 108 |
| 7.1.3. Kliinilised tugiteenused..... | 109 |
| 7.1.4. Kiirabi..... | 110 |
| 7.1.5. Esmatasandi arstiabi – üldarstiabi..... | 111 |
| 7.1.6. Apteegid | 111 |
| 7.1.7. Hambaraviteenus | 112 |
| 7.1.8. Koolitervishoid..... | 113 |
| 7.1.9. Töötervishoiuteenus..... | 113 |
| 7.2. Nõustamisteenuste kättesaadavus | 114 |
| 7.2.1. Suitsetamisest loobumise nõustamine | 114 |
| 7.2.2. Muud nõustamised..... | 114 |
| 7.2.3. Raseduskriisi nõustamine | 114 |
| 7.2.4. Seksuaalalane nõustamine | 114 |
| 7.2.5. Psühholoogiline nõustamine | 116 |
| 7.2.6. Usaldustelefon..... | 117 |
| 7.2.7. Õppenõustamine | 117 |
| 7.2.8. Lepitusteenus | 118 |
| 7.2.9. Naiste tugikeskus..... | 118 |
| 7.2.10. Ohvriabi | 119 |
| 7.2.11. Teenused sõltlastele | 119 |
| 7.3. Kuni 2-aastaste laste hõlmatus immuniseerimisega | 119 |
| VIII KOKKUVÕTE..... | 121 |
| 8.1.1. Rahvastik..... | 121 |
| 8.1.2. Rahvastiku tervise seisund | 121 |

| | |
|--|-----|
| 8.1.3. Võrdsed võimalused | 122 |
| 8.1.4. Tervislik eluviis..... | 123 |
| 8.1.5. Toetav elukeskkond..... | 123 |
| 8.1.6. Terviseteenused | 124 |
| 8.1.7. Prioriteetid 2019–2022..... | 124 |
| IX LISAD..... | 125 |
| 9.1. Ülevaade maakonna terviseprofili koostamise protsessist | 125 |
| 9.2. Raplamaa tervise ja heaolu ülevaade 2108..... | 126 |
| 9.3. Rapla maakonna terviseprofili tegevuskava | 127 |
| Visioon aastaks 2022 | 127 |
| I Sotsiaalne sidusus ja võrdsed võimalused..... | 128 |
| II Laste ja noorte tervis | 131 |
| III Tervislik elu-, töö- ja õpikeskkond | 136 |
| IV Tervislik eluviis..... | 139 |
| V Terviseteenus | 142 |
| Lühendite ja tähiste selgitused..... | 145 |

SISSEJUHATUS

Tervise- ja heaoluprofiil on koondmaterjal, mis on vajalik inimeste ja keskkonna terviseseisundi mõõtmisel, hindamisel, analüüsimisel, paremate tervisetulemite eesmärgistamisel ning nende saavutamiseks vajalike tegevuste ja vahendite määratlemisel.

Tervise- ja heaoluprofiili koondatud materjalid annavad teavet ja oskusi suurendada elanikkonna heaolu ja tõsta inimeste elukvaliteeti parema tervise saavutamise kaudu.

Tervise- ja heaoluprofiil on suunatud eeskätt Raplamaa poliitikutele, tervise ja turvalisuse edendajatele terviseteadlikkuse tõstmiseks ja tervisemõjurite paremaks mõistmiseks. See aitab erinevate valdkondade spetsialistidel, otsusetegijatel ja poliitikutel paremini aru saada tervisetemaatikast ning tõsta valdkondadevahelist koostöösuutlikkust parema tervise nimel.

Tervise- ja heaoluprofiil aitab selgemini näha seoseid erinevates valdkondades tehtavate otsuste ja planeeritavate tegevuste ning tervisemõjurite vahel (Ingrid Tilts, 2009).

Rapla maakonnas on andmeid kogutud ja analüüsitud aastast 2005, mil nägi ilmavalgust esimene maakonna terviseprofiil. Tervise ja turvalisuse programm koostati aastatel 2006–2007 ja see hõlmas andmeid ja põhjalikku tegevuskava aastateks 2007–2009. Käesolev kolmas versioon valmis 2010. aastal ning on nüüdseks kolm korda uuendatud. Tervise- ja heaoluprofiili on mõttekas uuendada iga kolme aasta järel, siis on näha ka trendid ja muutused. Raplamaa terviseprofiilid on koostanud Ülle Laasner paljude inimeste ja meeskondade abil.

PEAMINE EESMÄRK

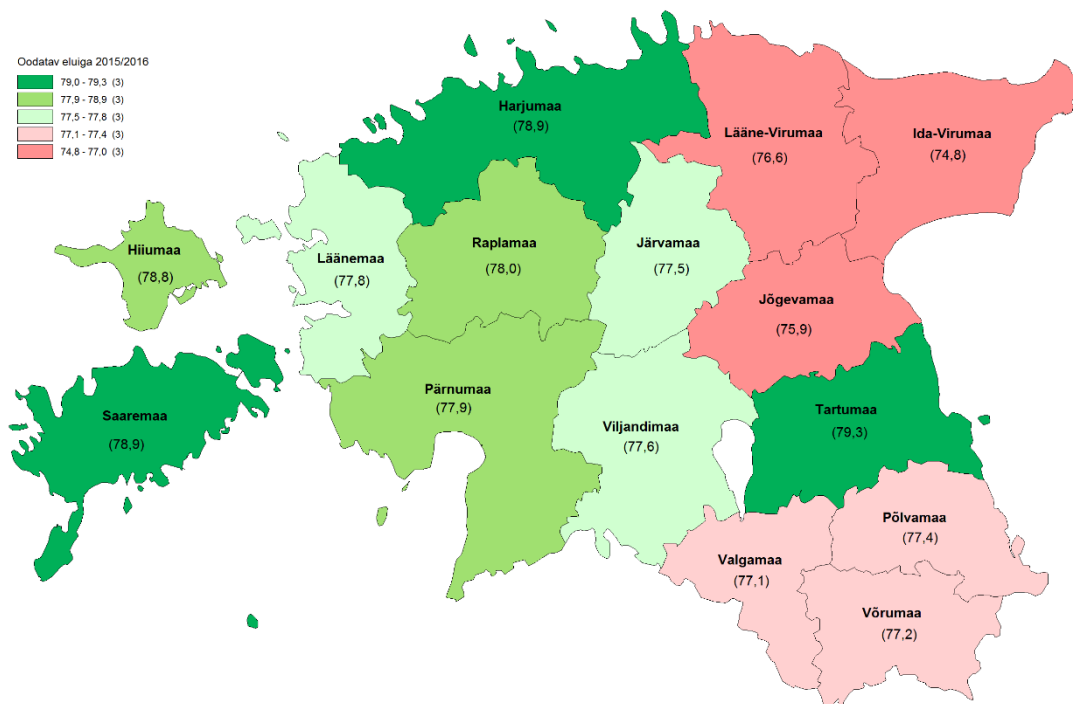
Eeldatav eluiga ja tervena elatud aastad

Rahvatervise strateegiatega peaesmärgiks on tervena elatud eluea pikenemine enneaegse suremuse ja haigestumise vähendamise kaudu.

Rahvastiku tervise arengukava 2020–2030 eesmärgid:

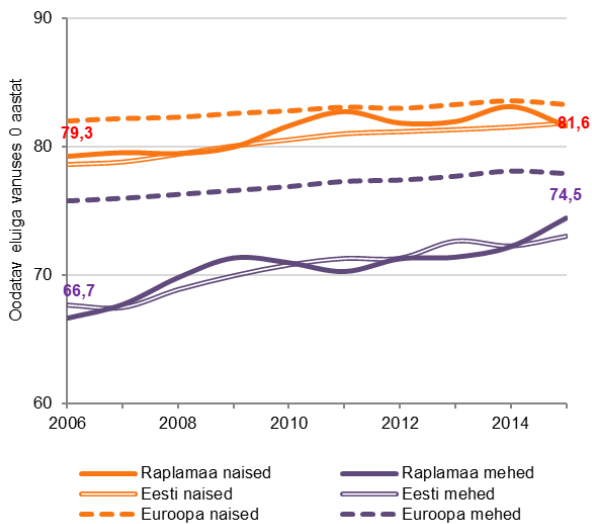
- ✓ Eesti inimeste eeldatav eluiga ja tervena elatud aastate arv kasvavad (aastaks 2030 meestel 78 ja 62, naistel 84 ja 63 aastat).
- ✓ Tervena elatud aastate arv kasvab kiiremini kui eeldatav eluiga ehk inimesed elavad suurema osa oma elust tervisest tulenevate piiranguteta.
- ✓ Ebavõrdsus tervises (sugude, piirkondade ja haridustasemetega) väheneb.

Eeldatav eluiga ja tervena elatud aastad on tõusuteel – 2017. aasta baasast on Eestis meestel 73,7 (Raplamaal 73,6) ja naistel 82,3 aastat (Raplamaal 81,46). Maha jääme siiski meeste näitajate osas: rahvastiku tervise seisukohalt on suurimaks ohuks ja ebavõrdsuse näitajaks meeste ja naiste eluea vahe, mis on praegusel hetkel Eestis 8,77 ja Raplamaal 7,79 aastat.

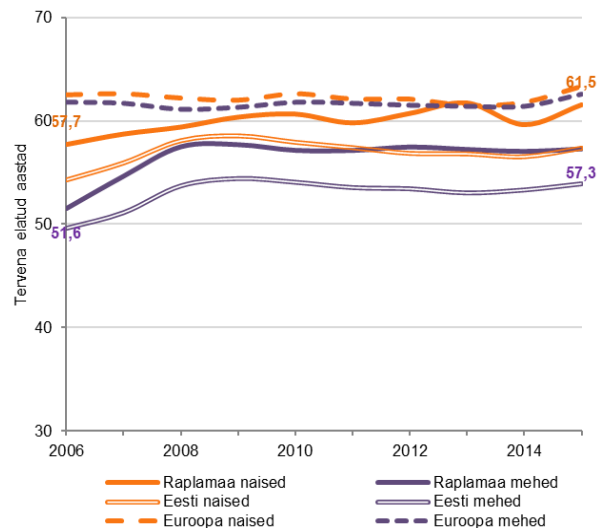


Joonis 1. Oodatav eluiga maakondades 2015/2016. Allikas: Tervise Arengu Instituut

Euroopa ja Eesti näitajatega võrdluses on Raplamaa meeste eeldatav eluiga riigi näitajast parem, ulatudes 2015. aastal 74,5 aastani, kuid Euroopa näitajatega võrreldes on Eestis olukord ikka veel kesine. 10 aasta jooksul on Raplamaa meeste ja naiste eeldatava eluea vahe vähenenud 5 aasta võrra!



Joonis 2. Oodatav eluiga võrdluses Raplamaa, Eesti ja Euroopa meeste ja naiste seas 2006-2015.



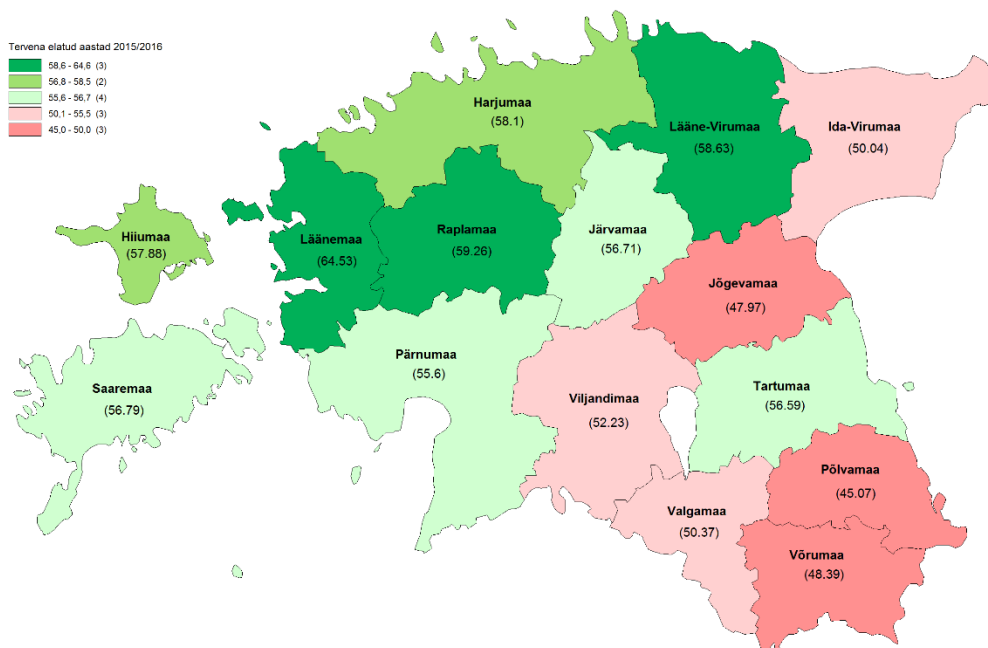
Joonis 3. Tervena elatud aastad Raplamaa, Eesti ja Euroopa meeste ja naiste võrdluses 2006-2015.¹

Tabel 1. Oodatava eluea näitajad 2006-2016 meestel ja naistel Raplamaal ning meeste ja naiste eluea vahe. Allikas: Tervise Arengu Instituut (OE0452)

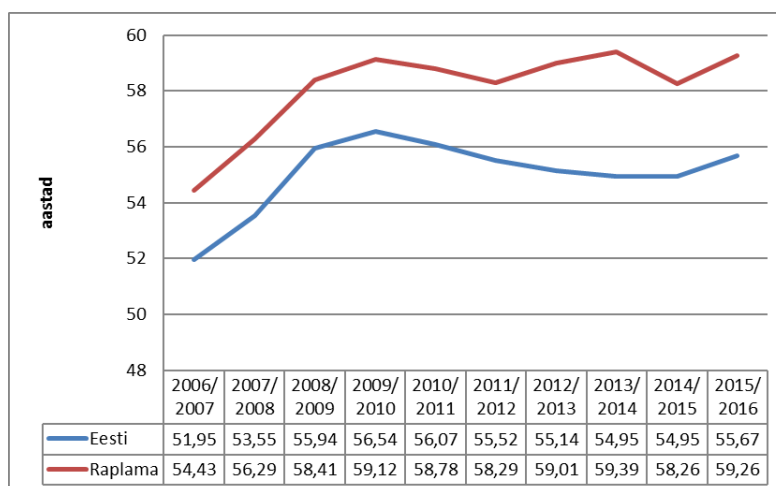
| | 2006/ 2007 | 2007/ 2008 | 2008/ 2009 | 2009/ 2010 | 2010/ 2011 | 2011/ 2012 | 2012/ 2013 | 2013/ 2014 | 2014/ 2015 | 2015/ 2016 | 2016/ 2017 |
|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Kokku | 72,72 | 73,49 | 74,63 | 75,78 | 76,31 | 76,39 | 76,56 | 76,69 | 77,62 | 78 | 77,61 |
| Mehed | 66,66 | 67,73 | 69,82 | 71,35 | 70,97 | 70,29 | 71,28 | 71,41 | 72,23 | 74,45 | 73,67 |
| Naised | 79,26 | 79,56 | 79,48 | 79,99 | 81,65 | 82,76 | 81,86 | 81,98 | 83,15 | 81,64 | 81,46 |
| Vahe | 12,6 | 11,83 | 9,66 | 8,64 | 10,68 | 12,47 | 10,58 | 10,57 | 10,92 | 7,19 | 7,79 |

Raplamaal on tervena elatud aastate näitajad oluliselt paremad kui Eestis keskmiselt – nii on see 2015/2016 seisuga 3,59 aastat enam (Raplamaa 59,26, Eesti 55,67). Raplamaa naised elavad tõenäoliselt Eesti keskmisest naisest 4,12 a tervena kauem ja Raplamaa meestest 4 a kauem. Raplamaa mehed elavad Eesti keskmisest mehest 3,4 aastat kauem tervena.

¹ Allikas: Tervise Arengu Instituut, Raplamaa heaolu ülevaade



Joonis 4. Tervena elatud aastad maakondade võrdluses 2015/2016. Allikas: Tervise Arengu Instituut



Joonis 5. Tervena elada jäänud aastad Raplamaa ja Eesti võrdluses. Allikas: Tervise Arengu Instituut (TE753)

Tabel 2. Tervena elatud aastad Raplamaal meeste ja naiste võrdluses (TAI TE753)

| | 2006/2007 | 2007/2008 | 2008/2009 | 2009/2010 | 2010/2011 | 2011/2012 | 2012/2013 | 2013/2014 | 2014/2015 | 2015/2016 | 2016/2017 |
|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Kokku | 54,43 | 56,29 | 58,41 | 59,12 | 58,78 | 58,29 | 59,01 | 59,39 | 58,26 | 59,26 | 59,32 |
| Mehed | 51,56 | 54,7 | 57,54 | 57,74 | 57,19 | 57,18 | 57,51 | 57,28 | 57,09 | 57,33 | 55,82 |
| Naised | 57,7 | 58,7 | 59,37 | 60,32 | 60,61 | 59,77 | 60,68 | 61,68 | 59,6 | 61,5 | 63,01 |
| Vahe | 6,14 | 4 | 1,83 | 2,58 | 3,42 | 2,59 | 3,17 | 4,4 | 2,51 | 4,17 | 7,19 |

I ÜLDANDMED

1.1. Pindala

Rapla maakonna pindala on 2 765.06 km². See moodustab ligi 6,9% Eesti maismaapindalast ja ligi 6,6% kogupindalast (koos Võrtsjärve ja osaga Peipsi järvest). Oma suuruse poolest kuulub Rapla maakond keskmiste hulka (7. koht Eestis).



Joonis 6. Eesti kaart.

Rapla maakonna äärmuspunktid on järgmised:

- ° põhjas: Pahkla küla – 59°12' p.l.;
- ° lõunas: Reonda küla – 58°39' p.l.;
- ° läänes: Tika küla – 24°08' i.p.;
- ° idas: Suurekivi küla – 25°19' i.p.

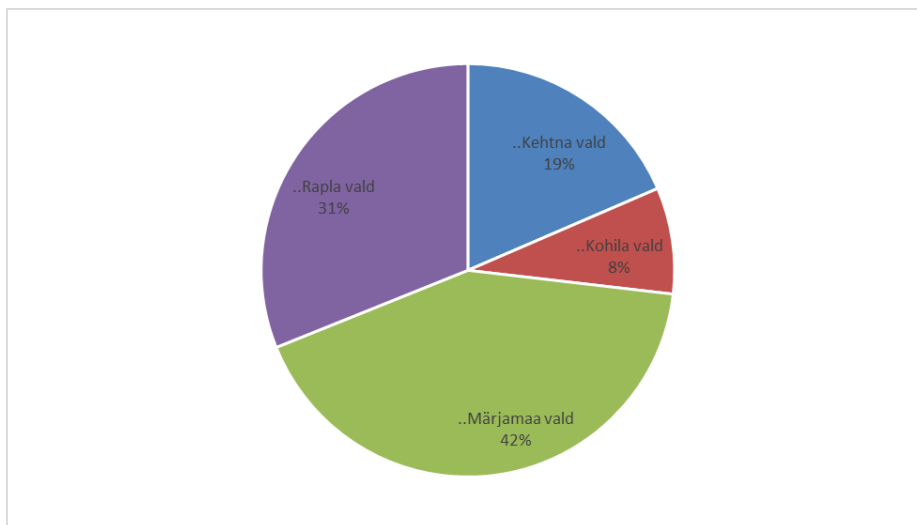
Rapla maakonna ulatus põhjast lõunasse on 49-54 km (idaosas – 42 km) ning läänest itta – 61-71 km (põhjaosas – 21 km).

Rapla maakond asetseb strateegiliselt väga soodsas paigas – maakonnakeskus Rapla linn asub Tallinnast 48 km kaugusel. Harjumaa ja Tallinna lähedus soodustavad suuremaid võimalusi tööks ja ka kultuuritarbimiseks.



Joonis 7. Rapla maakonna kaart omavalitsuste lõikes

Rapla maakonna moodustavad 4 omavalitsust, millest territoriaalselt on suurim Märjamaa vald (42% maakonna pindalast), järgneb Rapla vald (31%). Elanike arv on Raplas 13 202, Märjamaal 7613, Kohilas 6949 ja Kehtnas 5535 inimest 2018. a 1. jaanuari seisuga.



Joonis 8. Rapla maakonna omavalitsuste pindalade osakaal maakonna pindalast. Allikas: Statistikaamet

1.2. Asustustihedus

Eesti asustustihedus oli 1. jaanuari 2018 seisuga 30,4 in/km², mis on Euroopas üks madalamaid. Kui jätta kõrvale suurte linnadega maakonnad (Harjumaa, Tartumaa, Ida-Virumaa), siis ülejäänud piirkondade asustustihedus on võrreldav pigem hõreasustusega poolarktiliste piirkondadega. Maakondade reas on Raplamaa 10. kohal. Raplamaa asustustihedus on vaid 12,0 in/km².

Ka maakonna sees jaotub rahvastik küllaltki ebaühtlaselt – kui nt Kohila vallas on asustustihedus 30,2 in/km², siis Märjamaa vallas küünib see vaid 6,5 in/km² -ni.

Tabel 3. Raplamaa omavalitsuste pindalad ja asustustihedus. Allikas: Statistikaamet (RV0291U)

| | Pindala, km ² | Asustustihedus, elanikku km ² kohta |
|-----------------|--------------------------|--|
| Kehtna | 512 | 10,8 |
| Kohila | 230 | 30,2 |
| Märjamaa | 1164 | 6,5 |
| Rapla | 859 | 15,4 |

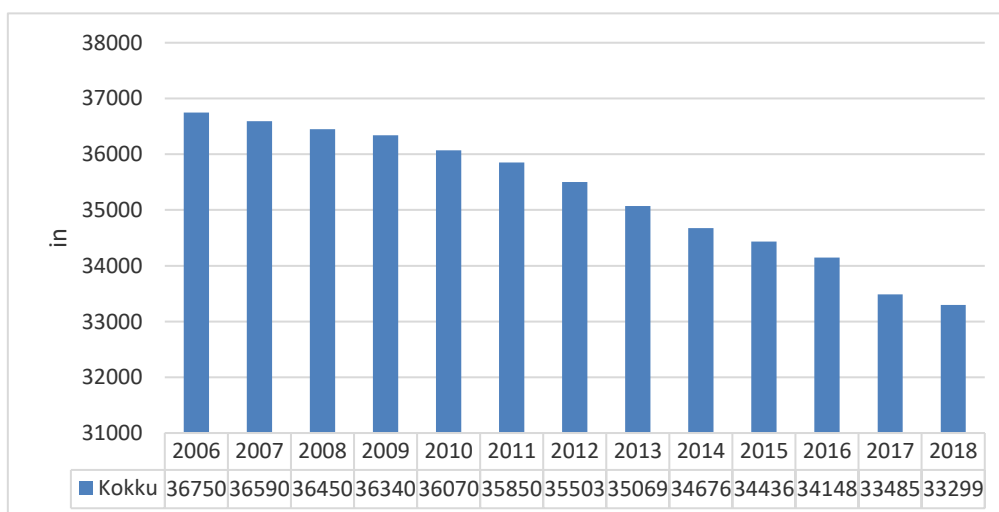
1.3. Aasta keskmine rahvaarv

Üheksakümnendaid aastaid ja 21. sajandi algust on Raplemaal iseloomustanud stabiilne rahvastiku-situatsioon väikese langustrendiga – maakond kaotab aastas keskmiselt pool protsenti oma rahvastikust.

Statistikaameti andmetel elas Raplemaal 1. jaanuaril 2018. aastal kokku 33299 elanikku, mis moodustab 2,52% Eesti elanikkonnast. Rahvaarvu poolest on Raplamaa maakondade seas keskmisel, 8. kohal. Rahvastik on aastatel 2006–2018 vähenenud kokku 3451 inimese võrra.

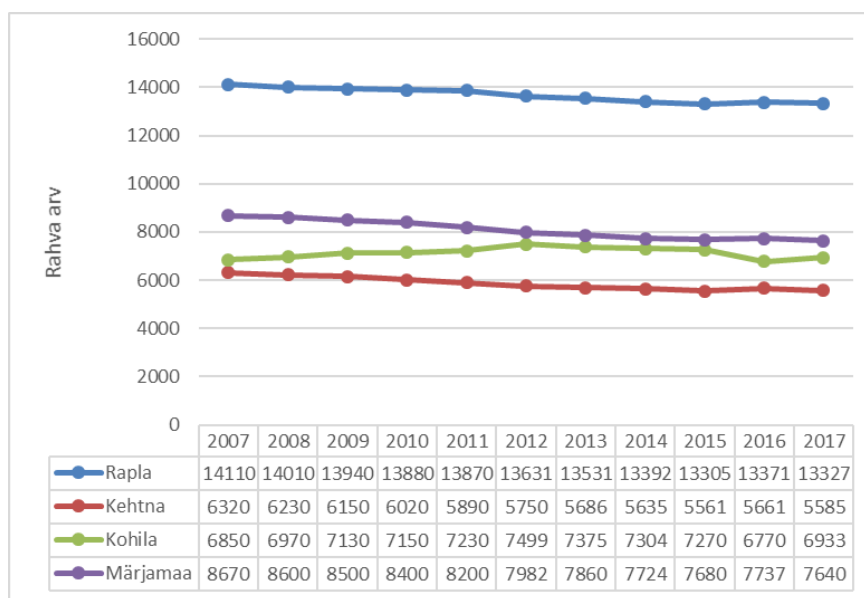
Tabel 4. Meeste, naiste ja elanike arv kokku (arvestades rännet). Allikas: Statistikaamet (RV0282)

| | 2006 | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 |
|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Mehed | 17710 | 17610 | 17570 | 17520 | 17410 | 17340 | 17182 | 16983 | 16846 | 16764 | 16858 | 16582 | 16538 |
| Naised | 19040 | 18980 | 18880 | 18820 | 18660 | 18510 | 18321 | 18086 | 17830 | 17672 | 17290 | 16903 | 16761 |
| Kokku | 36750 | 36590 | 36450 | 36340 | 36070 | 35850 | 35503 | 35069 | 34676 | 34436 | 34148 | 33485 | 33299 |



Joonis 9. Rahvaarv Raplemaal (arvestatud rännet). Allikas: Statistikaamet (RV0282)

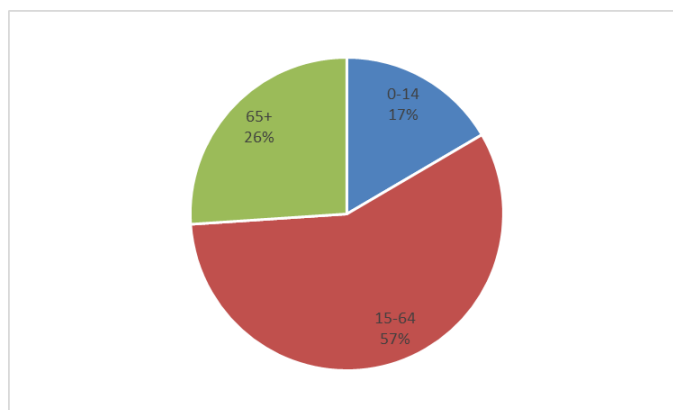
Raplamaalased ei ole linnarahvas. Maakonna neljas linnalises asulas (Rapla linn, Kohila alev, Märjamaa alev ja Järvakandi alev) elab ca 35,5% elanikest, mis on märgatavalt alla Eesti keskmise (ligi 70%). Raplamaal on olemas soodne pinnas rahvastiku arvu vähenemise peatumiseks ja selle uueks kasvuks. Maakonna suurtes valdades (elanike arv suurem kui 4000) on näha, et ainsana on toimunud elanikkonna suurenemine Kohila vallas, kus on rakendatud ka mitmeid meetmeid, et elanikkond end valla registrisse kannaks. Kohila vallas on Tallinna ümbruse suvilapiirkonnad, mis on arenenud elamurajoonideks. Siiski aastast 2013 toimub rahvastiku vähenemine tasapisi kõikides suurtes valdades.



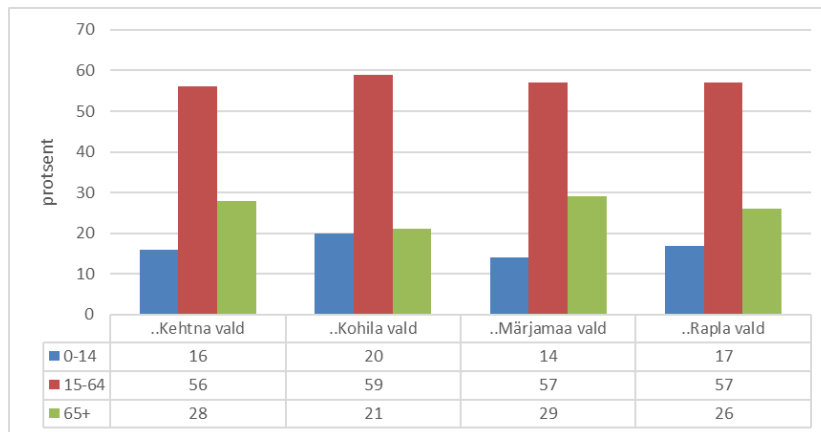
Joonis 10. Maakonna valdade rahvastiku muutused (arvestades rännet) aastatel 2007-2017.
Allikas: Statistikaamet (RV0282)

1.4. Rahvastiku soo- ja vanusjaotus

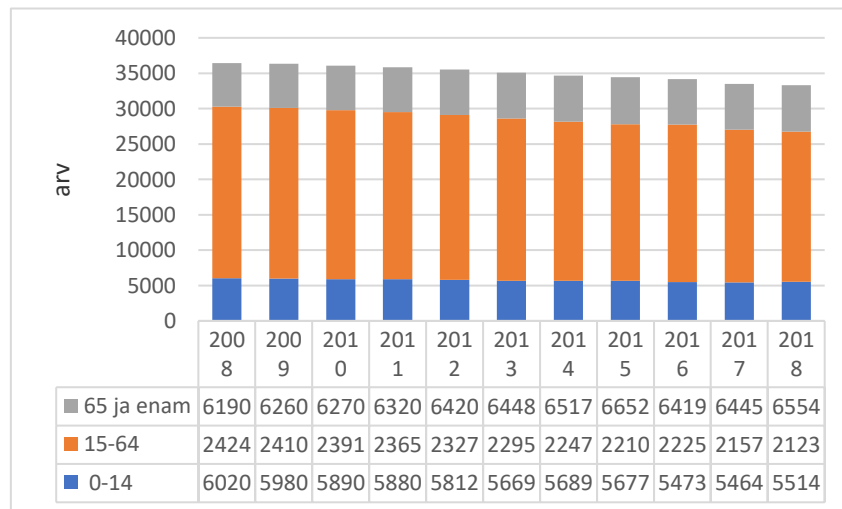
Rapla maakonna soolis-vanuseline struktuur ei erine Eesti keskmistest näitajatest: lapsi (0 - 14) on Raplamaal elanikkonnast 17 % (Eesti 16%) , tööealisi (15 - 65) on 57% (Eestis 58%) ja pensioniealiste elanike (65+) osatähtsus on 26%. Protsentuaalselt on kõige rohkem lapsi Kohila vallas (20%) ja kõige vähem noori (14%) ja rohkem eakaid (29%) on Märjamaa vallas.



Joonis 11. Maakonna rahvastiku vanusjaotus. Allikas: Statistikaamet (RV0282U)



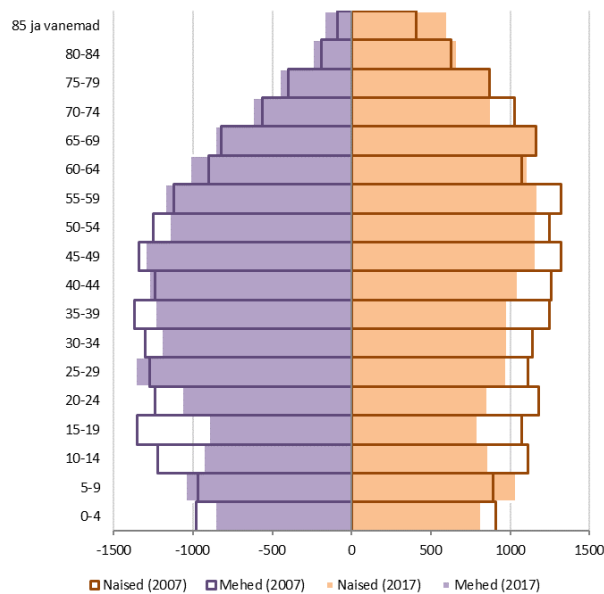
Joonis 12. Raplamaa valdade vanusjaotus 2018. a.1. jaanuari seisuga



Joonis 13. Rahvastiku vanusjaotus Raplemaal 2008-2018. Allikas: Statistikaamet (RV0282)

Võrreldes Rapla maakonna rahvastiku püramiidi Eesti püramiidiga võib öelda, et need on üsna sarnased. Võrreldes 10 aasta tagust püramiidi, on nähe, et naiste osakaal on vähenenud – näiteks vanuserühmades 25–44 on Raplemaal mehi oluliselt rohkem kui naisi!

Püramiidi jalg on suhteliselt ühtlane, mis näitab viimase aastakümne suhteliselt stabiilset sündimust.



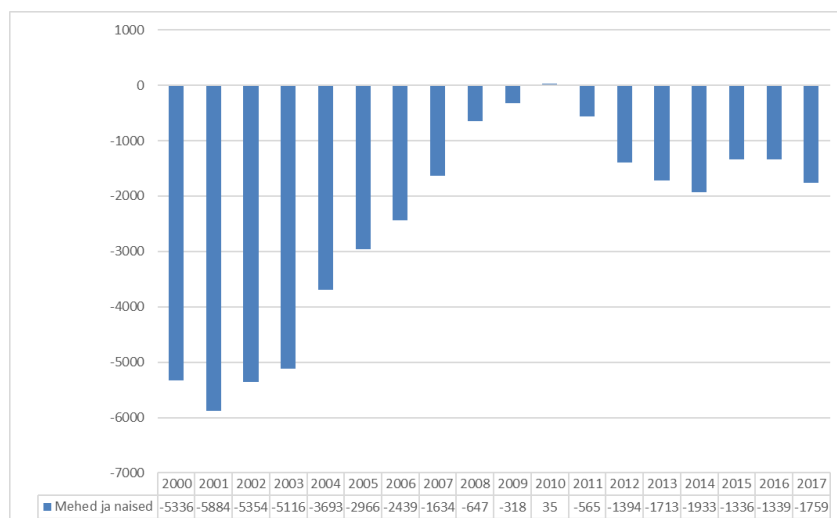
Joonis 14. Rapla maakonna rahvastiku püramiid võrdluses 2007 ja 2017. Allikas: Tervise Arengu Instituut

1.5. Loomulik iive

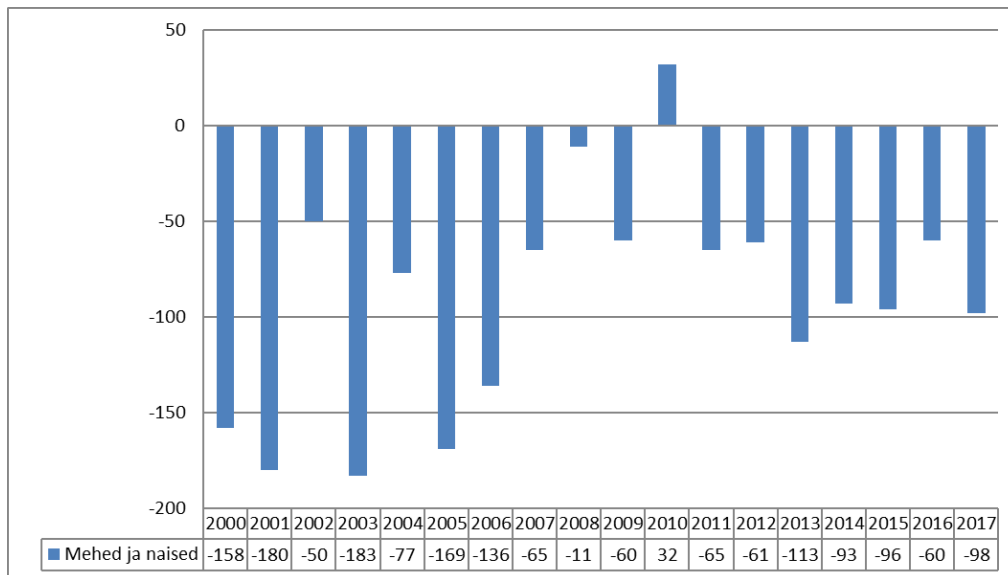
Kuni 1992. aastani oli loomulik iive Raplemaal valdavalt positiivne (1989. aastal maksimum +167 inimest), kuid alates 1993. aastast on see kukkunud alla nulli ega ole enam sellest üle tõusnudki, v.a 2010. aasta. Sarnane trend on olnud iseloomulik kogu Eestile.

Vaadates perioodi al 2010. aastast on olukord stabiilsem, kuid negatiivse iibega rahvastik ei suuda ennast taastoota – inimesi sureb rohkem kui sünnib.

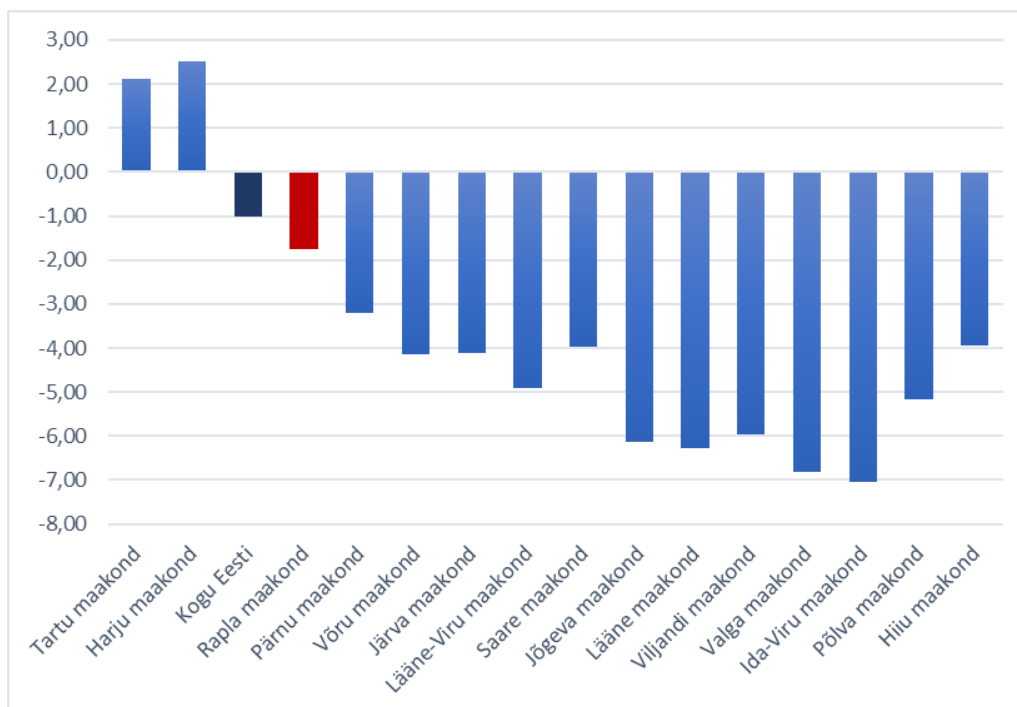
Kuna rahvastikupüramiidi järgi hakkavad sünnitusikka jõudma väiksemaarvulised põlvkonnad, siis on see loomulik nähtus. Ohusignaali on ka sünnituste kandumine vanematesse eärühmadesse, mis tekitab olukorra, et positiivseks iibeks vajaliku kolmanda lapse sündimine võib osutada mitmetel põhjustel vähetõenäoliseks.



Joonis 15. Loomulik iive Eestis. Allikas: Statistikaamet (RV032)



Joonis 16. Loomulik iive Raplamaal. Allikas: Statistikaamet (RV032)



Joonis 17. Loomuliku iibe kordaja maakondades 2016. aastal (promillides). Allikas: Statistikaamet

1.6. Demograafiline tööturusurveindeks

Demograafiline tööturusurveindeks on eelseisval kümnendil tööturule sisenevate noorte (5–14-aastased) ja sealt vanuse tõttu potentsiaalselt lahkuvate inimeste (55–64-aastased) suhe. Raplamaa indeks on alates 2008. aastast väiksem kui üks, mis tähendab, et tööturule siseneb järgmisel kümnendil vähem inimesi, kui sealt vanaduse tõttu potentsiaalselt välja langeb. Tööealiste hulk väheneb.

1.7. Rahvastiku rahvuslik jaotus

Põlisrahvuse osatähtsus maakonnas on suhteliselt kõrge: 93,8% rahvastikust (Eesti keskmine 69,1%).

Kuigi 90. aastate alguses olid Raplamaal kolmes koolis vene õppekeele klassid, on tänaseks noorem põlvkond integreerunud. Venelaste osakaal on olnud 2000. aastast stabiilselt ca 3%, ja muid rahvusi 2% elanikkonnast. Inimese tervise- ja arengunäitajate seisukohalt ei tekita nii väike mittepõlisrahvuste osakaal olulisi probleeme.

Tabel 5. Muudest rahvustest inimeste arv ja % maakonna elanikkonnast 2017. aastal. Allikas: Statistikaamet (RV0222)

| | 2017 | % elanik-konnast |
|----------------------|-------|------------------|
| Eestlased | 32105 | 95 |
| Venelased | 1107 | 3 |
| Muud rahvused | 705 | 2 |
| ..ukrainlased | 208 | |
| ..valgevenelased | 71 | |
| ..soomlased | 192 | |

1.8. Rändesaldo kordaja

Siseränne on negatiivne olnud kümnekond aastat. Peale majandussurutist on Eesti sisene ränne toimunud maakonnale negatiivses suunas. Hea on see, et viimased paar aastat on välismaalt tagasitulejaid ja sisserändajaid olnud rohkem kui väljarändajaid ehk välisränne on olnud positiivne. Selge on see, et Eesti rahvastik tervikuna ja ka Raplamaa rahvastik loomuliku iibe abilend ei taastooda. See tähendab, et rahvaarvu stabiilsuse tagamiseks tuleks seda kompenseerida mehaanilisel viisil, st rahvastikurände abil.

Rahvastiku mehaanilise iibe ehk rände puhul on olulised rahvastikuprotsessid sisseränne ja väljaränne. Nende kahe vahe annab rändesaldo, mille plussmärk näitab elanikkonna juurdekasvu ja miinus – kahanemist.

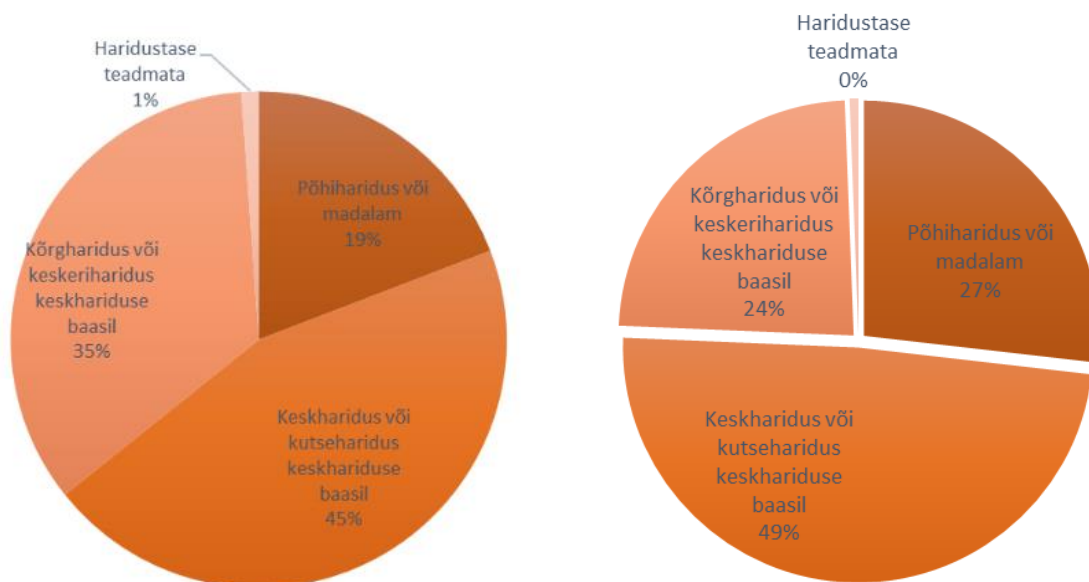
Tabel 6. Ränne maakonnas 2007–2016. a. Allikas: Statistikaamet (RVR01)

| | | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 |
|-------------------|------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Siseränne | Sisseränne | 1271 | 1133 | 1174 | 1181 | 995 | 958 | 729 | 1085 | 1107 | 1091 |
| | Väljaränne | 1201 | 1145 | 1251 | 1363 | 1129 | 1225 | 850 | 1187 | 1308 | 1142 |
| | Rändesaldo | 70 | -12 | -77 | -182 | -134 | -267 | -121 | -102 | -201 | -51 |
| Välisränne | Sisseränne | 57 | 49 | 62 | 42 | 60 | 23 | 33 | 63 | 262 | 268 |
| | Väljaränne | 120 | 116 | 115 | 116 | 162 | 138 | 192 | 111 | 229 | 238 |
| | Rändesaldo | -63 | -67 | -53 | -74 | -102 | -115 | -159 | -48 | 33 | 30 |

1.9. Elanikkonna haridustase

Tervise oluliseks mõjuriks on inimeste haridustase. Haridustaseme näitajad pärinevad 2000. ja 2011. aasta rahvaloendusest. Kui võrrelda Raplamaa elanikkonna haridustaset ajas, siis on näha, et Raplamaal on võrreldes 2000. aastaga elanikkonna haridustase oluliselt kasvanud – 2011. aastal on kõrgharidusega inimesi 19% (2000. aasta 8%) ja kutseharidusega inimesi 38% (2000. a. – 27%). Seetõttu on vähenenud ka põhiharidusega inimeste osakaal (2000 – 29%, 2011 – 18%). Võrreldes Eesti näitajatega on Raplamaal kõrgharidusega inimesi siiski vähem, enam-vähem samapalju on kutsehariduse ja keskharidusega inimesi, kuid põhiharidusega inimesi on meil võrreldes Eesti keskmisega rohkem (Raplamaal 18%, Eestis 12%).

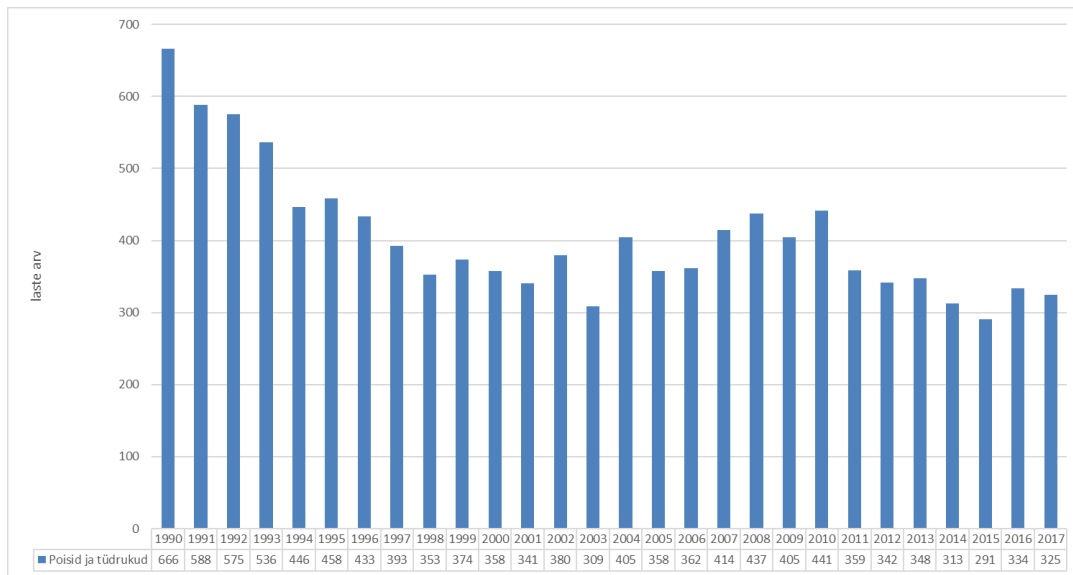
Eesti Statistikaameti väljaande „Eesti maakondade rahvastik. Hinnatud ja loendatud“ (Tallinn 2015) (põhineb 2011. aasta rahvaloenduse andmetel) kohaselt on „meeste ja naiste haridus ... Raplamaal üsna erinev. 30–49-aastaste naiste hulgas on kõrgharitud 40%, samas eas meeste hulgas aga üle poole vähem. Meeste hulgas on kõrgharitud kõige rohkem 50–64-aastaste seas (20%), kuid selleski vanuserühmas on kõrgharitud naised poolteist korda rohkem. Tööealistest meestest on üle kolmandiku keskhariduse ja kutsega, naised on sellise haridusega palju vähem. Mehi on naistest rohkem ka üksnes põhi- või madalama haridusega.“



Joonis 18. Eesti ja Rapla maakonna elanikkonna haridustase aastal 2018. aastal. Allikas: Statistikaamet

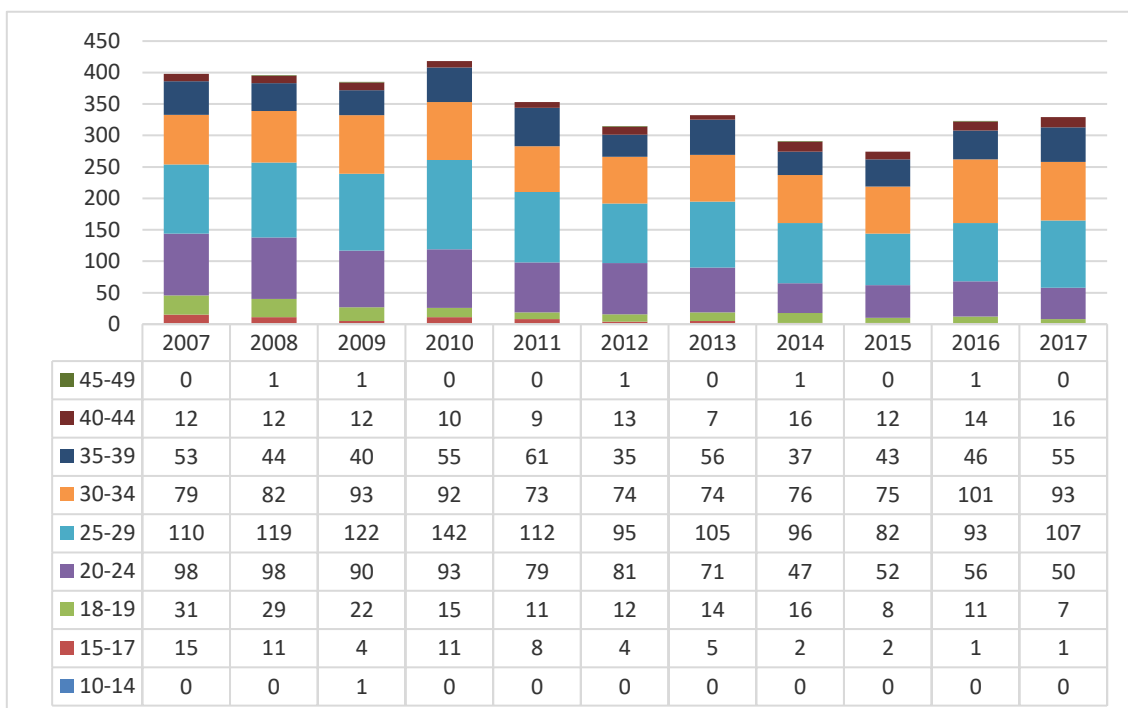
1.10. Elussünnid

Raplamaal oli sündimus tõusutrendiga kuni 2010. aastani. Sündimustrendi tõus oli seotud demograafilise lainearja järelkajaga, mis on nüüdseks möödas. 2015. aastaks oli sündimus jõudnud aegade madalaima tasemeni.



Joonis 19. Elussünnid Raplemaal 1990 - 2017. Allikas: Statistikaamet (RV112)

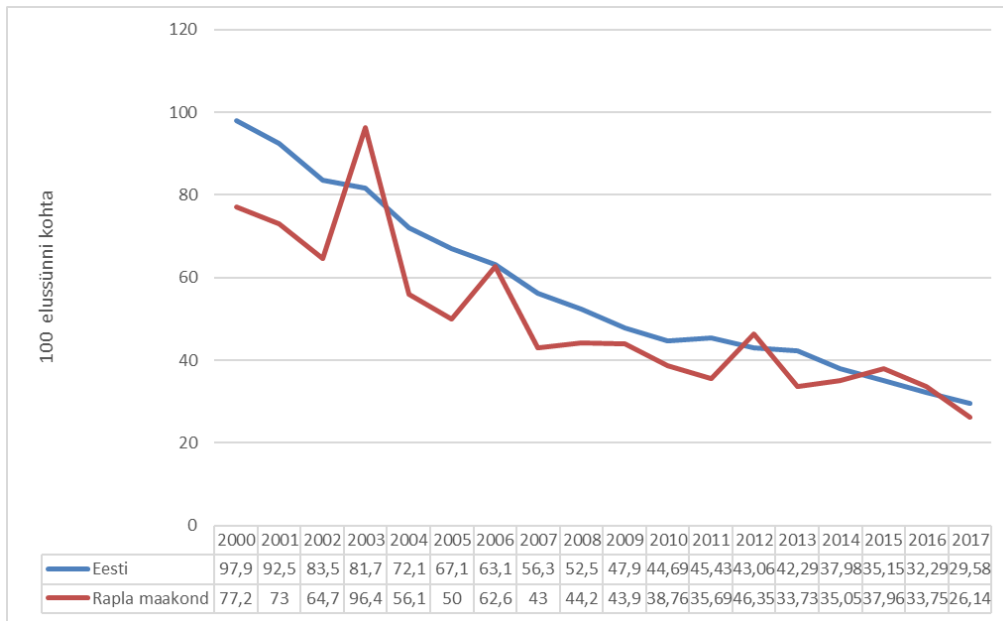
Peamine sünnitajate vanusegrupp on 30–34 ja 25–34-aastased naised. Alaealisi sünnitajaid on viimastel aastatel olnud väga vähe. Kõige suuremaks sünnitajate vanuserühmaks on alates 2016. aastast kujunemas 30–34-aastased!



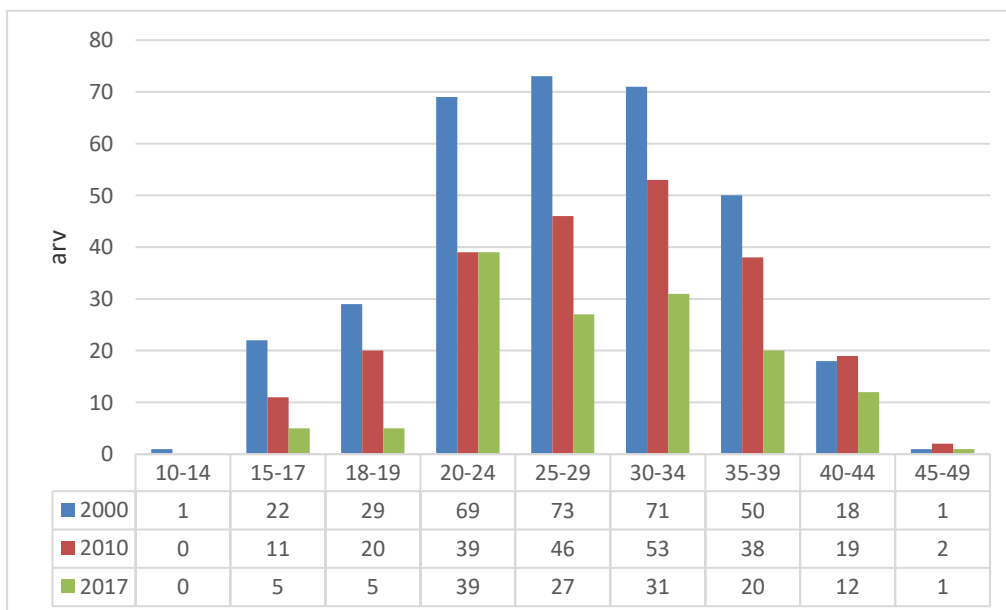
Joonis 20. Elussünnid ema vanuse järgi 2007-2017. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SR01)

1.11. Abordid

Abortide arv on vähenenud viimasel kümnendil nii Raplamaal kui Eestis. Kui aastal 2000 oli aborte enam-vähem sama palju kui sündide, siis nüüdseks on abortide arv vaid kolmandik sündide arvust. Abordimäär (abortide ja elussündide suhe) on Raplamaal olnud nagu Eestis tervikuna langustrendis, Eesti keskmisest aastaid madalam. Alaealiste seas on abortide arv viimasel kümnendil olnud väga väike.



Joonis 21. Legaalselt industeeritud abordid. Abordimäär 100 elussünni kohta Eestis ja Raplamaal. Allikas: Tervise Arengu Instituut (RK20)



Joonis 22. Abordid naiste vanuserühma järgselt. Allikas: Tervise Arengu Instituut (RK01)

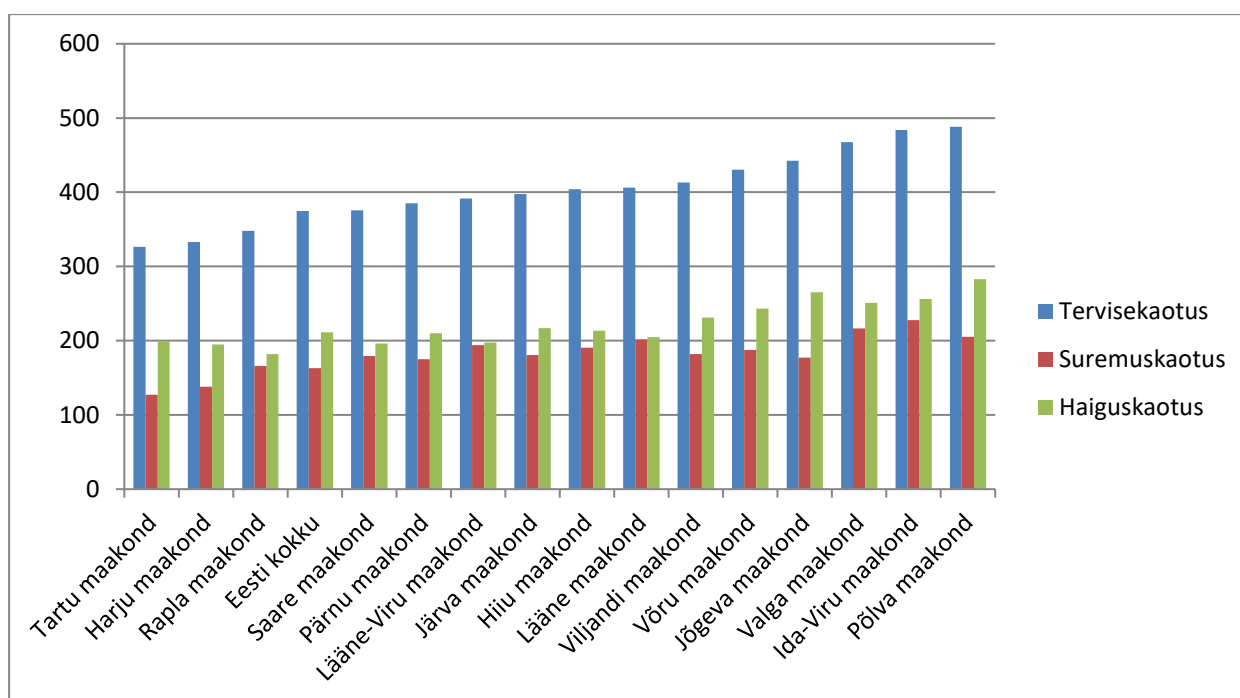
II RAHVASTIKU TERVISESEISUND

2.1. Tervisekaotus, suremuskaotus ja haiguskaotus

Tervisekaotus ehk vaevuste tõttu kaotatud eluaastad (1000 elaniku kohta) näitab terviselõhet rahvastiku parima võimaliku ja tegeliku tervise seisundi vahel, kasutades selleks enneaegsete surmade ja haigestumiste tõttu kaotatud eluaastaid. Raplamaa oli tervisekaotuse näitajate poolest Eestis paremuselt kolmandal (348,1 eluaastat 1000 in kohta) kohal olles 2013. aastal väiksem ka Eesti keskmisest (374,6 eluaastat 1000 in kohta) näitajast.

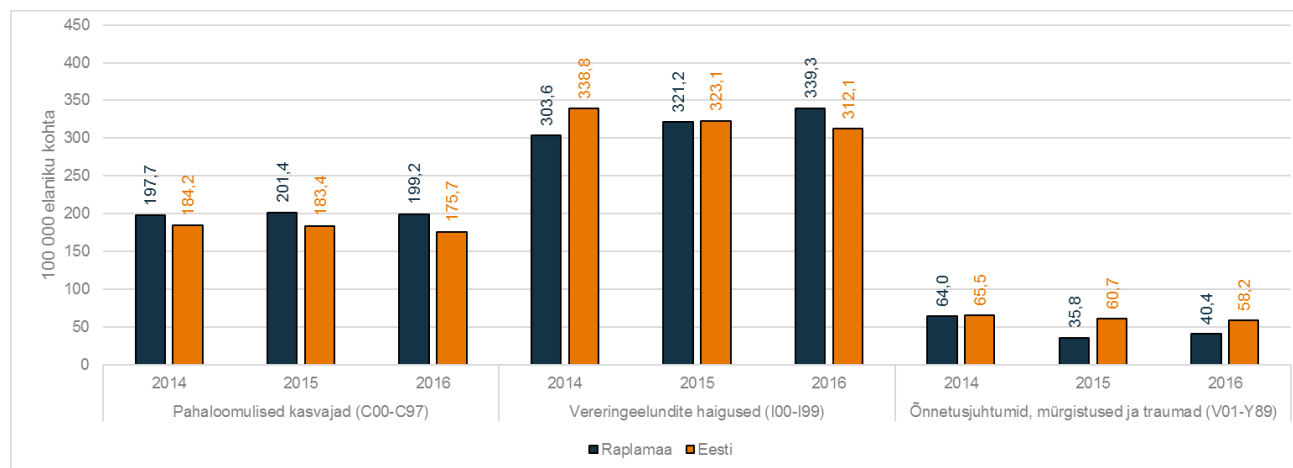
Haiguskaotus 1000 elaniku kohta näitab haiguste ning vigastuste tõttu kaotatud eluaastaid. Haiguskaotus on aeg, mida üksikindiviidid ja rahvastik tervikuna oleks saanud kasutada, kui haigusi ei oleks esinenud. Haiguskaotus oli Raplamaal Eesti väikseim (182 aastat 1000 in kohta) – Eesti keskmine näitaja oli 211,5 eluaastat 1000 in kohta.

Suremuskaotus 1000 elaniku kohta näitab enneaegsetest surmadest tingitud eluaastate kaotust. Suremuskaotus on aeg, mida üksikindiviidid ja rahvastik tervikuna oleks saanud kasutada, kui enneaegseid surmasid ei oleks esinenud. Surm loetakse enneaegseks, kui see saabub enne vanuserühma eeldatava eluea lõppu. Seega, mida nooremas eas surrakse, seda suurem on eluaastate kaotus. Suremuskaotuse näitaja poolest oli Raplamaa samuti kolmandal kohal, kuid Eesti keskmisest veidi kõrgema näitajaga (Rapla 166,2. Eesti 163,1 eluaastat 1000 in kohta).

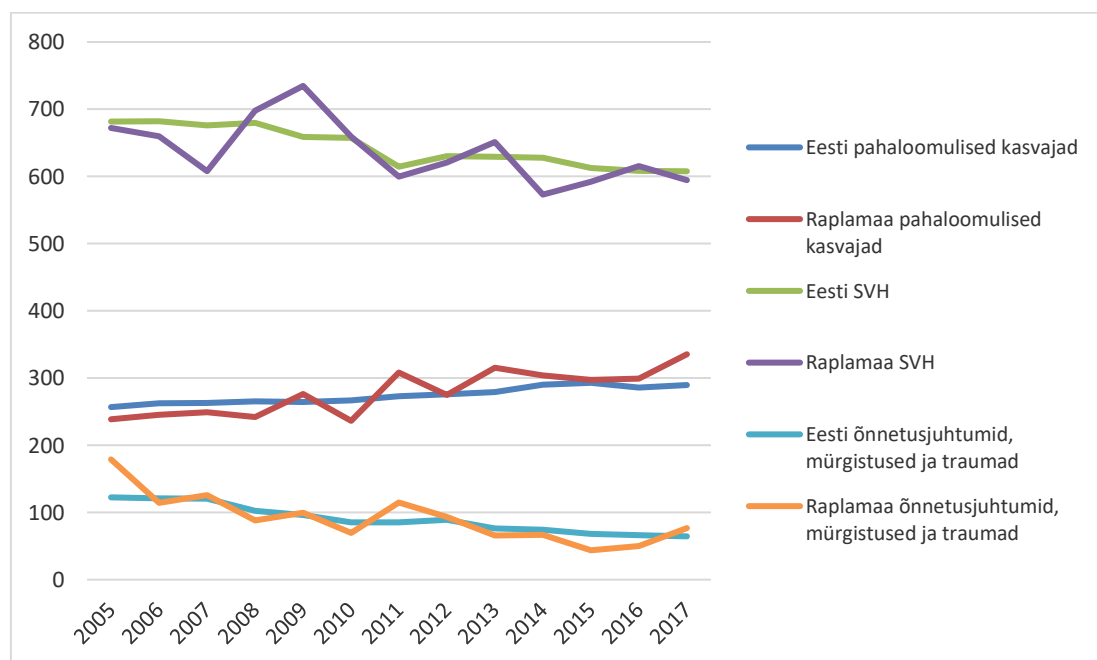


Joonis 23. Tervise-, suremus- ja haiguskaotus 2013. aastal 1000 inimese kohta. Allikas: Tervise Arengu Instituut (TERO2)

Nii nagu Eestis tervikuna, on ka Raplamaal kolmeks suurimaks suremuse põhjustajaks vereringeelundite haigused, pahaloomulised kasvajad ja vigastused. Südame- ja vereringeelundite haigustesse (SVH) suremus on langenud nii Eestis kui Raplemaal, jõudes siin ka Eesti näitajatest oluliselt paremate tulemusteni. Pahaloomulistesse kasvajatesse suremus on ajas suurenenud nii Raplemaal kui Eestis tervikuna. Vigastustesse suremus on 10 aasta jooksul Raplemaal langustrendiga, langustrend on Eestis tervikuna.



Joonis 24. Suremus pahaloomulistesse kasvajatesse, vereringeelundite haigustesse ja õnnetusjuhtumite tagajärjel. Allikas: Tervise Arengu Instituut. Raplamaa heaolu ülevaade 2018.

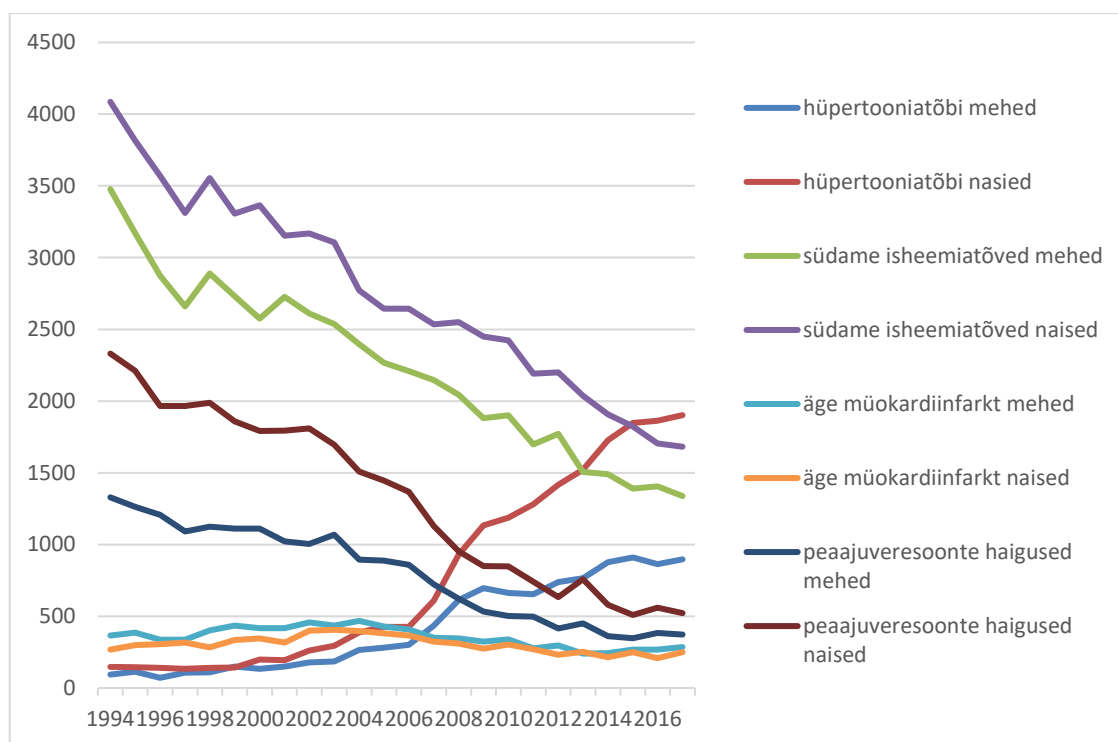


Joonis 25. Vereringeelundite haigustesse, pahaloomulistesse kasvajatesse ja välispõhjustesse surnud inimeste standarditud suremuskordaja 100 000 in kohta. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD23)

2.2. Suremus

2.2.1. Suremus südame- ja veresoonehaigustesse (SVH)

SVH suremuse juures on huvitav vaadata trendi (tippaeg 1994!): jõudsalt on viimase veerandsaja jooksul vähenenud nii meeste kui naiste südame isheemiatõvedesse, samuti peaaju veresoonte haigustesse suremus. Väikese langustrendiga on infarktid, tõusnud on seoses eluea tõusuga meeste ja naiste hüpertooniatõvesse suremus.



Joonis 26. Suremus südame- ja veresoonehaigustesse 1994–2016 Eestis. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD21)

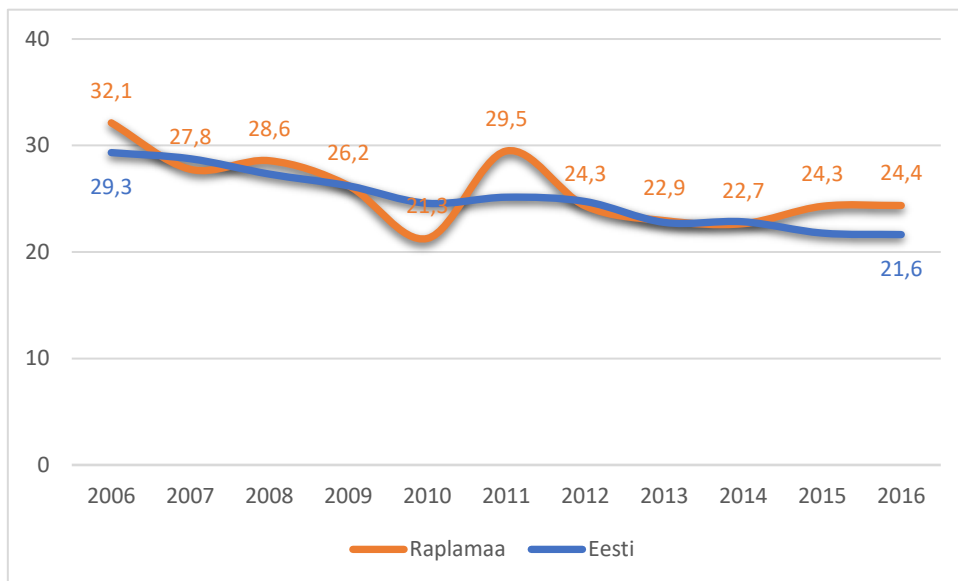
2.2.2. Suremus pahaloomulistesse kasvajatesse

Pahaloomulised kasvajad on oluline suremuse põhjustaja ja ajas ka kasvutrendis. Eestis on naiste vähkisuremuse peamised paikmed rind, käärsool, pärasool, kops. Meestel kops, eesnääre, käärsool, lümfoid ja magu. Eestis keskmiselt on peamine vähisuremuse põhjus kopsuvähk (5% kogu suremusest). Vähi haigestumine suureneb vanemas elueas, 60+ eluaastates.

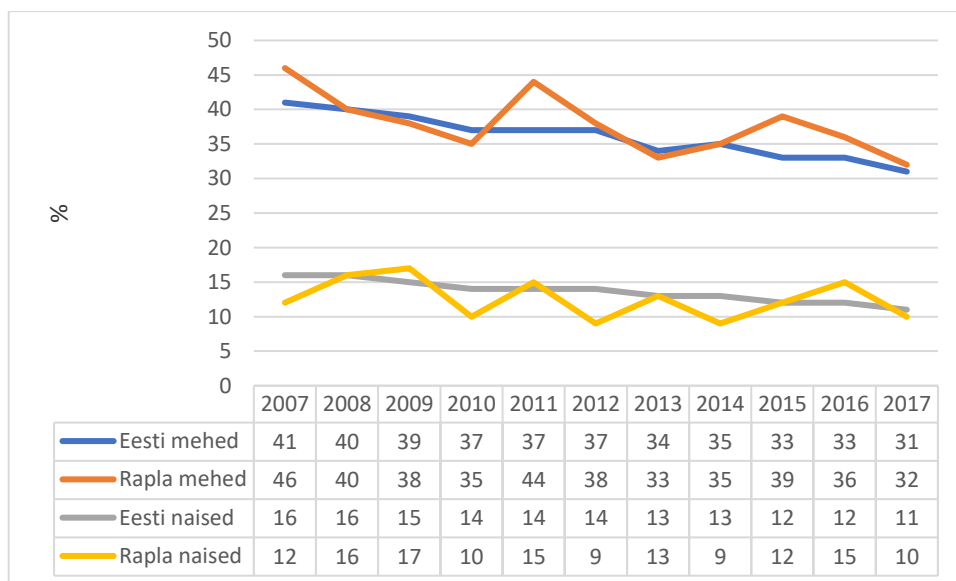
2.2.3. Varajased surmad (<65 eluaastat)

Varajane suremus näitab, kui suur on suremuse tase elujõuliste ja produktiivsete (sh tööealiste) elanike seas. Varajased surmad suurendavad oluliselt üldist tervisekaotust. Võrreldes Raplamaa ja Eesti keskmisi näitajaid, on näha, et Eestis tervikuna varajane suremus on sujuvas langustrendis. Raplamaal suri näiteks 2016. aastal

24,4% ja Eestis keskmiselt 21,6% inimestest enneaegselt. Raplamaa naistest sureb varajaselt 10% ning meestest 32% (2017), 10 aasta jooksul on varajane suremus langenud nii meestel kui naistel.



Joonis 27. Varajaste surmade (<65 eluaastat) osakaal (%) kõigist surmadest.
Allikas: Tervise Arengu Instituut. Raplamaa heaolu ülevaade 2018.



Joonis 28. Varajaste surmade (<65 eluaastat) osakaal (%) kõigist surmadest.
Allikas: Statistikaamet (RV52)

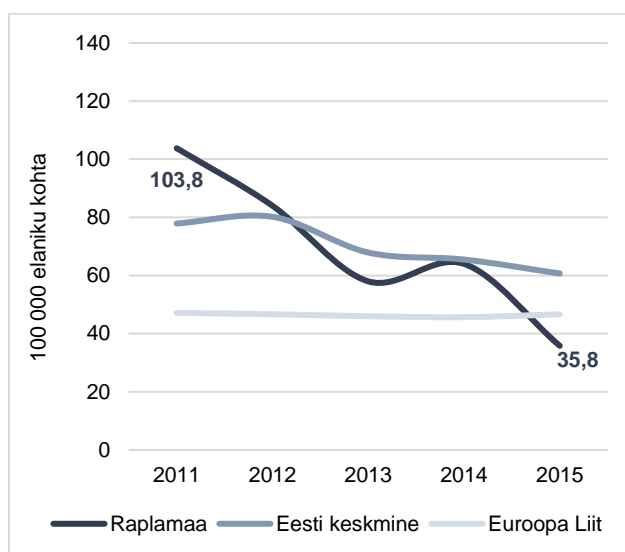
Viimasel kümnendil on maakonnas surnud üle 30 lapse, pooled nendest alla ühe aasta vanusena. Laste suremuse kõrgeimad näitajad olid 2007. ja 2010. aastatel (6). 0–1 aastaste suremus on kõige kõrgem, seda eeskätt mitte vigastuste, vaid peale sünni suremuse osas. Laste suremuse põhjused, kui need on seotud vigastustega, on üldiselt teada (vigastuste programmi raames olid surmad kaardistatud, kuid ühtset joont välja ei tulnud – õnnetused olid juhuslikud tihti ka ettenägematud).

Tabel 7. Laste surmad. Allikas: Statistikaamet (RV52)

| vanus | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 |
|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 0 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 0-4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 5-9 | 1 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 10-14 | 2 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 |
| Kokku | 6 | 3 | 3 | 6 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 |

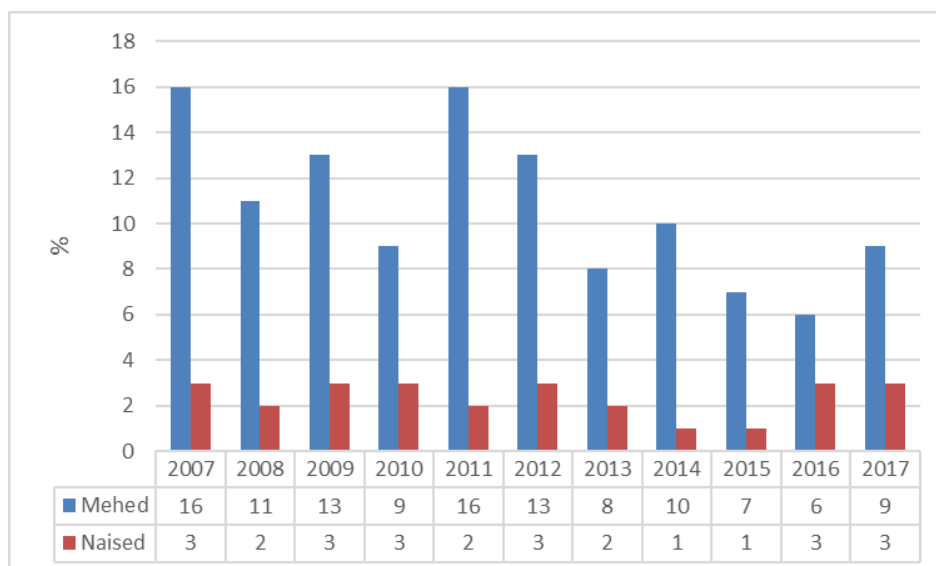
Vigastussurmade all on silmas peetud neid surmasid, mis on aset leidnud välispõhjuste toime tagajärjel, hõlmates rahvusvahelise haiguste klassifikatsiooni koodid V01–Y34. Sellisteks on liiklusõnnetused, kukkumised, uppumised, tuleõnnetused, külmumised, mürgistused, enesetapud, ründed ja ebaselge tahtlusega sündmused.

Õnnetussuremus näitab, kui suur hulk inimesi hukub erinevate õnnetuste tagajärjel. Õnnetussurmade osakaal kõikidest surmadest tõusis meeste seas järsult 2011. aastal, kuid on nüüd oluliselt vähenenud olles 2015. aastal isegi väiksem kui Euroopa Liidus keskmiselt!



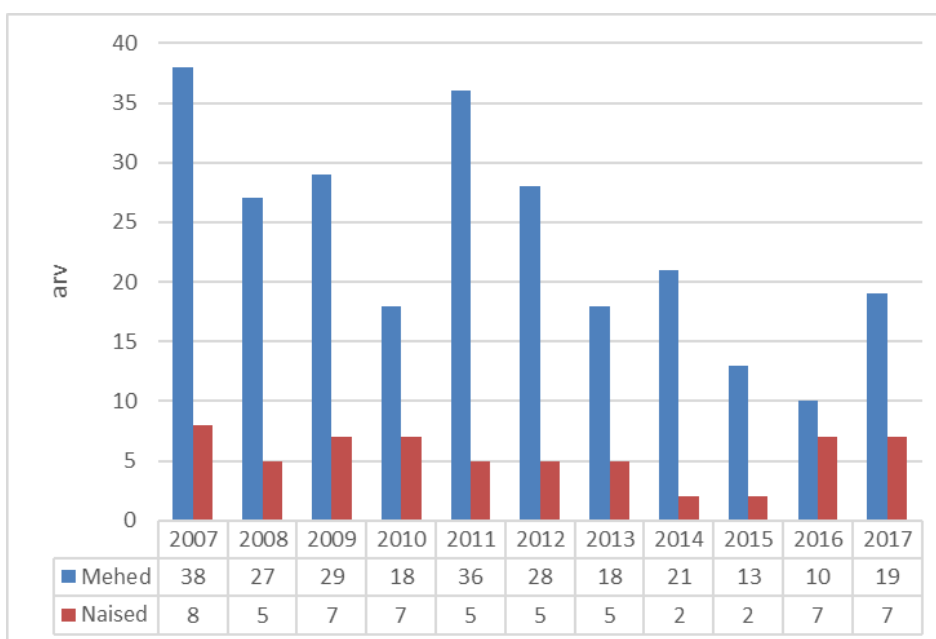
Joonis 29. Surmad vigastustesse ja mürgistusse (standarditud kordaja)
Allikad: Tervise Arengu Instituut, Raplanaa heaolu ülevaade 2018

Õnnetussurmade osakaal kogu suremusest on Raplanaal kümne aasta jooksul vähenenud pea kaks korda meeste osas. Naiste osas on see näitaja olnud alati väga väike ulatudes 1 – 3 %-ni.



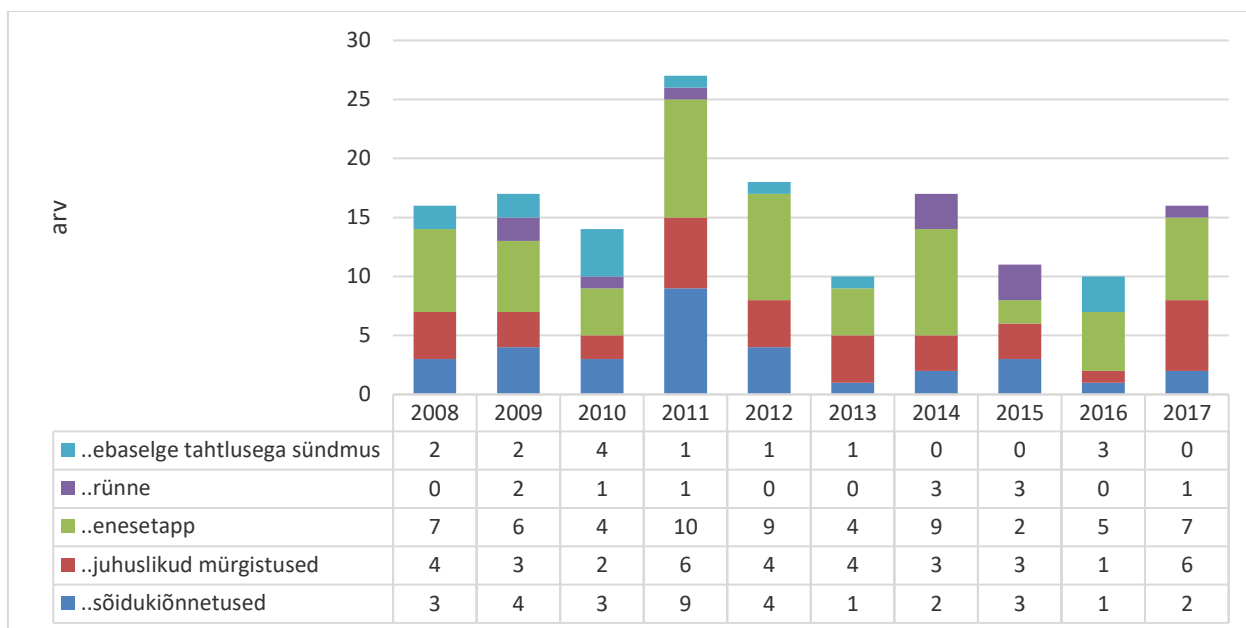
Joonis 30. Õnnetussurmade osakaal (%) kõigist surmadest Raplamaal.
Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD30)

Kui vaadata Raplamaa vigastussuremuse trendi, siis oli selgelt näha meeste vigastussuremuse langus.



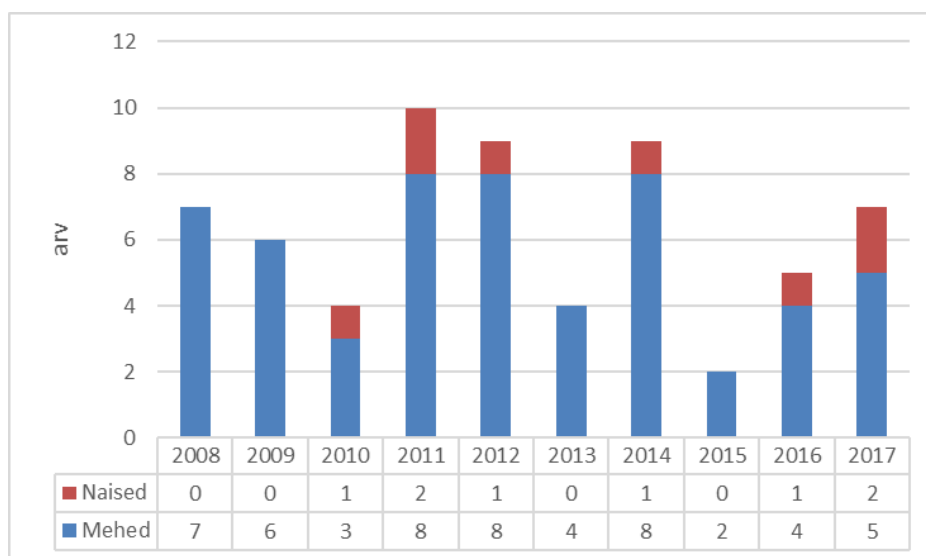
Joonis 31. Vigastussuremus Raplamaal 2007-2017. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD30)

Kui 2011. aastal olid vigastussuremuse oluliseks põhjuseks sõidukiõnnetused ja enesetapud, siis viimastel aastatel on sõidukiõnnetustest põhjustatud vigastussurmad oluliselt vähenenud, kuid enesetappude arv on jätkuvalt kõrge.



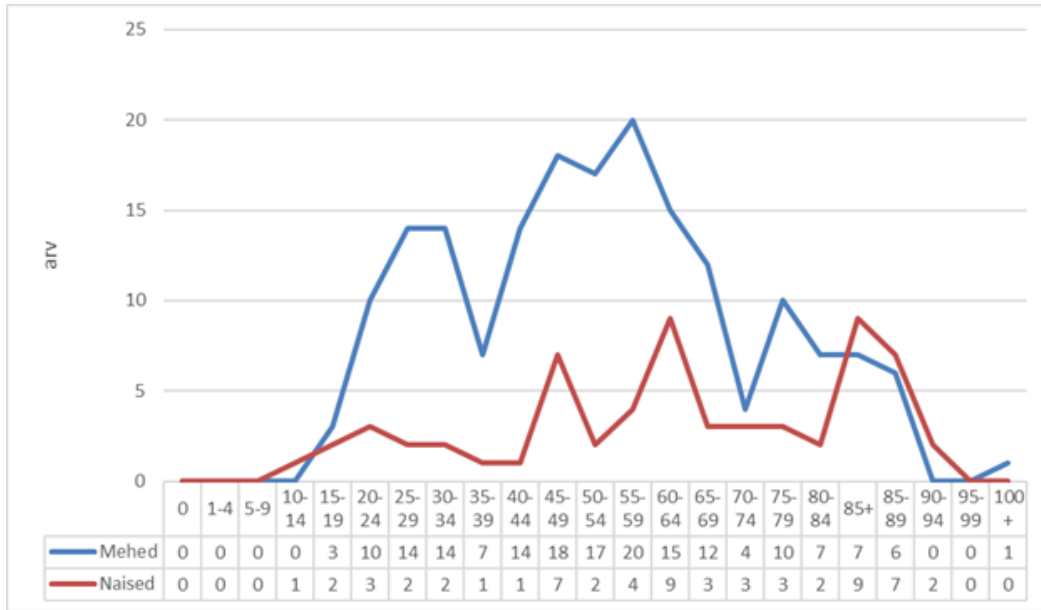
Joonis 32. Levinumad vigastussurma põhjused Raplamaal 2008-2014. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD31)

Viimastel aastatel (2011 - 2017) on selgelt näha, et vigastussuremuse peamiseks põhjuseks on enesetapp. Vaadates suitsiide soo järgi, on näha, et enesetappe sooritavad eeskätt mehed.

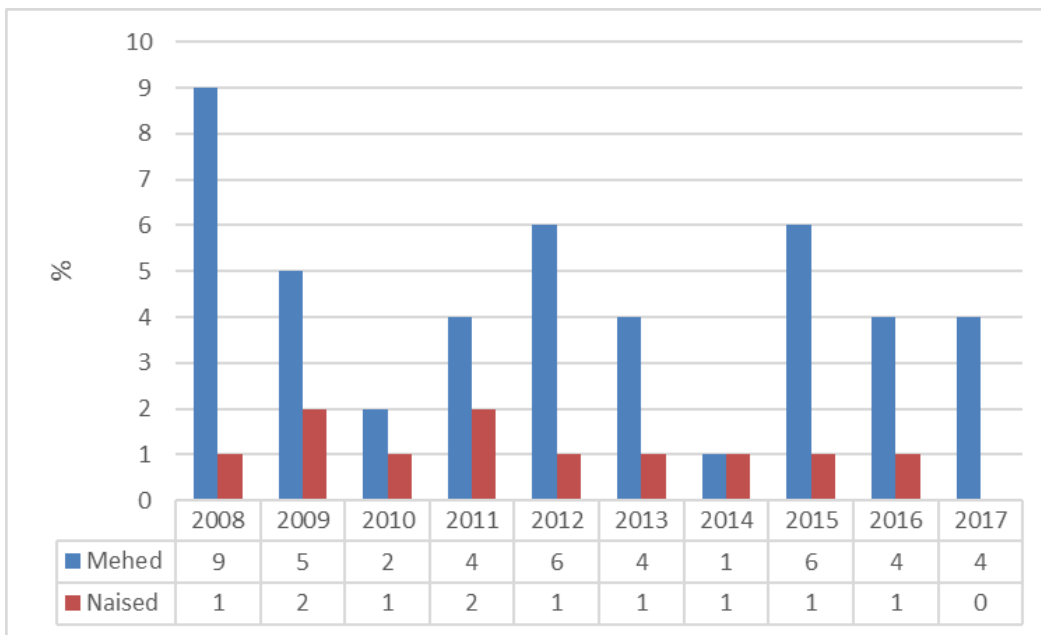


Joonis 33. Suitsiidid Raplamaal meeste ja naiste võrdluses. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD31)

Vanuserühmasid saame võrrelda Eesti lõikes. Meeste suitsidaalsus on vanuserühmades 25-34 väga kõrge ja eriti kõrge vansuerühmas 40-59. Naiste seas sooritatakse enesetappe rohkem vanuses 45-64. Ka vanemas eas tuleb suitsidaalsuse kõrgem hetk - meestel 75-79 ja naistel 85+. Vaadates 10 aasta trendi, ei ole märgata mingeid erilisi muutusi. On olnud ka paraku laste enesetappe (10-14 aasta vanustel 0-2 juhtu aastas), vanuses 15-19 on olnud igal aastal enesetappe, kulminatsioon oli aastal 2008 – 12. Viimastel aastatel on igal aastal 5 noort oma elu lõpetanud selles vanusegrupis.



Joonis 34. Suitsiidid 2017. aastal Eestis. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD21)



Joonis 35. Alkoholisurmade osakaal (%) kõigist surmadest Raplomaal. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SD40)

2.2.4. Alkoholisurmad

Alkoholisurmad näitavad alkoholist põhjustatud surmade osakaalu, sh haigusi ja välispõhjusi ehk mürgistusi ja vigastusi.

Raplomaal oli meeste osas alkoholisurmade trend peale majanduslikku õitseaga jõudsalt alanev, kuid on tõusnud vahepeal jällegi üle Eesti keskmiste näitajate. 2014. aastal on alkoholisurmade osakaal madalaim läbi aegade.

2.3. Haigestumine

2016. aastal olid Rapla maakonna elanike esmahaigestumises 5 juhtivat haigusrühma:

- ✓ hingamiselundite haigused
- ✓ kuse- ja suguelundite haigused,
- ✓ teatavad nakkus- ja parasiithaigused
- ✓ lihasluukonna ja sidekoe haigused
- ✓ vigastused ja mürgistused

Positiivsena tuleb rõhutada vigastuste ja mürgistuste jäämist juhtivate esmahaigestumise põhjuste seas 5. kohale.

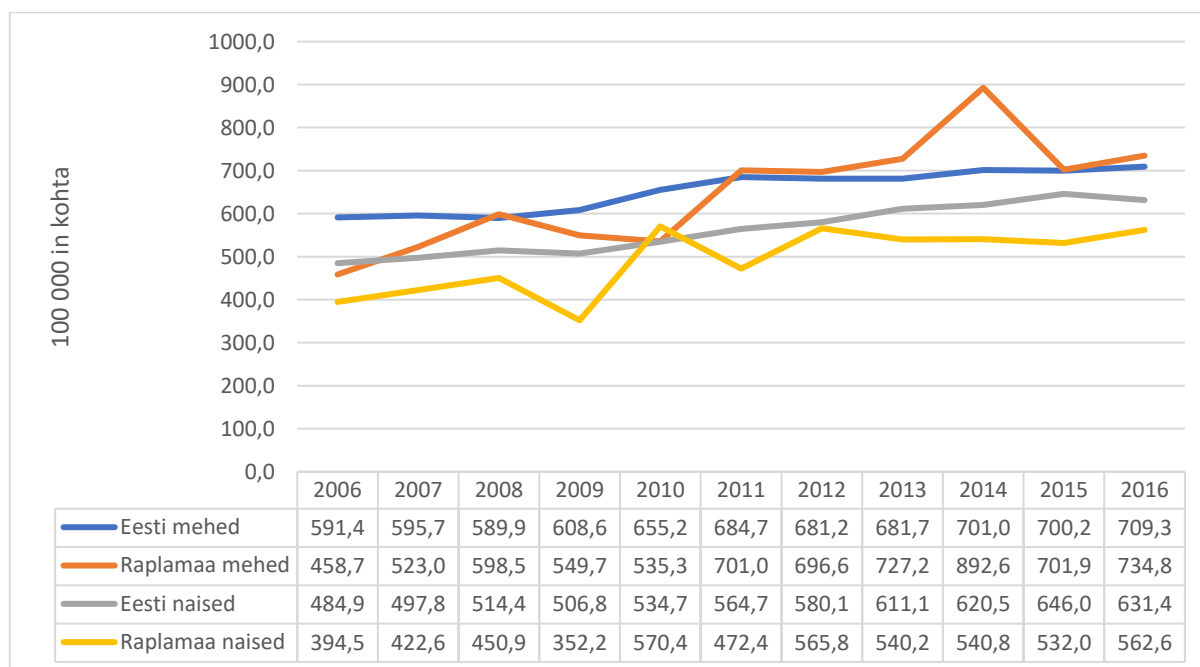
2.3.1. Esmahaigestumuskordaja pahaloomulistesse kasvajatesse

Mehed haigestuvad vähki rohkem kui naised. Võrreldes ka Eesti keskmisega, on Raplamaal vähki haigestumine naiste osas olnud madalam. Viimasel aastakümnel on vähki haigestumine Raplamaal nii meeste kui naiste hulgas kasvanud.

Pahaloomuliste kasvajate peamised paikmed: naistel rinnavähk, käärsoole vähk, pärasoole vähk ning kopsuvähk;

meestel kopsuvähk, eesnäärme vähk, käärsoolevähk, lümfoidkoe vähk ning maovähk.

Vähki suuremus suureneb 60+ eluaastast. Raplamaal on haigestumine kõrgem nii meestel kui naistel kopsuvähki!



Joonis 36. Pahaloomuliste kasvajate haigestumuskordajad 100 000 elaniku kohta paikme järgi.

2.3.2. Nakkushaigustesse haigestumus

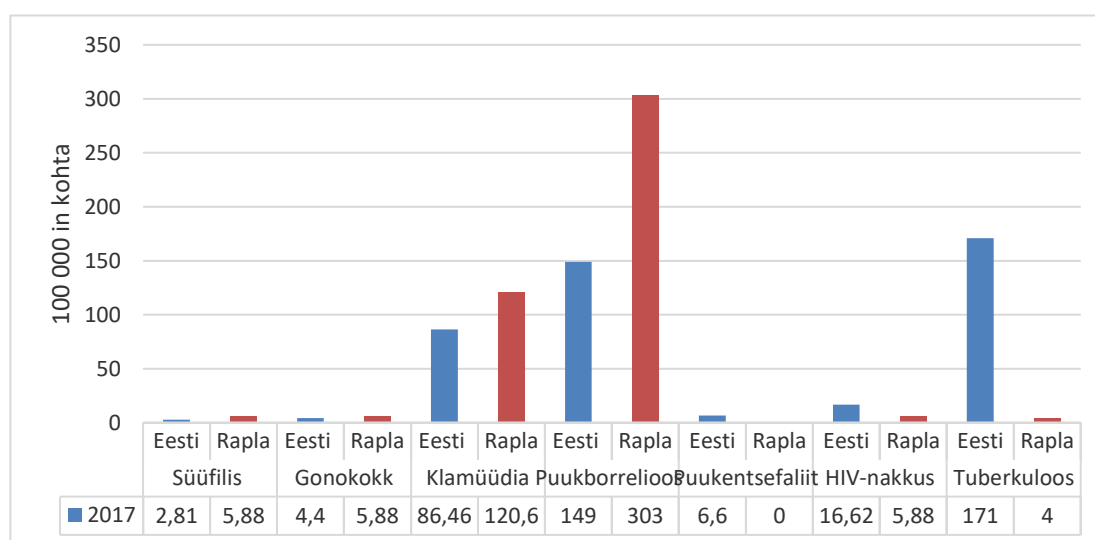
Raplamaa nakkushaigustesse haigestumises moodustab peamise osa haigestumine grippi ja teistesse ülemiste hingamisteede viirusnakkustesse 91,96%, teistesse piisknakkustesse 4,8 %, soolenakkustesse 1,0 %, transmissiivsed nakkustesse (verd imevate putukate kaudu levivad nakkused) 1,0 %, sugulisel teel levivatesse nakkushaigustesse kokku 1,0 % ja muudesse nakkushaigustesse 0,3 %

Puukentsefaliiti on esinenud Raplemaal mitmeid juhte, 2014.aastal 7 juhtu. Meie piirkonnas ei pruugi olla palju viirust kandvaid puuke, kuid kindlasti neid esineb, samuti reisivad inimesed palju ringi ning võivad nakatuda haigusesse väljaspool Raplamaad. Haiguse ennetamiseks on kindlasti oluline puukentsefaliidi vastane vaktsineerimine. Puukborrelioosi haigestumine tõusis 2017. aastal võrreldes 2016. aastaga peaaegu poole võrra, selle põhjuseks võib olla diagnoosimise paranemine, inimeste teadlikkuse kasv haiguse sümptomite osas, aga ka kliimamuutused, mille tõttu on haigete puukide aktiivsusperiood pikem ning oht nakatunud puugiga kokkupuuteks kestab pikemalt.

Suguhaigused nagu süüfilis ja gonorröa ei ole tänapäeval probleemiks. Klamüüdiasse haigestumine on aasta-aastalt suhteliselt sarnane. HIV-nakkust siiski maakonnas on 0 - 3 juhtu aastas. AIDSi haigestumiste või surnute arvu avalikult leida ei ole. Tuberkuloosi haigestumine on Eesti näitajatega võrreldes tagasihoidlik.

Tabel 8. Esmahaigestumine nakkushaigustesse Rapla maakonnas. Allikas:Tervise Arengu Instituut (NH01, TB30)

| | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 |
|---|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Süüfilis | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | 1 | 2 |
| Gonokokknakkus | 0 | 1 | 5 | 4 | 2 | 0 | 3 | 2 |
| Suguliselt levivad klamüüdiahaigused | 47 | 39 | 31 | 51 | 37 | 26 | 49 | 41 |
| Lyme'i tõbi (puukborrelioos) | 91 | 120 | 50 | 32 | 40 | 51 | 55 | 103 |
| Puukentsefaliit | 2 | 6 | 5 | 0 | 7 | 0 | 1 | 0 |
| HIV-nakkus | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 | 1 | 3 | 2 |
| Tuberkuloos (esmas- ja retsidiivjuhud kokku) | 8 | 8 | 5 | 4 | 1 | 5 | 3 | 4 |



Joonis 37. Esmahaigestumine nakkushaigustesse 2017. aastal võrdluses Eesti näitajatega 100 000 elaniku kohta.

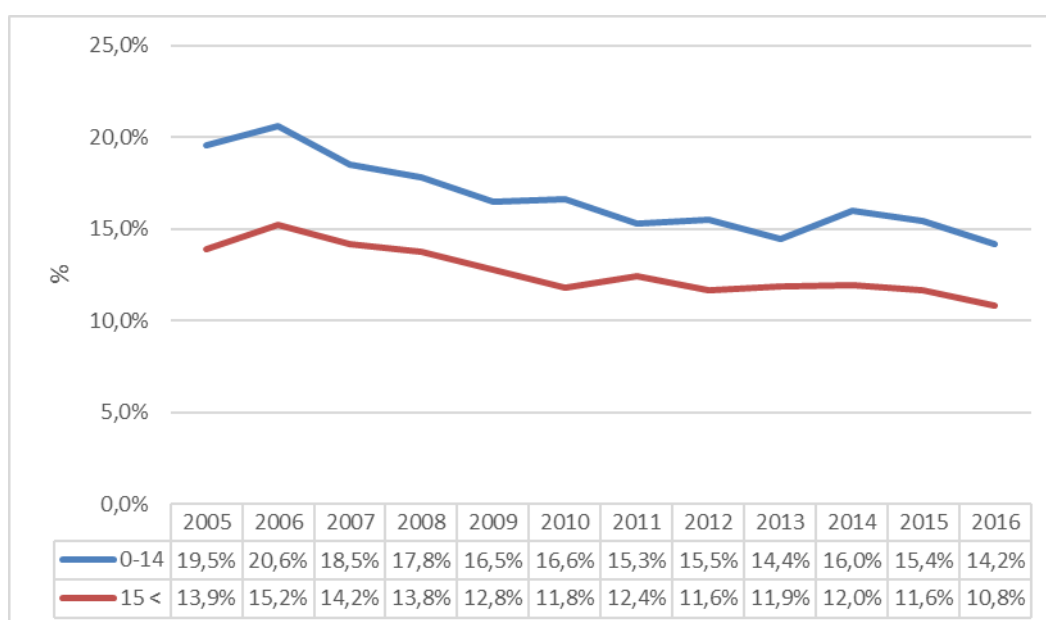
Vigastumishaigestumus on vähenenud laste osas aastakümneni algusest ja alates 2006. aastast ka täiskasvanute hulgas. Aastast 2006 on selgelt näha vigastushaigestumise alanev trend.

Suurim osa, 40–50%, vigastustest on saadud kukkumise tagajärjel (libisemise ja komistamise tõttu, nt jää ja lumega seotud libeduse tõttu, treppidel). Järgnevad eluta mehaanilise jõu toimet toimunud õnnetused – selle välispõhjuste rühma alla kuuluvad muuhulgas millegagi pihta saamine, enese äralöömine, kokkupuude teravate esemete ning seadmete ja tööriistadega, aga ka võõrkeha sattumine silma, naha alla vm. Kõige enam, veidi alla pooltel sellistest juhtudest, saadakse viga end ära lüües või millegagi pihta saades. Tihti on tegemist ka silma sattunud või muu kehaava kaudu sisenenud võõrkehaga, viga saadakse klaasi või terariistaga, samuti kokkupuutel tööriistade või seadmetega. Sõidukiõnnetustes saavad enim kahjustada mehed.

Allikas: Vigastused Eestis 2016, Tervise Arengu Instituut

0 - 14 vanuserühmas on vigastushaigestumus samuti 2006. aastast vähenemistrendiga. 15 ja vanemate vigastushaigestumus veidi kasvas 2011. aastal, kuid siiski aastate perspektiivis on trend alanev.

2016. aastal pöördusid Raplamaa lapsed kõige vähem Eestis raviasutuse poole vigastuste tõttu.



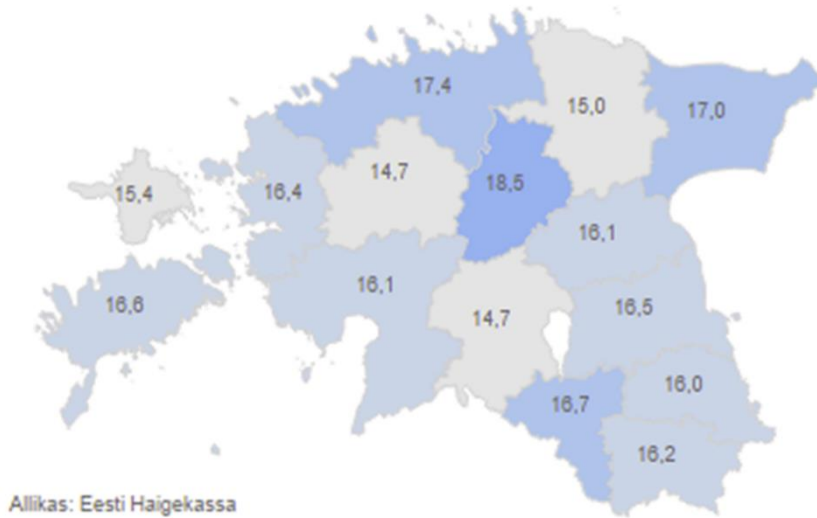
Joonis 38. Vigastuste esmasjuhtude välispõhjused 1000 in kohta 2005 - 2015.

Allikas: Tervise Arengu Instituut (EH11)

Laste- ja noortega juhtuvad õnnetused on peamiselt põhjustatud kas laste järelevalvetusest, noorte riskivast käitumisest või puudulikust teabest/õpetusest ja esmaabi andmise vähesest oskusest.

SA Tallinna Lastehaiglas viidi 2009. aastal 9 kuu jooksul läbi laste vigastuste süvauuring laste seas, kes viibisid haiglaravil. Kõige rohkem vigastusi toimub kodus (44,6 %), tänaval ja maanteel (15,2 %) ning spordiväljakutel (11,8 %). Enim saavad vigastada lapsed vanuses 0 - 1! Koolieelikutel vigastused vähenevad kuni koolini ja seejärel taas tõusevad - mida vanemaks, seda rohkem ka lapsi haiglaravile jõuab. Kõige rohkem kukkumisi ja põletusi on aastavanustel väikelastel. Kukatase sülest, mähkimislaualt, ostukärult, turvatoolist jms. Veidi vanemalt juba treppidest. Laste peamisteks traumadeks on peaaju põrutus ja luumurrud, aga ka lahtised haavad kukkumise tagajärjel, mürgistused ja põletused. Luumurdudest on esikohal küünarluu ja küünarnukk (28 %), õlavars ja sääreluu (19 %) ning kolju (12 %).

Vigastuste tõttu ravi vajanud lapsed 100 elaniku kohta, 2016

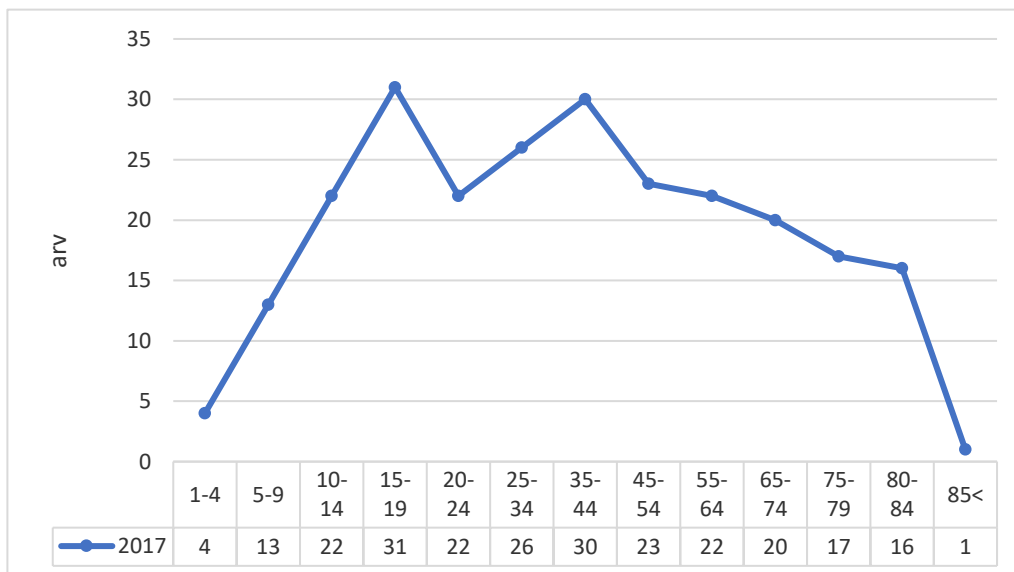


Joonis 39. Vigastuste tõttu ravi vajanud lapsed 100 elaniku kohta 2016. Allikas: Eesti Haigekassa

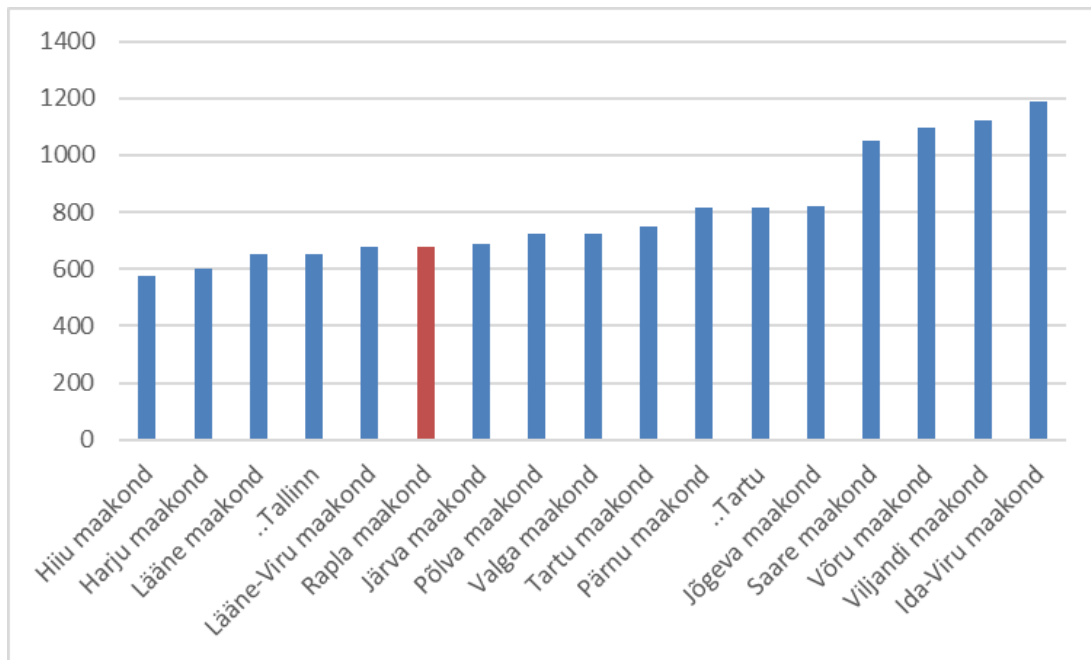
2.3.3. Psüühika ja käitumishäired

Psühhiaatriliste haiguste pärast vajasis raplamaalased abi 2015. aastal 228, 2016. aastal 242 ja 2017. aastal 247 inimest. 2017. aastal oli psühhiaatriliste haigustega ravil 676,7 in 100 000 elaniku kohta, mis võrdluses Eesti pildiga pigem paremate näitajate seas.

Lapsed on saanud ravi igas vanuserühmas, eriti drastiline tõus on 2016. aastal olnud vanuserühmas 15-19. Noorte inimeste seas on kahe aasta võrdluses ravi vajadus suurenenud (15-34), vanuserühmas 55-64 on kõige rohkem ravile pöördujaid.



Joonis 40. Aktiivravi saanud Raplamaa inimesed psüühika- ja käitumishäirete tõttu vanuserühmiti. Allikas: Tervise Arengu Instituut (PH5)



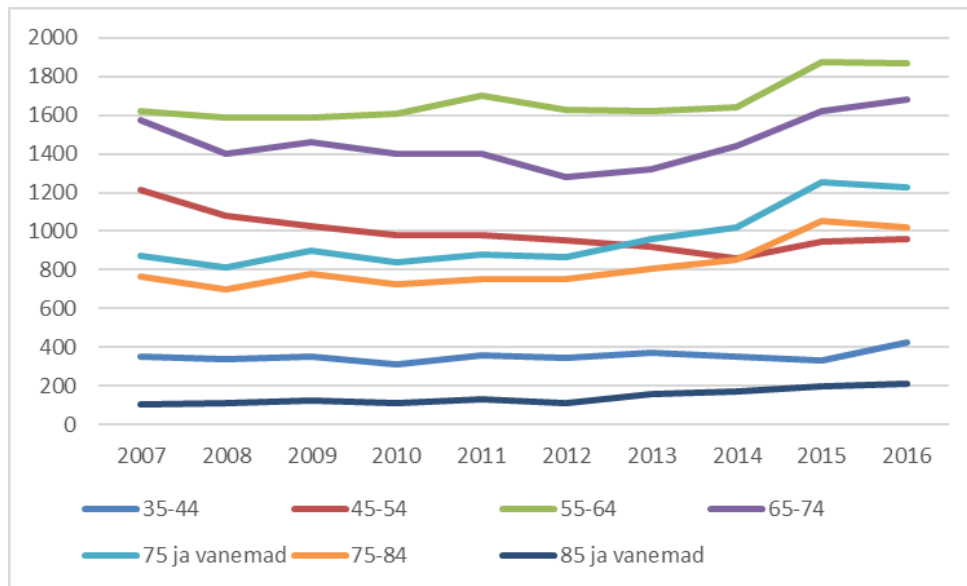
Joonis 41. Aktiivravi saanud Raplamaa inimesed psüühika- ja käitumishäirete tõttu 2017. aastal 100 000 in kohta.

2.3.4. Haigestumine diabeeti

Diabeet on krooniline ainevahetushaigus. Diabeedi puhul on probleemiks veresuhkru liiga kõrge tase. Peamist rolli diabeedi kujunemisel etendab insuliin (kõhunäärme hormoon), mis aitab muuta toitu energiaks. Seedimise käigus muutuvad toidus olevad süsivesikud glükoosiks, mis nimetatakse veresuhkruks (VS). Kui erinevatel põhjustel on insuliini organismis vähe, VS tõuseb. Diabeeti on kahte tüüpi: I tüüp ehk insuliinisõltuv diabeet (tekib reeglina noortel inimestel) ja II tüüp ehk insuliinisõltumatu diabeet (tekib eakamatel ja tüsedamatel inimestel).

Eesti riigi terviseprofiilis nimetatakse oluliseks probleemiks Eestis diabeeti, mis on viiendikul elanikkonnast. Diabeeti haigestub igal aastal 6000–7000 inimest. 7% juhtudest moodustab I tüüpi diabeet, 93% on aga II tüüpi diabeet, mis kujuneb välja paljuski elustiilist tulenevalt. II tüüpi diabeeti haigestumine tõuseb kõikides vanuserühmades alates 35. eluaastast. Kõige rohkem esmahaigestumisi on vanuses 55–64.

I tüüpi diabeedi esmahaigestumises mingeid tõuse ei ole märgata, pigem on sedasorti diabeet vähenenud (2007 859 juhtu ja 2016 566 juhtu). Vanuserühmas 0–19 on I tüüpi diabeet samuti 10 aasta jooksul esmajuhtudena vähenenud (2007 – 286, 2016 – 122 juhtu).



Joonis 42. II tüüpi diabeeti esmahaigestumine Eestis. Allikas: Tervise Arengu Instituut (EH10).

2.4. Sõeluuringutes osalemine

Sõeluuring on terviseuuring, mis on mõeldud eelkõige tervetele, ilma kaebuste ja sümptomiteta inimestele erinevate vähkide varajaseks avastamiseks. Eestis tehakse sõeluuringuid naistele emakakaela ja rinnavähi varajaseks avastamiseks ning nii naistel kui meestel jämesoolevähi varajaseks avastamiseks.

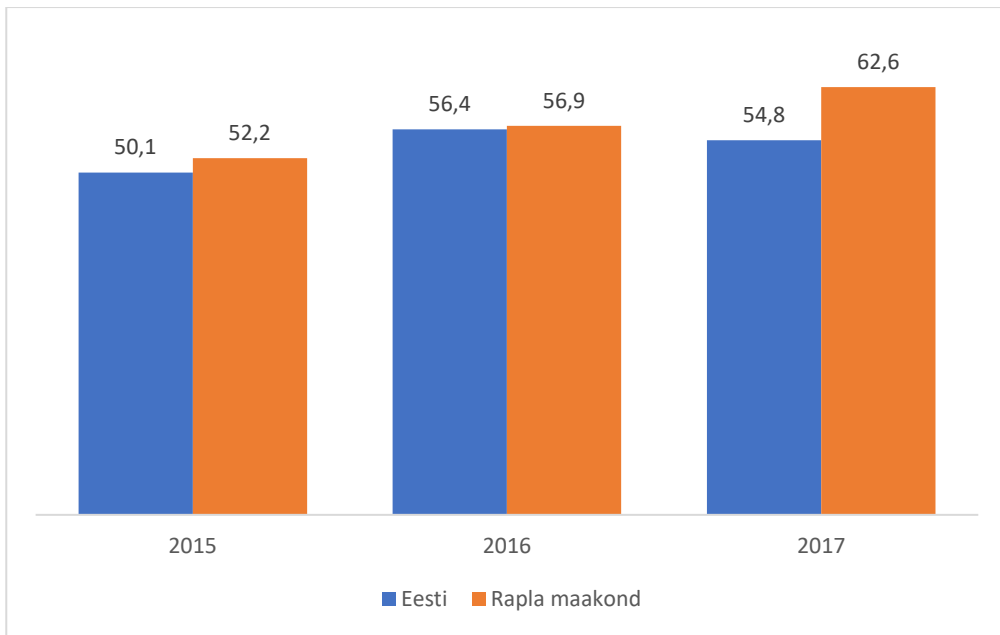
Rinnavähi sõeluuring. Uuringutele kutsutakse 50 – 69-aastaseid ravikindlustatud naisi iga kahe aasta järel.

Emakakaelavähi sõeluuring. Uuringutele kutsutakse 30–55-aastaseid ravikindlustatud naisi iga viie aasta järel.

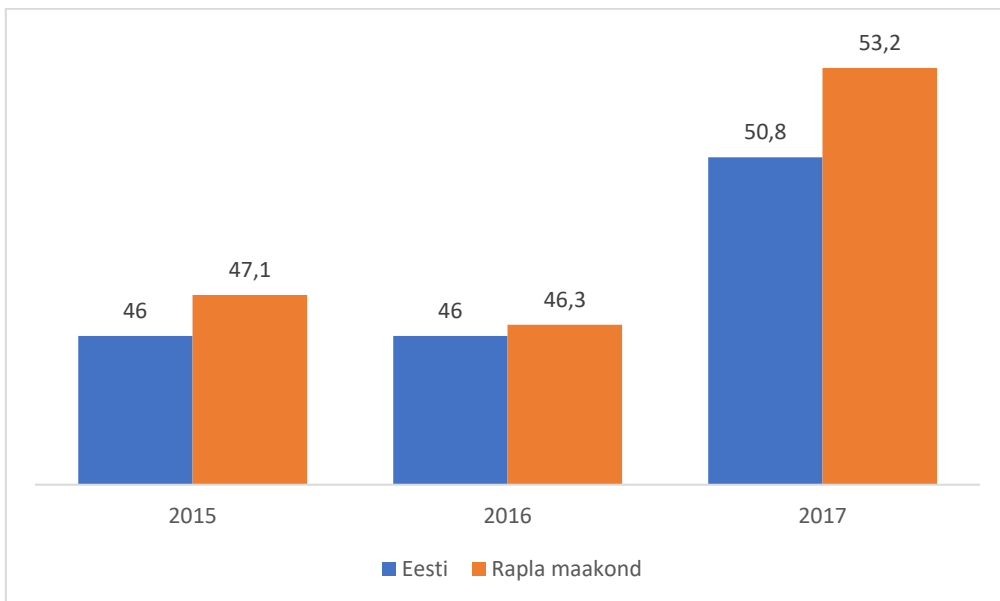
Jämesoolevähi sõeluuringugruppi kuuluvatele inimestele saadetakse teade Terviseinfosüsteemi, selle saamisel tuleb pöörduda oma pereõe või perearsti vastuvõtule. Samuti kutsuvad pereõed aktiivselt inimesi osalema jämesoolevähi sõeluuringus.

Raplamaa haiglas tehakse emakakaelavähi varase avastamise sõeluuringuid. Rinnavähi sõeluuringuks mõeldud Mammograafia buss on reeglina Rapla haigla juures korra või kaks aastas, et Raplamaa naistel oleks mugavam rinnavähi sõeluuringul osaleda. Inimeste teadlikkust sõeluuringutes osalemiseks tuleb tõsta. Sõeluuringutes madala osalejate arvu üheks põhjuseks võib olla ka see, et sõeluuringud on mõeldud üksnes ravikindlustusega hõlmatud inimestele.

Uuringutel osalemine on Eestis ja Raplemaal siiski kesine – vaid veidi üle poolte uuringule kutsutuist osalevad. Raplemaal on need näitajad siiski veidi paremad, ulatudes rinnavähi uuringul 62,6 %-ni aastal 2017. Emakakaelavähi uuringutel osaleb aga veel vähem naisi (2017 Raplemaal 53,2 %).



Joonis 43. Rinnavähi sõeluuringu sihtrühma hõlmatus mammograafilise uuringuga
Allikas: Tervise Arengu Instituut (VSR03)



Joonis 44. Emakakaelavähi sõeluuringu sihtrühma hõlmatus PAP-testi uuringuga
Allikas: Tervise Arengu Instituut (VSR13)

III SOTSIAALNE SIDUSUS JA VÕRDESED VÕIMALUSED

3.1. Majanduslikult aktiivsed üksused/ettevõtted

Statistiline profiil on majanduslikult aktiivsete üksuste (äriühingute, füüsilisest isikust ettevõtjate, asutuste, mittetulundusühingute) kogum. Näitaja kirjeldab potentsiaalseid töökohti kogukonnas. Ettevõtete arvu kasv Raplamaal näitas, et omavalitsustes on ettevõtluse arenguks piisavalt perspektiivi. Raplamaal on palju ettevõtlikke inimesi, kes eelistavad olla ise ettevõtjad (suur arv väikese töötajate arvuga ettevõtteid).

Raplamaal ei ole suurettevõtteid palju (2017 – 1) ja ka keskettevõtteid on vähe. Pidevalt on kasvanud mikroettevõtete arv ja pärast majanduslangust on kasvanud ka väikeettevõtete arv.

Viimastel aastatel olnud ettevõtluse aktiivsuse kasv Raplamaal maakondadest üks kiiremaid – aastatel 2000 - 2017 on lisandunud ligi 16 ettevõtet ja nt aastatel 2016–2017 üle 4 ettevõtte 1000 elaniku kohta. Ja seda füüsilisest isikuste ettevõtjate arvu kahanemise tingimustes. Kui jätta kõrvale põllu- ja metsamajandus, siis on Raplamaal kõige enam aktiivseid ettevõtjaid hulgi- ja jaekaubanduses – 17,1% ettevõtetest (Eestis keskmiselt – 20,2%), ehituses – 16,3% (11,2%), kutse-, teadus- ja tehnikaalases tegevuses – 14,0% (15,3%), töötlevas tööstuses – 12,7% (Eesti – 8,3%) ning veonduses ja laonduses – 8,3% (8,1%). Eesti keskmisele jääb Raplamaa ettevõtluse aktiivsuses selgelt alla aga nt majutuse ja toitlustuse valdkonnas – 2,5% (3,4%) ning kinnisvaraalases tegevuses – 3,7% (6,6%). Raplamaal on viimase tosina aasta jooksul avaliku sektori osakaal tööhõives praktiliselt pidevalt kahanenud – kui 2005. aastal oli avalikus sektoris veel 32,2% hõivatutest, siis 2017. aastal vaid 24,7% (Rapla maakonna arengustrateegia.)

Tabel 9. Majanduslikult aktiivsete üksuste arv Raplamaal. Allikas: Statistikaamet (ER28)

| | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 |
|---|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Kokku | 1792 | 1845 | 1927 | 2600 | 2653 | 2704 | 2760 | 2769 | 2886 | 2860 | 2993 |
| Suurettevõtte (üle 250 in) | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Keskmine ettevõtte (kuni 249 in) | 28 | 26 | 21 | 19 | 20 | 18 | 20 | 21 | 18 | 18 | 16 |
| Väikeettevõtte (10-49 in) | 147 | 146 | 143 | 116 | 116 | 116 | 121 | 117 | 137 | 133 | 140 |
| Mikroettevõtte (alla 10 in) | 1616 | 1672 | 1763 | 2465 | 2517 | 2570 | 2619 | 2631 | 2731 | 2709 | 2836 |

3.2. Tööhõive määr

Tööhõive määr on hõivatute osatähtsus tööealises rahvastikus (15–65). Raplamaal on Eesti keskmisele lähedane trend. Alates 2005. aastast hõivatuse määr tõusis jõudsalt ja 2008. aastast langes jõudsalt. Tööga hõivatus on elanikkonnale esmaselt vajalik sissetuleku tagamiseks, millega katta kulutused normaalseks eluks. Kindlasti on hõivatusel mõju ka ühiskonna sidususele. Tööl käiv inimene tunneb enda vajalikkust ja töösuhete kaudu luuakse küllaltki suur osa tänapäevastest suhtlusvõrgustikest. 2015–2016 oli Raplamaa tööhõive määr isegi Eesti keskmisest veidi kõrgem.

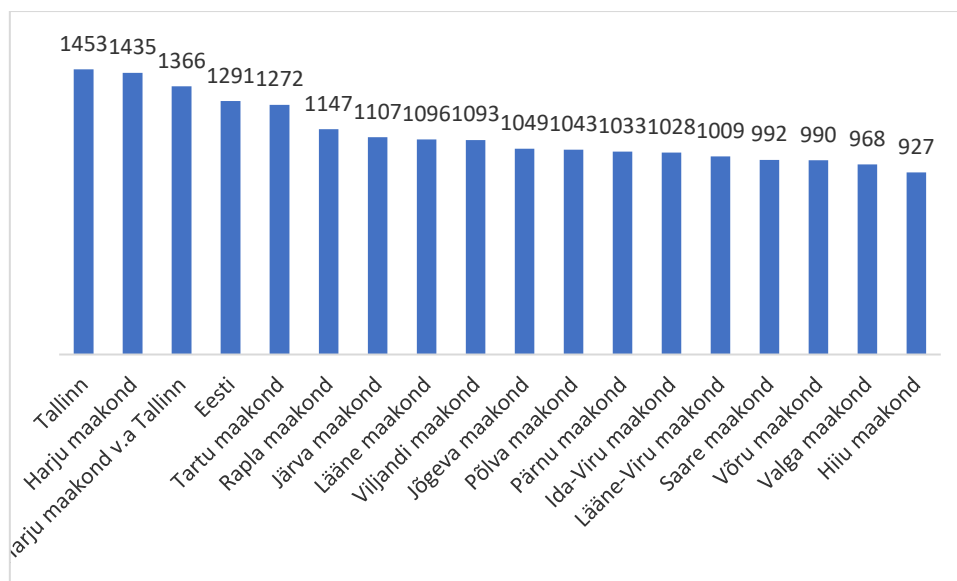


Joonis 45. Tööhõive määr (%). Allikas: Statistikaamet (TT4647)

3.3. Keskmise brutopalk

Keskmise brutokuupalga poolest oli Raplamaa 2017. aastal maakondade seas kõrgel 4. positsioonil. Kuu keskmine brutopalk Raplamaal oli 1113,34 eurot. Pingereas oli esikohal Harjumaa (1283,42 eurot), kes veab üles ka Eesti keskmise näitaja (1154,97 eurot). Kõik teised maakonnad jäävad alla Eesti keskmise. Kagu-Eestis ja Ida-Virumaal jäävad igakuised palganumbrid 1000 euro lähedale või alla selle. 2018. aasta lõpus oli Raplamaa brutopalka suuruse järgi Harju- ning Tartumaa järel kolmandal kohal.

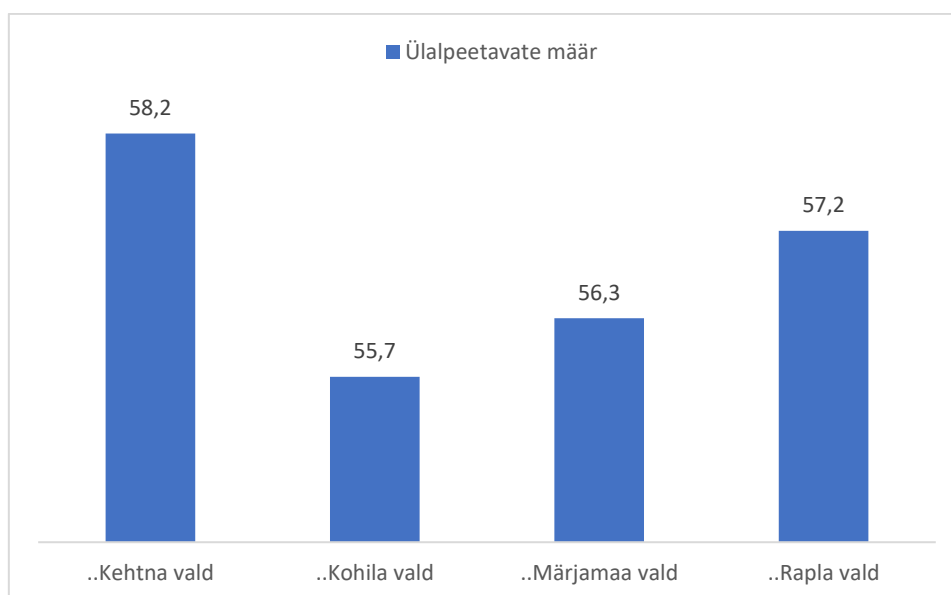
Geograafiliselt on näha, et reeglina on sissetulekud suuremad suurtes linnades ja nende lähistel. See näitab selgelt, et Tallinna ja selle lähiümbruse majanduslik mõju laieneb üha, seda ka üle maakonna piiride.



Joonis 46. Keskmine brutopalk Eestis 2018. a. III kvartal. Allikas: Statistikaamet (PA004)

3.4. Ülalpeetavate määr

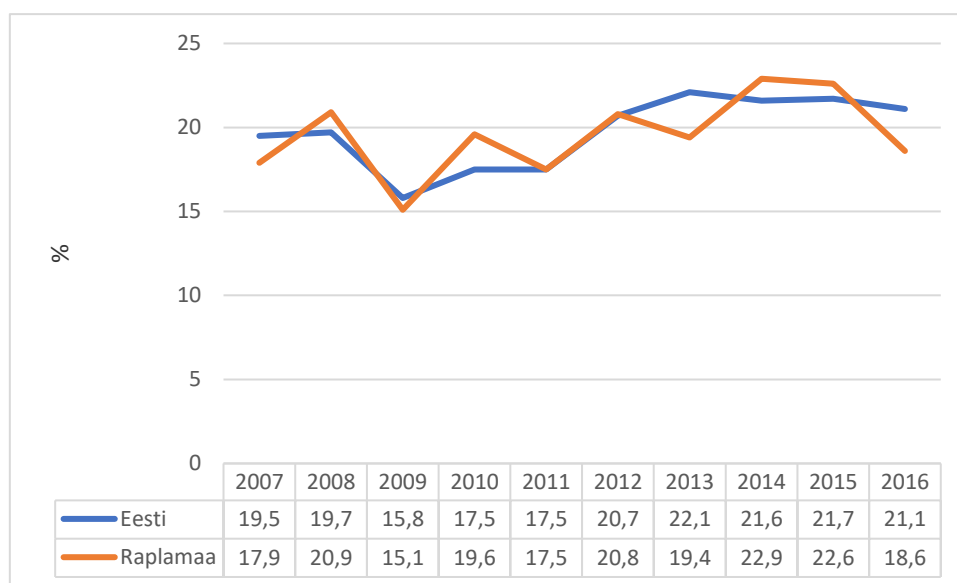
Ülalpeetavate määr iseloomustab rahvastiku vanuskoosseisu. Sisuliselt näitab see, mitut inimest peab ülal pidama 100 tööealist inimest – mittetööealiste (0–14-aastased ja üle 65-aastased) elanike arv 100 tööealise (15–64-aastased) elaniku kohta. Mida väiksem see suhe on, seda väiksem on koormus töötajatele. Raplamaa ei erine Eesti keskmisest oluliselt (Eesti 56,0; Raplamaa 56,8). Raplamaa siseselt on näha, et kõige suurem koormus on Kehtna vallas ja väiksem Kohila vallas.



Joonis 47. Ülalpeetavate määr Raplemaal 2018. Allikas: Statistikaamet (RV063)

3.5. Suhtelise vaesuse määr

Suhtelise vaesuse määr näitab isikute osakaalu, kelle leibkonna sissetulek jagatuna leibkonnaliikme tarbimiskaalude summaga on suhtelise vaesuse piirist madalam. Suhtelise vaesuse määr on Raplamaal sarnane Eesti näitajatega ning viimased kümme aastat see näitaja olnud suhteliselt stabiilne: peaaegu viiendik elanikkonnast elab oma perega suhtelises vaesuses. Suure tõenäosusega puuduvad vaesuses elaval inimesel vahendid enda tervise eest hoolitsemiseks võrdväärselt teistega. Seega ei saa kuidagi ligi viiendiku elanike elamist sellel piiril pidada normaalseks.



Joonis 48. Suhtelise vaesuse määr. Allikas: Statistikaamet (LES22)

3.6. Registreeritud töötus

Töjõuks loetakse inimesi alates vanusest 16 eluaastat kuni pensionieani. Töötuse määr ehk tööpuuduse määr näitab töötute osatähtsust töjõus. Töötute osakaal on Raplamaal Eesti näitajatega võrdluses suhteliselt sarnane. 2009–2011 olid töötuse tippaastad, mil Raplamaa elanikkonnas oli töötuid isegi kuni 20%. Viimastel aastatel on töötuse määr olnud Eestiga võrreldes mõnevõrra suurem (kuni 1% võrra) ulatudes aastal 2017 6,5%-ni. Töötuse määr ei erine Eesti keskmisest näitajast oluliselt. Võrreldes teiste maakondadega oleme oma näitajate poolest siiski paremate hulgas.

Tabel 10. Tabel 10. Töötuse määr Eestis ja Raplamaal Allikas: Statistikaamet (TT442)

| | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 |
|-------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Kogu Eesti | 4,6 | 5,5 | 13,5 | 16,7 | 12,3 | 10 | 8,6 | 7,4 | 6,2 | 6,8 | 5,8 |
| Raplamaa | 5,2 | 6,8 | 15,7 | 19,6 | 13,4 | 8,5 | 7,4 | 7,8 | 6,1 | 8,6 | 6,5 |

2018. a. novembri lõpu seisuga oli Rapla maakonnas 727 registreeritud töötut. See moodustab 4,5 protsenti tööealisest elanikkonnast. 2018. aasta jooksul on töötute arv Raplamaal püsinud stabiilsena. Aasta keskmine number on sealjuures 724.

Tabel 11. Töötute arvud Raplamaal. Allikas: Töötukassa Rapla osakond

| | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 (30.11.) |
|-------------------------------|------|------|------|------|------|------|------------------|
| Töötud | 1135 | 968 | 834 | 875 | 737 | 696 | 727 |
| sh pikaajalised töötud | 603 | 373 | 325 | 302 | 276 | 304 | 256 |
| sh 16-24-aastased | 175 | 141 | 118 | 109 | 85 | 79 | 73 |

Eesti Töötukassas alustati töövõime hindamistega 01.07.2016. Töövõime hindamise meetodika lähtub sellest, et iga inimene on unikaalne ja sama puue või haigus võib inimestel väljenduda väga erinevalt.

Töövõime hindamisel võetakse arvesse inimese terviseseisundit ning sellest tulenevaid tegutsemise ja osaluse piiranguid. Selleks hinnatakse tema kehalist ja vaimset võimekust erinevates valdkondades.

Töövõime ulatus saab olla:

- ✓ Töövõimeline – inimese töötamine ei ole terviseseisundist tulenevatel põhjustel takistatud
- ✓ Osaline töövõime – inimese töötamine on terviseseisundi ja sellest tulenevate piirangute tõttu osaliselt takistatud
- ✓ Puuduv töövõime – inimene ei ole terviseseisundi ja sellest tulenevate piirangute tõttu võimeline töötama

Kui inimesel on osaline või puuduv töövõime, on tal õigus saada töövõimetoetust. Vähenenud töövõimega inimeste tööle rakendamiseks on välja töötatud hulgaliselt meetmeid sh tööandjale toetused.

Raplamaa registreeritud töötutest moodustavad vähenenud töövõimega inimesed vähem kui ühe kolmandiku. Vähenenud töövõimega inimesi oli Raplamaal 2016. aastal 115, 2017. aastal 223 ja 2018. aastal 238.

Pikaajaline töötut on inimene, kes ei ole töötuna arvele võtmisele vahetult eelnenud 12-kuulisel perioodil olnud hõivatud tööga või tööga võrdsustatud tegevusega. 16–24-aastane noor on pikaajaline töötut, kui ta ei ole töötuna arvele võtmisele vahetult eelnenud 6-kuulisel perioodil olnud hõivatud tööga või tööga võrdsustatud tegevusega. Pikaajalised töötud moodustavad kogu töötusest ca kolmandiku.

3.7. Ravikindlustusega kaetud elanike osakaal rahvastikust

Rapla maakonna ravikindlustusega kaetud isikute osakaal on Eesti keskmisest madalam. See näitab tõenäoliselt, et „mustalt“ töötavatel (makse mittemaksvatel) inimestel on jätkuvalt suhteliselt suur osakaal. Igas vallas on ka kindlustamata isikuid ja nende kulusid aitab kompenseerida omavalitsus. Ravikindlustusega hõivatuse kõrge määr näitab, et kui inimesel on tekkinud probleemid ja on vajadus pöörduda tervishoiuasutuse poole, on tal selleks majanduslik baas kindlustatud läbi ravikindlustuse omamise. Samas

tuleb jälgida, et suhteliselt suure osa edukast raviprotsessist peab inimene katma ka omavahenditest (visiidimaks, ravimid). Seega juba vaesuses või toimetulekupiiril elaval inimesel võivad puududa vahendid omaosaluse katmiseks. Mõnedes omavalitsustes on üheks toetuseliigiks kujunenud ka ravimitoetus. Ravikindlustusega kaetud on 2017. aastal ca 92%, mis on suhteliselt madal näitaja.

3.8. Sotsiaalteenuste ja -toetuste sihtgrupid

Puue on inimese anatoomilise, füsioloogilise või psüühilise struktuuri või funktsiooni kaotus või kõrvalekalle, mis koostoimes erinevate suhtumuslike ja keskkondlike takistustega tõkestab ühiskonnaelus osalemist teistega võrdsetel alustel. Puuetega inimeste osakaal Rapla maakonnas on kasvavas trendis. Rapla maakonnas kaitseb puuetega inimeste huve kohalike omavalituste kõrval ka Raplamaa Puuetega Inimeste Koda, mis omakorda koondab erinevate puuetega inimeste ühinguid (näiteks diabeedihaiaged, reumahaiged, vaimupuudega inimesed, kuulmis- ja nägemispuudega inimesed, kutsehaiged, liikumispuudega inimesed jne).

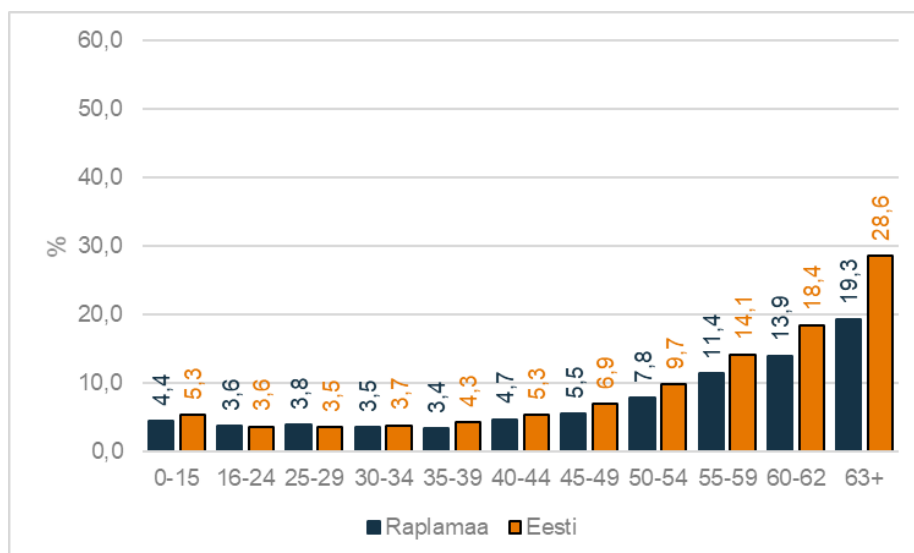
Ühingu ülesanded on:

- ✓ liikmesorganisatsioonide projektipõhine rahaline toetamine
- ✓ teabe jagamine
- ✓ sotsiaalnõustamine
- ✓ õigusnõustamine
- ✓ seminaride, teabepäevade koordineerimine
- ✓ kultuurireiside korraldamine
- ✓ kojale sobivate ruumide otsimine
- ✓ lisarahastuse võimalustega tegelemine

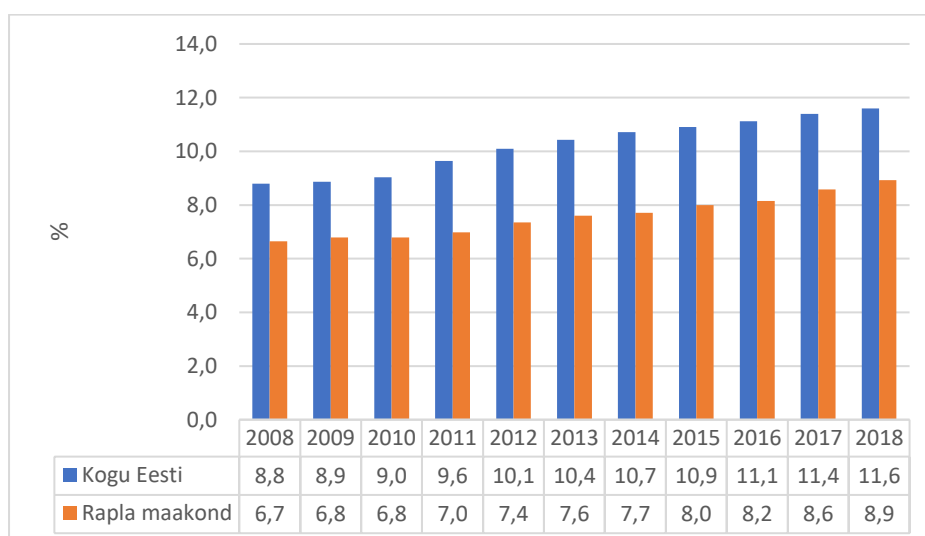
Raplamaal puudub puuetega lapsi ja lastevanemaid koondav organisatsioon.

Puudega ja püsiva töövõimekaotusega inimeste arv Raplamaal on pidevalt kasvanud. Puudest tulenevalt võib inimene vajada sekkumisi ja abi (teenuste, toetuste jm meetmete näol) mitmetest valdkondadest – nii tervisevaldkonnast kui sotsiaalvaldkonnast; samuti abi võimetekohase hariduse omandamisel, ligipääsetavat keskkonda või selle kohandamist ning abi töölesaamisel ja töötamisel.

2016. aastal käivitus Eestis töövõimereform, millega loodi uus töövõime toetamise süsteem. Muutuste eesmärk on muuta suhtumist vähenenud töövõimega inimestesse ning aidata neil tööd leida ja hoida. Osalise või puuduva töövõimega inimene saab töötukassast töövõime kaardi, mis asendab senise pensionitunnistuse. Seega osalise või puuduva töövõimega inimene ei ole enam pensionär. Kui inimesel on puude tõttu lisakulutusi, makstakse talle erivajadusest tulenevaid puuetega inimeste sotsiaaltoetusi. Lisakulud võivad olla seotud näiteks abivahendite või transpordi kasutamisega, hoolduse või rehabilitatsiooniga. Sotsiaaltoetuste arvutamise aluseks on puuetega inimeste sotsiaaltoetuste määr.



Joonis 49. Puudega inimesed vanuserühmade järgi 2017.a.
Allikas: Tervise Arengu Instituut, Raplammaa heaolu ülevaade 2018



Joonis 50. Puuetega inimeste osatähtsus Eestis ja Raplemaal 2008–2018.
Allikas: Statistikaamet (THV21)

Tabel 12. Puudega inimesed Rapla maakonnas seisuga 31.12.2018. Allikas: Sotsiaalkindlustusamet

| Vald | Puudega lapsed keskmine puue | Puudega lapsed raske puue | Puudega lapsed sügav puue | Tööealine keskmine puue | Tööealine raske puue | Tööealine sügav puue | Pensionär keskmine puue | Pensionär raske puue | Pensionär sügav puue | Kõik kokku |
|---------------|------------------------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|------------|
| Märjamaa vald | 17 | 41 | 5 | 175 | 138 | 41 | 122 | 269 | 58 | 866 |
| Rapla vald | 25 | 87 | 4 | 294 | 226 | 43 | 108 | 315 | 77 | 1179 |
| Kehtna vald | 6 | 38 | | 148 | 111 | 26 | 60 | 124 | 51 | 564 |
| Kohila vald | 15 | 46 | 1 | 115 | 92 | 22 | 43 | 96 | 21 | 451 |
| Kokku | 63 | 212 | 10 | 732 | 567 | 132 | 333 | 804 | 207 | 3060 |

3.9. Sotsiaalteenused

Maakonna valdades pakutavate sotsiaalteenustega on eelkõige kaetud kõige enam haavatavad sotsiaalsed grupid. Igas vallas on võimalik taotleda endale eluruumi kaotuse puhul ajutiselt sotsiaalkorterit. Isikud, kel on vastav hooldusvajadus, saavad taotleda enda hooldamiseks hooldaja, kui vastavad eeltingimused on täidetud (Isiku toimetulekuvõime säilitamiseks). Raske või sügava puudega lapsele on võimalik taotleda riiklikult rahastatavat lapsehoiuteenust. Raplas asub maakonna ainukene tehniliste abivahendite pood (Invaru). Sealt saab vajaduse olemasolul osta soodustingimustel tehnilisi abivahendeid.

Avahooldus eakatele on kättesaadav igas vallas, mis näitab eakatest hoolimist kohalikus omavalitsuses. Päevakeskused (mis sisaldavad erinevaid teenuseid, sh ka supikööki) on loodud suurematesse vallakeskustesse. Igas vallas on võimalik saada ka saunateenust.

Raplamaal on 3 hoolekandeesutust, mis pakuvad erihoolekandeteenuseid: Rapla Hooldekeskus (Rapla vald), Pahkla Camphilli Küla SA ja Kohila Turvakeskus „Katikodu“ MTÜ (Kohila vald). Üldhooldekodusid on üheksa (hooldekohtade arv Raplemaal ca 400) ja asenduskodusid üks – SOS Juuru Lasteküla.

Tabel 13. Sotsiaalteenused Rapla maakonnas 2018. Allikas: Raplamaa omavalitsused

| Jrk nr | Teenus | Rapla | Kehtna | Kohila | Märjamaa |
|--------|-------------------|---|-------------------------------------|--|---|
| 1 | Hooldekodu | Rapla Hooldekeskus (50 kohta) | Kehtna hooldekodu Kalbus (36 kohta) | Hageri Hooldekodu (93 kohta) | Vigala Hooldekodu OÜ (34 kohta) |
| | | Juuru (24 kohta) ja Kaiu (20 kohta) Hooldekodu | Järvakandi Hooldekodu (25 kohta) | | Kuuda Hooldekodu OÜ (54 kohta) |
| | | Eakate Kodu Villa Alfred Kuusiku (48 kohta) | | | |
| 2 | Erihooledekodu | AS Hoolekandeteenus, kogukonnateenus (10 inimesele) | | Katikodu MTÜ vaimupuudega noortele | AS Hoolekandeteenus rajamas 30 kohalist ööpäevaringset üksust |
| | | | | Pahkla Camphilli Küla kogukonnas elamise teenus intellektipuudega inimestele | |
| 3 | Sotsiaaleluruumid | Rapla hooldekeskuses 16 | Munitsipaalelamis-pinnad | Sotsiaalmaja (20 korterit) | 20 sotsiaalkorterit |

| | | | | | |
|------------|---|---|--|-----------------------------|--------------------------------|
| | | sotsiaalkorterit ja kogu vallas 26 sotsiaalkorterit | Kehtnas, Lokutal, Järvakandis | | 21 munitsipaalkorterit |
| | | Alu Sotsiaalmajas 20 eluruumi | | 6 sotsiaal-eluruumi | |
| 4 | Varjupaigad | Alu Sotsiaalmaja vajadusel | | Hageri Hooldekodu vajadusel | |
| 4.1 | ..lapsed ja naised (kriisituba) | Rapla Hooldekeskuses kriisituba | | | Märjamaa Sotsiaal-keskuses |
| | | Naiste varjupaiga teenus | | | Naiste varjupaiga teenus |
| 4.2 | ..kodutud | | | | Sotsiaalhoole Ühingu teenus |
| 4.3 | ..loomad | | | | Ostetud teenus Pesaleidja OÜ |
| | | | | | Loomade Hoiupaik MTÜ |
| 5 | Avalik saun | Juuru hooldekodu saun | Järvakandi saun | Hageri saun | Märjamaa Saun MTÜ |
| | | Kaiu hooldekodu saun | | Kohila saun | Märjamaa ujula saun |
| | | Rapla hooldekeskuse saun | | | Märjamaa Sotsiaal-keskuse saun |
| | | Sadolin Spordihoone saun | | | |
| 6 | Supiköök | Rapla hooldekeskuses | | Kohila Turvakeskuses | |
| 7 | Invabuss | Rapla hooldekeskuses | Teenus MTÜ Elupuult | Tavaauto baasil | Teenuse ostmine |
| 8 | Avahoolekanne (koduhooldusteenus , töötajate arv) | 6 | 6 | 3 | 5 |
| 9 | Päevakeskus | Rapla hooldekeskus | Klubide all vabaaja veetmine ja üritused | Kohila Turvakeskus | Märjamaa Sotsiaalkeskus |
| 10 | Sõltuvuses inimeste rehabilitatsioon | Sõltlaste tugigrupp | MTÜ Tänavamisjon võõrutuskeskus | | |

3.10. Sotsiaaltoetused

Toimetulekutoetus on riigi rahaline abi puuduses inimestele ja seda maksab kohalik omavalitsus riigi poolt eraldatud vahenditest. Toimetulekutoetuse arvestamise aluseks on üksi elava inimese või perekonna kõigi liikmete eelmise kuu netosissetulek, jooksva kuul tasumisele kuuluvad eluasemekulud ning toimetulekupiir. 2018. aastal on toimetulekupiir üksi elavale inimesele või perekonna esimesele liikmele 140 eurot kuus. Iga alaealise liikme toimetulekupiir on 2018. aastal 168 eurot kuus. Perekonna teise ja iga järgmise täisealise liikme toimetulekupiir on 112 eurot kuus. Toimetulekutoetuse saajal, kelle kõik perekonnaliikmed on alaealsed, on õigus saada koos toimetulekutoetusega täiendavat sotsiaaltoetust.

Lisaks eraldab riik läbi tasandusfondi valdadele sotsiaalteenuste- ja toetuste osutamiseks/maksmiseks lisavahendeid, mida osa valdu edukalt kasutada suudab, aga osa kasutab seda võimalust harva või jätab selle hoopis kasutamata. Tasandusfondi toetust saab maksta ka puuetega laste hooldajatele, maksta omaosalust sotsiaalprojektides, tagada raske ja sügava puudega lastele ja nende peredele vajalikke teenuseid või kasutada seda sotsiaaltöötajate koolitusteks.

Omavalitsused on võimaldanud oma inimestele valla eelarvest erinevaid toetuste liike. Üldjuhul jagunevad need sisstulekust sõltuvateks toetusteks (näiteks täiendavad sotsiaaltoetused, toitlustustoetused) ja sisstulekutest mittesõltuvateks toetusteks (näiteks sünnitoetus). Osa toetusi on poliitilised ja kuuluvad pigem PR valdkonda (näiteks juubeli- ja jõulutoetus). Alates 2018. aasta algusest maksavad kohalikud omavalitsused ka matusetootust, mille jaoks eraldatakse vahendid riigi poolt. Toetuse suuruseks on 250 eurot.

Eakatele on toetusi makstud eelkõige ravimite ostmiseks, meditsiiniteenuste tarbimise toetamiseks ja igapäevase toimetuleku soodustamiseks. Kõikides maakonna valdades makstakse lisaks riiklikule sünnitoetusele ka kohalikku sünnitoetust (300–500 €) ja I klassi astujate toetus (70–200 €), mis näitab, et maakonna vallad väärtustavad inimesi ja kindlasti see on üks samm, millega püütakse inimesi ergutada end valla elanikuks registreerima.

Lisaks on mitmesuguseid sotsiaalvaldkonna toetusi lastega peredele – toetatakse psühholoogi teenust, tugiisiku teenust, sotsiaaltransporti, isiklikku abistajat; riigi poolt eraldatud toetusfondist tagatakse raske ja sügava puudega lastele ja nende peredele erinevaid vajalikke teenuseid; abivahendi ostmisel või laenutamisel abistatakse omaosaluse osaliseks hüvitamiseks; toetused on retseptiravimite ostu hüvitamiseks; toimetuleku tagamiseks, puudega isiku eluaseme kohandamiseks (sh puudega lapsed) jpm.

3.11. Kogukonna motivaatorid

Raplamaal märgatakse tublisid tegijaid ning antakse neile mitmesuguseid auhindu. Tunnustamine toimub Raplamaa Omavalitsuste Liidu või erinevate organisatsioonide eestvedamisel.

Raplamaa Omavalitsuste Liit:

- ✓ Rapla maakonna tippauhind Rapla Redel (al 1998) on redelit meenutav skulptuur, millega autasustatakse üldjuhul ühte üksikisikut või kollektiivi, kellel on olnud silmapaistvaid teeneid maakonna arendamisel ja/või esindamisel kultuuri, spordi, hariduse, ettevõtluse või muus valdkonnas
- ✓ Teenetemärgid: Rapla maakonna kuldne ja hõbedane vapimärk (al 2013)

- ✓ Raplamaa rinnamärgid: kuldne ja hõbedane (al 2013)
- ✓ Õpetajate tunnustamine (Aasta lasteaiaõpetaja, Aasta klassiõpetaja, Aasta klassijuhataja, Aasta põhikooli aineõpetaja, Aasta gümnaasiumiõpetaja, Aasta kutseõppeasutuse õpetaja, Aasta tugispetsialist, Haridusasutuse aasta tegu, Aasta hariduse sõber)
- ✓ Parimad koolisportlased ja nende treenerid
- ✓ Raplamaa tervise ja turvalisuse edendaja (al 2011)
- ✓ Raplamaa teise tegu (al 2018)
- ✓ Raplamaa tervisesõbralik ja turvaline töökoht (al 2018)
- ✓ Raplamaa Omavalitsustöötaja (al 2018)

Lisaks veel:

- ✓ Kaunis Kodu
- ✓ Parimate ainetundjate vastuvõtt
- ✓ Põhikoolide, gümnaasiumide ja kutsekoolide parimate lõpetajate pidulik vastuvõtt
- ✓ Täiskasvanud õppija tunnustamine (Aasta Õppija, Aasta Koolitaja, Aasta Koolitussõbralikum Organisatsioon, Aasta Koolitussõbralikum Omavalitsus (Täiskasvanud Õppija Nädal – TÖN raames)
- ✓ Kultuurkapitali valitud silmapaistvad kultuuriinimesed

Raplamaa Külade Liit

- ✓ Aasta Küla
- ✓ Aasta Sädeinimene
- ✓ Küla Sõber

Rapla Maakonna Spordiliit

- ✓ Maakonna parim sportlane
- ✓ Maakonna parim veteransportlane
- ✓ Maakonna parim treener ja võistkond
- ✓ Maakonna aasta sportlikum pere

Rapla maakonna Arendus- ja Ettevõtluskeskus

- ✓ Aasta Tegu
- ✓ Raplamaa parimad ettevõtjad

Ettevõtlikud Naised Raplamaal

- ✓ Aasta Ema

Rapla Ettevõtlike Naiste Assotsiatsioon (RENA)

- ✓ Aasta Naine

3.12. Elanike kaasamine, kodanikuühendused

Omaavalitsused

Omaavalitsustele on seadustega pandud kohustus kaasata elanikke omaavalitsuse otsustusprotsessidesse. Selleks on erinevad võimalused: osalemine avalikel aruteludel, volikogu avalikel istungitel, arvamuste avaldamine küsitlustel või veebifoorumites jne.

Maakondlik omaavalitsusliit

Maakondlik omaavalitsusliit on algatanud omaavalitsuste ühisprojekte, tõhustamaks nii omavahelist koostööd kui erinevate sektorite koostööd. Ühiselt on juurutatud omaavalitsuste digitaalse asjaajamise ja dokumentide avalikustamise programme.

Inimeste kaasamine

Inimeste kaasamine otsustusprotsessidesse on viimastel aastatel suurenenud seoses omaavalitsuste planeerimisprotsessidega – erinevate arendusprojektide puhul on elanike huvi keskkonnamõju hindamise ja planeeringute avalikustamise osas tuntav. Positiivne on, et elanike seisukohti on ka arvestatud – näiteks elamupiirkondade või karjääriride kavandamisel ning teetrassivalikute puhul.

Koostöö erinevate sektorite vahel

Tulemuslik on partnerluspõhimõtete järgimine LEADER programmi raames, kus koostööd teevad kolm sektorit – kaasatud on avalik, era- ja mittetulundussektor.

Ettevõtjate vaheline koostöö

Raplamaal toimib hea koostöö ettevõtjate vahel – aktiivselt tegutsevad piirkondlikud ettevõtjate ühendused, naisettevõtjad, turismiettevõtjad.

Kodanikeühendused

Kodanikeühendused on aktiivsed ka tänu Euroopa Liidu struktuurifondide võimalustele – koos tehakse arengukavasid, seminare, ühisüritusi, talguid, arendusprojekte jms.

Mittetulundusühingud (MTÜ)

Raplamaal on 2019. a alguse seisuga 12 sihtasutust (SA) ja 590 MTÜd:

- ✓ 15 kogudust + 4 usuühingut
- ✓ Tervisevaldkonna, sh puuetega inimeste ühinguid 15
- ✓ Eakate hoolekanne 6
- ✓ Tuletõrjeselts 10
- ✓ Ametiühinguid 2
- ✓ Spordiklubisid on 77 + 7 spordiga seotud ühingut
- ✓ Külaelu arendavaid ühinguid on 77
- ✓ Noortega tegelevaid ühinguid 10
- ✓ Jahi- ja kalandusega on seotud 22

- ✓ Vabaaja tegevuste pakkujad on 118
- ✓ Lisaks maaparandus-, aiandus- jm ühingud. Kuna paljud ühingud ei vali registreerides täpset tegevusvaldkonda, vaid laiemat määratlust, siis on kõiki ühinguid valdkondlikult raske välja tuua.
- ✓ Kehtna valda on registreeritud 90, Kohila vallas 116, Märjamaa vallas 110 ja Rapla vallas 274 ühingut. Kui nt 2013. aastal oli Raplemaal koos korteriühistutega ligi 800 SA ja MTÜ, siis aastal 2019 on neid üle 900, mis tähendab, et kodanikuühiskond on aktiveerunud. (Allikas: RAEK)

Jõustruktuuride vabatahtlikud ühendused

Väga olulised ja rohkearvulised on jõustruktuuride vabatahtlikud ühendused.

Kaitseliitu kuulub 2,8% maakonna elanikkonnast (2018. aastal 1089 liiget: Rapla Maleva kaitseliitlased moodustavad 1,9% maakonna elanikest, koos Naiskodukaitse, Noorkotkaste ja Kodutütardega 2,8% maakonna elanikest). Rahuaegsed administreerivad allüksused saavad tagada ja toetada turvalisust väiksemate ja igapäevaste rahuaegsete ürituste ja sündmuste raames. Kriisides ja sõjaolukorras asuvad sõjaaja allüksustesse kuuluvad kaitseliitlased täitma aga neile määratud sõjaaja ülesandeid. Kõigil Kaitseliidu tegevliikmetel on seaduse alusel õigus kasutada tulirelva hädakaitseks (rahuolukorras). Abipolitseinike on Raplemaal 26 sh iseseisva pädevusega 11, tulirelva kandmise õigusega 6, nuiat kasutamise õigusega 18, alarmsõiduõigusega 9. Abipolitseinikud käivad patrullis, osalevad piirkondlikus politseitöös, politseireididel, koolitustel ja organisatsiooni kultuuri- ja spordiüritustel. Raplemaal on 10 vabatahtlikku päästekomandot, 2018. aastal oli vabatahtlikke päästjaid 110. Koos kutseliste päästjate, politseinike ja kaitseliidu töötajatega loob see kõik kogukondliku turvalisuse fooni.

Tabel 14. Vabatahtlike päästjate, abipolitseinike ja kaitseliitlaste arvud piirkondades. Allikas: organisatsioonid

| KOV | Vabatahtlikud komandod | Vabatahtlikud päästjad | Abipolitseinikud | Kaitseliidu kompaniid | Naiskodukaitse | |
|-----------------|------------------------|------------------------|------------------|-----------------------|--------------------|----|
| Kehtna | Kehtna | 12 | 3 | Hiie kompanii | Kaarepere jaoskond | 34 |
| | Lokuta | 19 | | | Hiie jaoskond | 19 |
| Märjamaa | Laukna | 22 | 11 | Märjamaa kompanii | Märjamaa jaoskond | 33 |
| | Valgu | 8 | | | | |
| | Vana-Vigala . | 9 | | | | |
| | Varbola | 3 | | | | |
| Rapla | Kaiu | 10 | 12 | Kaiu üksikrühm | Rapla jaoskond | 24 |
| | Kuimetsa | 4 | | | | |
| | Lipa | 8 | | Loone malevkond | Kaiu jaoskond | 14 |
| | Vahastu | 15 | | | | |
| Kohila | | | | | Kohila jaoskond | 11 |
| Kokku: | 110 | | 26 | 632 | 135 | |

Kaasav eelarvemenetlus

Kaasav eelarvemenetlus ehk kaasava eelarve koostamine on kodanikuvoimu arutus- ja otsustusprotsess, üks osalusdemokraatia avaldumisvorme. Kaasavas eelarvemenetluses otsustavad kindla piirkonna elanikud,

kuidas kasutada (kulutada) osa omavalitsuse eelarvest. Eelarve kulude poole arutelul osalemine võimaldab kodanikel avalikke kulusi leida, arutada ja tähtsuse järjekorda seada ning annab neile võimu teha rahakulutuse kohta otsustusi. Kui eelarvekulude arutellu kaasamist võetakse tõsiselt ja see toetub vastastikusele usaldusele, võivad sellest nii kohalik omavalitsus kui ka kodanikud.

Kaasava eelarve metoodikat kasutavad Raplamaal Rapla (60 000 €), Märjamaa (20 000 €) ja Kohila (10 000 €). Kõige rohkem projekte on tavapäraselt esitatud erinevate spordiobjektide loomiseks (väljõusaalid, puhkealad, supluskohad jne).

3.13. Naabrivalve piirkonnad

Naabrivalve liikumine sai alguse Ameerikas ja seda juba aastakümneid tagasi. Täna Eestis on naabrivalve eelkõige elanikke ühendav tegevus, et vähendada piirkonnas anonüümsust ja olla abiks oma naabritele. Kuigi naabrivalve liikumine seondub eelkõige kuritegevuse ennetusega, siis tegelikult on naabrivalve tegevuse eesmärgiks tegeleda turvalisuse, heakorra ja ühiskondliku sidususe suurendamisega ka laiemas mõistes. Raplamaal oli naabrivalve sektoreid 2018. aasta lõpuks 38, kuhu on kaasatud 1345 kodu.

Kohila vald

1. Angerja-Pahkla naabrivalve sektor loodi 2003. aastal. Sektori moodustavad Angerja ja Pahkla elamud ning talud. Naabrivalvesse kaasati 40 kodu.
2. Aespa Puraviku sektor loodi 2004. aastal. Aespa Puraviku sektori moodustab Aespa Puraviku ühistu. Naabrivalvesse kaasati 96 liiget.
3. Mälivere I sektor loodi 2010. aastal. Sektori moodustab Mälivere küla elamu. Naabrivalvesse kaasati 16 kodu.
4. Aespasse Nõela-Niidi-Nööbi naabrivalvesektor loodi 2015. aastal. Naabrivalvesse kaasati 8 kodu.
5. Aasumäe sektor loodi 2016 aastal. Sektori moodustavad Vilivere küla Aasu, Aasumäe, Köpre, Pipra, Sinepi, Soola ja Suhkru tanava majad. Naabrivalvesse kaasati 38 kodu.

Märjamaa vald

1. Põlli sektor loodi 2003. aastal. Põlli sektori moodustab Märjamaa valla Põlli mõis ja Põlli küla talud. Naabrivalvesse on kaasatud 22 kodu.
2. Teenuse sektor loodi 2004. aastal. Teenuse sektori moodustavad Märjamaa valla Teenuse ja Luiste küla majapidamised. Naabrivalvesse on kaasatud 24 kodu.
3. Ohukotsu sektor loodi 2005. aastal. Naabrivalvesse kaasati 24 kodu.
4. Mini-Priit sektor loodi 2009. aastal. Sektori moodustavad Laukna küla Mini-Priit tänava majad ja Paemurru talu. Naabrivalvesse kaasati 9 kodu.
5. Soosalu sektor loodi 2010. aastal. Sektori moodustavad Soosalu küla talud. Naabrivalvesse kaasati 12 kodu.
6. Naistevalla/Sõmeru/Aruküla sektor loodi 2010. aastal. Sektori moodustavad Naistevalla, Sõmeru ja Aruküla elamud. Naabrivalvesse kaasati 29 kodu.
7. Varbola sektor loodi 2014. aastal. Sektori moodustavad Varbola küla talud. Naabrivalvesse kaasati 5 kodu.

8. Mõisamaa sektor loodi 2014. aastal. Sektori moodustavad Kortsuotsa, Rassiotsa, Paaduotsa ja Suurküla küla talud. Naabrivalvesse kaasati 22 kodu

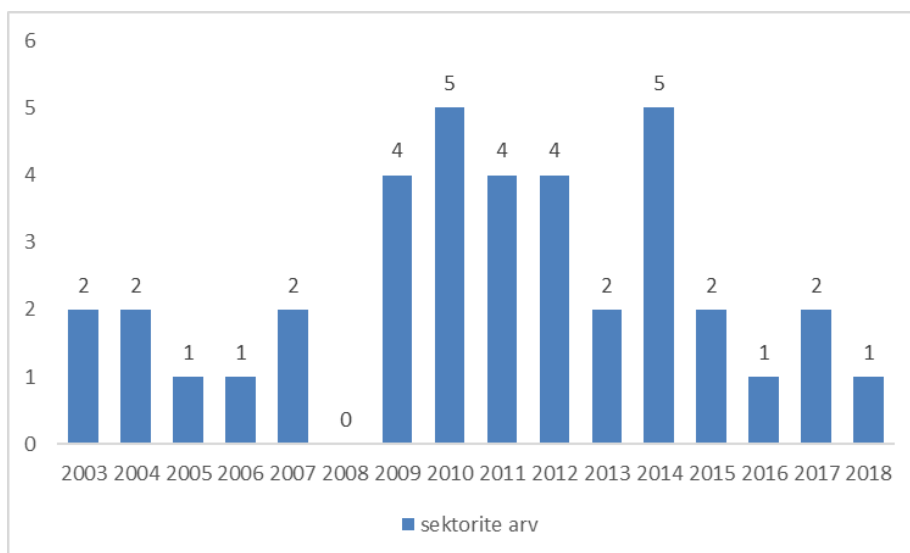
Rapla vald

1. Tallinna mnt. 43 sektor loodi 2006. aastal. Tallinna mnt. 43 sektori moodustab Tallinna mnt. 43 tänava kortermaja. Naabrivalvesse kaasati 30 kodu.
2. Palamulla sektor loodi 2007. aastal. Palamulla sektori moodustavad Rapla valla Palamulla küla talud. Naabrivalvesse kaasati 8 kodu.
3. Valtu sektor loodi 2007. aastal. Valtu sektori moodustavad Rapla valla Valtu küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 61 kodu.
4. Uusküla-Kullerkupu sektor loodi 2009. aastal. Uusküla-Kullerkupu sektori moodustavad Uusküla ja Kullerkupu tänava elamud. Naabrivalvesse kaasati 10 kodu.
5. Rõa sektor loodi 2009. aastal. Rõa sektori moodustavad Rõa küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 17 kodu.
6. Uusküla sektor loodi 2009. aastal. Sektori moodustavad Uusküla Kallaku ja Tamme tn. elamud. Naabrivalvesse kaasati 11 kodu.
7. Sulupere sektor loodi 2010. aastal. Sektor koosneb Kopramäe ja Rebase tn majadest. Naabrivalvesse kaasati 12 kodu.
8. Mõisaaseme sektor loodi 2011. aastal. Sektori moodustavad Mõisaaseme ja Koigi küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 12 kodu.
9. Kõrvetaguse sektor loodi 2011. aastal. Naabrivalvesse kaasati 15 kodu.
10. Kelba sektor loodi 2011. aastal. Sektori moodustavad Kelba küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 5 kodu.
11. Sikeldi sektor loodi 2012. aastal. Sektori moodustavad Sikeldi küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 26 kodu.
12. Hagudi sektor loodi 2012. aastal. Sektori moodustavad Hagudi küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 12 kodu.
13. Nõmme sektor loodi 2012. aastal. Sektori moodustavad Nõmme küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 10 kodu.
14. Kuusiku sektor loodi 2012. aastal. Sektori moodustavad Kuusiku küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 18 kodu.
15. Purila I sektor loodi 2013. aastal. Sektori moodustavad Purila küla Aia ja Tamme tee tänava elamud. Naabrivalvesse kaasati 11 kodu.
16. Põlma sektor loodi 2014 aastal. Naabrivalvesse kaasati 6 kodu.
17. Kuusiku-Nõmme sektor loodi 2014. aastal. Sektori moodustavad Kuusiku-Nõmme küla 11 kodu.
18. Oela sektor loodi 2017. aastal. Sektori moodustavad oela küla 12 kodu.
19. Kodila sektor loodi 2017 aastal. Sektori moodustavad Kodila küla elamud. Naabrivalvesse kaasati 53 kodu

Kehtna vald

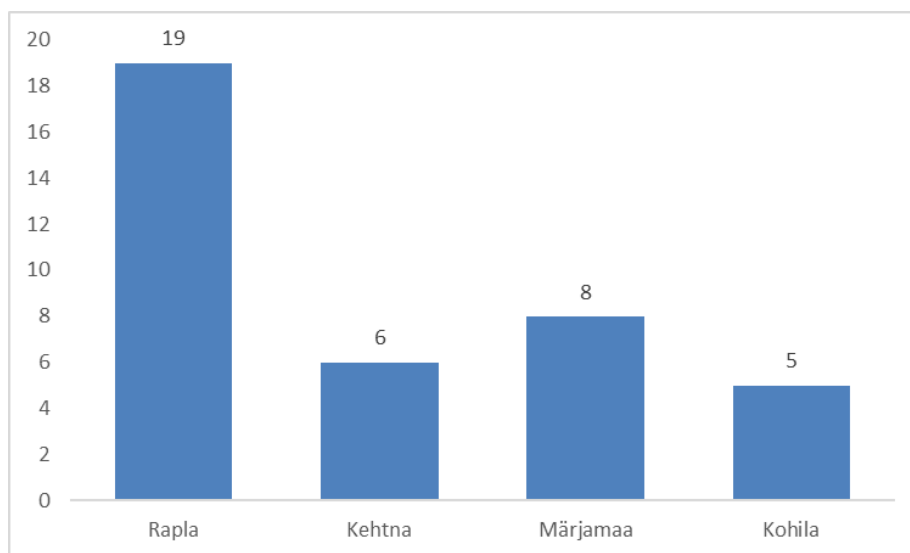
1. Saunaküla sektor loodi 2010. aastal. Sektor koosneb Saunaküla küla taludest. Naabrivalvesse kaasati 13 kodu.
2. Valtu-Nurme sektor loodi 2011. aastal. Sektor koosneb Valtu-Nurme küla taludest. Naabrivalvesse kaasati 17 kodu.

3. Lokuta sektor loodi 2013. aastal. Sektor koosneb Lokuta, Haakla ja Kaakla külade elamutest. Naabrivalvesse kaasati 17 kodu.
4. Kärpla sektor loodi 2014. aastal. Sektor koosneb Kärpla küla elamutest. Naabrivalvesse kaasati 9 kodu.
5. Nõlva sektor loodi 2015. aastal. Sektor koosneb Nõlva küla elamutest, kaasati 6 kodu.
6. Ohekatku sektor loodi 2018 aastal. Sektor koosneb Ohekatku küla elamutest. Naabrivalvesse kaasati 4 kodu.



Joonis 51. Naabrivalve sketorite liitumine aastate lõikes 2003-2018. Allikas: Eesti Naabrivalve

7.



Joonis 52. Naabrivalvesektorid Raplemaal omavalitsuste lõikes 2018. Allikas: Eesti Naabrivalve

IV LASTE JA NOORTE TERVIS

4.1. Laste arv maakonnas vanuserühmade lõikes

Laste ja noorte arv maakonnas on viimase 10 aasta jooksul vähenenud ca 1500 lapse võrra. 2018. aasta muutust mõjutab haldusreform, mille käigus läks Käru vald Järvamaa koosseisu.

Tabel 15. Laste arv maakonnas. Allikas: Statistikaamet (RV02)

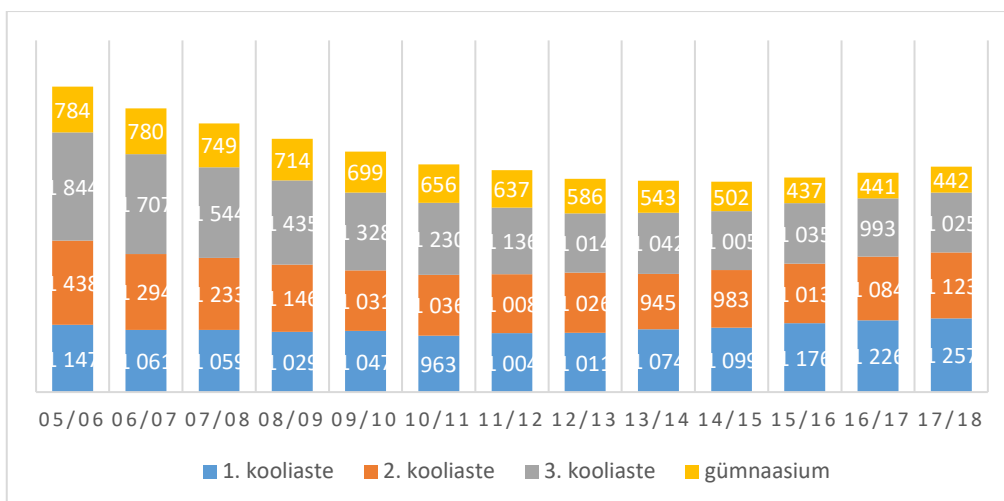
| | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 |
|--------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 0-4 | 1960 | 2130 | 2090 | 2170 | 2144 | 2008 | 1935 | 1854 | 1694 | 1680 | 1598 |
| 5-9 | 1850 | 1810 | 1850 | 1820 | 1873 | 1924 | 2039 | 2049 | 2072 | 2085 | 1948 |
| 10-14 | 2210 | 2040 | 1950 | 1890 | 1795 | 1737 | 1715 | 1774 | 1707 | 1798 | 1811 |
| 15-19 | 2470 | 2470 | 2400 | 2330 | 2269 | 2139 | 1954 | 1843 | 1748 | 1694 | 1585 |
| Kokku | 8490 | 8450 | 8290 | 8210 | 8081 | 7808 | 7643 | 7520 | 7221 | 7257 | 6942 |

4.2. Õpilaste arv haridusasutustes

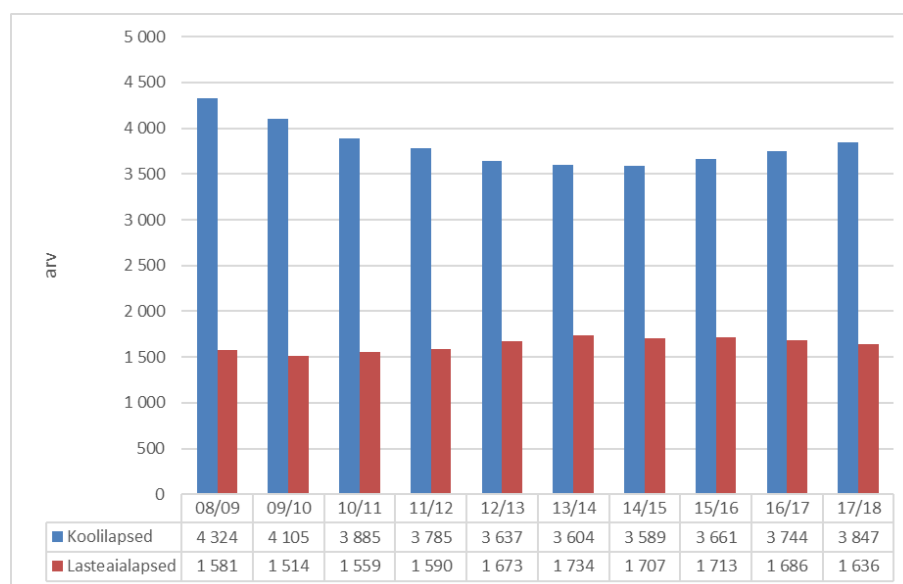
Raplamaal on järgmised haridusasutused:

- ✓ 4 gümnaasiumi + 1 täiskasvanute gümnaasium
- ✓ 13 põhikooli
- ✓ 2 algkooli
- ✓ 2 erakooli
- ✓ 1 erikool
- ✓ 2 kutsehariduskooli
- ✓ 28 lasteaeda. Osa lasteaedu on algkoolide või põhikool-lasteaedade koosseisus (Alu, Hagudi, Kabala, Kodila, Valgu, Varbola). Kõige suurem, 9rühmaline lasteaed on Kehtna Siller, mille rühmad asuvad ka Inglise ja Lelles.

Õpilaste arv üldhariduskoolis on viimasel kümnendil vähenenud ca 1900 võrra. Lasteaialaste hulk on sama aja jooksul mõnevõrra suurenenud ca 200 lapse võrra. Mujalt tulnud laste osakaal on väga väike (1,5–3 %).



Joonis 53. Raplamaa üldhariduskoolides statsionaarses õppes õppivate õpilaste arvu muutus kooliastmete kaupa. Allikas: Haridussilm



Joonis 54. Õpilaste arv lasteaedades ja üldhariduskoolides. Allikas: Haridussilm

4.3. Tervist edendavad haridusasutused

4.3.1. Tervist edendavad lasteaiaid

Rapla maakonnas on 9 tervist edendavat lasteaeda (TEL). Kõigil neil lasteaedadel on tervist edendavad tegevused integreeritud igapäevaelu, korraldatakse erinevaid üritusi nii asutuste sees kui kõigile valla lasteaedadele ühiselt. Koolitatakse lapsevanemaid ja töötajaid, kirjutatakse ja viiakse ellu vastavaid projekte. Traditsiooniks on saanud Raplamaa Terviserongkäik, milles osaleb kuni paarsada last ja kus pööratakse tähelepanu erinevatele lastega seotud teemadele (ohutus, täisväärtuslik toit, tervis, ühine meelerahu hetk,

kus ühel kindlal ajal võtab kogu lasteaiapere aja maha ja teeb läbi vaikuseminutite harjutused, võrgustiku suvekool jms).

Tervist edendavad lasteaiad (koos võrgustikuga liitumise aastaga) on:

| | |
|-------------------------------|------|
| ✓ Rapla lasteaed Päkapiikk | 2003 |
| ✓ Rapla lasteaed Naksitrallid | 2003 |
| ✓ Rapla lasteaed Kelluke | 2003 |
| ✓ Rapla lasteaed Pääsupesa | 2003 |
| ✓ Kehtna lasteaed Siller | 2003 |
| ✓ Järvakandi Pesamuna | 2011 |
| ✓ Kohila Sipsik | 2011 |
| ✓ Märjamaa Pillerpall | 2015 |
| ✓ Sutlema lasteaed Linnupesa | 2016 |

TEL-võrgustiku tööd maakonna lasteaedades juhib 2018. aastast Kohila lasteaia Sipsik tervisenõukogu esimees ja lasteaia kokk Mari Laas.

4.3.2. Tervist edendavad koolid

Tervist edendavate koolide (TEK) tegevusesse on kaasatud õpilased, õpetajad, lapsevanemad ja kooli personal, kes kõik teevad koostööd füüsilise, sotsiaalse ja vaimse tervise tugevdamise eesmärgil.

Tervist edendavate koolide ülesanne on rajada selline elu- ja töökeskkond, mis arendab ja tugevdab tervist.

Tegevuste põhisuunad on:

- ✓ tervist soodustava koolikeskkonna (füüsiline, psühhosotsiaalne) loomine,
- ✓ isiklike oskuste kujundamine, terviseteadlikkuse loomine,
- ✓ koostöö arendamine, õpilaste, õpetajate jt. paikkonna liikmete aktiveerimine.

Raplamaal liitus võrgustikuga 1998. aastal esimesena Rapla Vesiroosi Gümnaasium. Hetkel on võrgustikus maakonna 22 koolist 15 kooli (68%), viimane liituja on aastast 2014.

Koolid on aktiivsed koolisisesed tegevusi tehes, kuid tunnistavad, et süsteemsem analüüsimine käib läbi üldise sisehindamisdokumendi, eraldi tervisenõukogu (TN) töö analüüsi väga tihti ei tehta. Vabatahtlik TN töö ei ole väga kerge ja seetõttu on palju kooli, kus tegevust vedanud inimese lahkumisel töö seiskub.

Maakonna tervist edendavad (TE) koolid saavad traditsiooniliselt kokku suvekoolis, kus toimub alati mõnel aktuaalsel teemal koolitus, tegutsetakse koos meeskonnatöös ja tihti tehakse ka aktiivset liikumist (nt sulgpalli mängimine, matk vms) ning alati on võimalus kogemuste jagamiseks läbi erinevate meetodikate. Samuti saadakse ülevaade eelmise aasta õnnestumistest ja vaadatakse üle järgmise aasta plaanid tervisetevõttes.

Igal suvel esindab maakonda paar kooli ka vabariiklikus TEK suvekoolis.

Õppeaasta jooksul püütakse maakonda tuua ka vähemalt üks Tervise Arengu Instituudi pakutud koolitus.

Tervist edendavad koolid on maakonna kõige aktiivsemad ja tulemuslikumad, osaledes inimeseõpetuse olümpiaadil, tervisedenduslikel konkurssidel, kampaaniates (nt „Suitsuprii klass“), maakondlikes ja koolisestes TE tegevustes (KEAT ohutuslaagris jms).

Tervist edendavad koolid (koos võrgustikuga liitumise aastaga) on:

| | |
|----------------------------------|------|
| ✓ Rapla Vesiroosi Kool | 1998 |
| ✓ Kohila Gümnaasium | 2001 |
| ✓ Kaiu Põhikool | 2004 |
| ✓ Märjamaa Gümnaasium | 2004 |
| ✓ Kabala Lasteaed-Põhikool | 2005 |
| ✓ Järvakandi Kool | 2005 |
| ✓ Varbola Kool | 2006 |
| ✓ Eidapere Kool | 2006 |
| ✓ Rapla Kesklinna Kool | 2007 |
| ✓ Raikküla Kool | 2007 |
| ✓ Alu Lasteaed-Algkool | 2010 |
| ✓ Kehtna Põhikool | 2010 |
| ✓ Rapla Täiskasvanute Gümnaasium | 2010 |
| ✓ Valtu Põhikool | 2012 |
| ✓ Valgu Lasteaed-Põhikool | 2014 |

Tervist edendavate koolide koordinaator ja mentor on olnud aastaid Pilvi Pregel, Rapla Vesiroosi Kooli klassi- ja inimeseõpetuse õpetaja.

4.4. Lastele ja noortele suunatud ennetustegevused maakonnas

4.4.1. Tõenduspõhistes programmides osalemine

Eestis on mitmesuguseid tõenduspõhiseid programme, kus Raplamaa koolid ja lasteaiad hoogsalt kaasa löövad:

✓ VEPA metoodika – VEPA Käitumisoskuste Mäng (*Good Behaviour Game*) ehk VEPA on koolikeskkonnas rakendatav tõenduspõhine programm, mis ennetab õpilaste käitumisprobleemide teket või süvenemist.

VEPA metoodika koosneb erinevatest tehnikatest, mis arendavad õpilaste enesejuhtimise ja sotsiaalseid oskuseid. Kui õpetaja kasutab igapäevaselt oma töös VEPA võtteid, loob ta klassis positiivset ja õppimisele suunatud keskkonda ning toetab sõbralikke ja koostööalteid suhteid õpilaste vahel.

Eriti häid tulemusi saavutatakse esimeste klasside õpilaste seas, sest ühtlustub koolivalmiduse tase, õpilased kohanevad kooliga paremini ja õpivad kokkulepetest kinni pidama. Teatud kohandamisega sobib VEPA kasutamiseks erinevates vanustes laste ja noortega. VEPA-t saab Eestis rakendada nii eesti kui ka vene keeles. Programmi rakendavad Hagudi PK, Kehtna PK, Kivi-Vigala PK, Rapla Vesiroosi Kool.

- ✓ Liikuma kutsuv kool – Rapla Vesiroosi Kool (pilotkool), Valtu Põhikool ja Kabala Lasteaed-Põhikool (iseseisvalt)
- ✓ Hea algus – Vana-Vigala lasteaed
- ✓ Tugiõpilaste Oma Ring Eestis (T.O.R.E) – Rapla Vesiroosi Kool, Märjamaa G
- ✓ Vaikuseminutid metoodika – Vana-Vigala lasteaed, Kohila lasteaed Sipsik jt

- ✓ 4H kool – Eidapere Kool
- ✓ Reipalt koolipinki – Valtu Põhikool
- ✓ Üle-eestiline lasteaialaste spordipäev Audentese Spordiklubis – Märjamaa Pillerpall
- ✓ Avastusõppe metoodika – Märjamaa Pillerpall
- ✓ Eriolümpia Eesti Ühingu töös osalemine – Valgu Lasteaed-Põhikool
- ✓ Imelised aastad – Kohila lasteaed Sipsik ja Männi (2016-2018), Sipa-Laukna lasteaed (2018), Hagudi Põhikool, Rapla lasteaed Naksitralli, Rapla lasteaed Kelluke, Alu Lasteaed-Algkool (1 - 2 pere)
- ✓ Otsi Otti – Rapla lasteaed Naksitrallid
- ✓ Roheline Kool – Kohila Gümnaasium
- ✓ EV100 „Lapsed koolihoovi liikuma ja õppima“ – Kohila Gümnaasium
- ✓ Kiusamisvaba Kool (KiVa) – Rapla Kesklinna Kool (2013-2017), Raikküla Kool (al 2018)
- ✓ Kiusamisest vabaks programm (Eesti Lastekaitse Liit):

Lasteaiad:

| | |
|------|---|
| 2012 | Rapla lasteaed Päkapikk |
| 2013 | Kohila Lasteaed Sipsik, Rapla Lasteaed Naksitrallid, Prillimäe Lasteaed Põnnipere, Kaiu Lasteaed Triinutare, Kohila Lasteaed Männi, Märjamaa Lasteaed Pillerpall, Alu Lasteaed-Algkool, Juuru Lasteaed Sinilill, Rapla Lasteaed Kelluke |
| 2014 | Sutlema Lasteaed Linnupesa, Kehtna Lasteaed Siller |
| 2015 | Orgita Lasteaed Midrimaa, Järvakandi lasteaed Pesamuna, Kabala Lasteaed-Põhikool, Järlepa Lasteaed, Sipa-Laukna Lasteaed, Kasti Lasteaed Karikakar |
| 2016 | Varbola Lasteaed – Algkool, Vana – Vigala Lasteaed |

Koolid:

| | |
|-------------|--|
| Pilootkool: | Rapla Vesiroosi Kool |
| 2015 | Alu Lasteaed-Algkool, Kabala Lasteaed-Põhikool |
| 2016 | Järvakandi Kool, Valtu Põhikool |
| 2018 | Varbola Lasteaed-Algkool |

4.4.2. Kaitse end ja aita teist (KEAT) programm

KEAT on erinevate struktuuride koostööprojekt, kus esmalt koolitatakse välja turvalisuse valdkonnas kõik 6. klasside õpilased ja seejärel toimub ohutuslaager iga kooli esindusvõistkonnale. Programm sai alguse Jõgevamaalt peale Estonia praamlaeva katastroofi (1994). Esimesed koolitused ja laager toimusid Raplamaal 2008. aastal. Raplamaa ohutuslaagrid toimusid neljal päeval, viimastel aastatel on olnud laager kahepäevane. Projekti toetasid aastaid maakondades Päästeamet, Politsei- ja Piirivalveamet ning Eesti Haigekassa, kaasa aitasid ka Maanteeamet, Kaitseliit, Eesti Punane Rist, Eesti Energia, Häirekeskus jt. Igal aastal osaleb projektis sadu lapsi, tavapäraselt jõuab laagrisse 14–16 võistkonda, igas 8 liiget. Ohutusalast süvakoolitust läbi laagrite on nende aastate jooksul saanud üle 1000 6. klassi õpilase.

4.4.3. Inimeseõpetuse aineseksioon

Inimeseõpetus on õppekavas väga oluline aine. Raplamaa inimeseõpetuse aineühendus on loodud aastal 1999 ja tegutseb Raplamaa Omavalitsuste Liidu toetusel.

Inimeseõpetuse aineseksioon koondab inimeseõpetuse õpetajaid, aitab korraldada koolitusi ning õpetajaid jõustada. Ehk ka tänu sellele on Raplamaa inimeseõpetuse õpetajad püsivamad ning ei vahetu igal aastal.

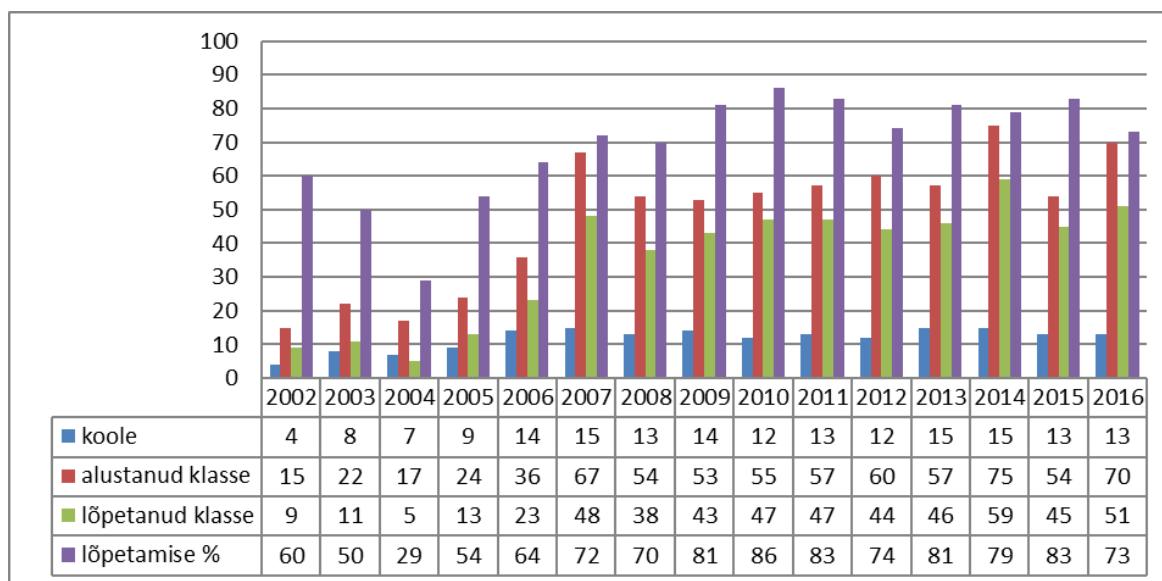
Kümmekond aastat on toimunud tervisepäev viiendatele klassidele, kus koolide õpilased jagatakse võistkondadeks ning lahendatakse tervisealaseid ülesandeid. Tervisevõistluspäeva korraldab igal aastal erinev kool. Maakonna inimeseõpetuse aineolümpiaadi on läbi viidud Raplamaal aastast 1999. Parimaid ainetundjaid tunnustatakse igal aastal preemiareisiga (veekeskusesse, seiklusparki või muusse Raplamaa õpilaste jaoks põnevasse kohta).

Inimeseõpetuse aineseksiooni juhataja on Riina Meidla, Märjamaa Gümnaasiumi inimeseõpetuse õpetaja. Riina Meidla on ka Inimeseõpetuse Ühingu juhatuse liige ning koostanud inimeseõpetuse töövihiku.

4.4.4. Suitsuprii klass

Suitsetamisega on raske võidelda, üheks tõhusaks meetodiks on motivatsiooni meetod – kampaania „Suitsuprii klass“, mida rakendati üle-eestiliselt aastatel 2002–2017. Raplamaal oli kampaania populaarne, võistlusest võtsid viimastel aastatel osa ligi pooled 4.-9. klassi õpilased.

Oli koole ja klasse, kus kampaanias osaleti iga-aastaselt ja kus suitsetamine oligi ebapopulaarne. Peale 15 aastat kestnud tegevust lõpetas Tervise Arengu Instituut üleriigilise kampaania korraldamise, kuid maakondadel on võimalus selle meetodikaga jätkata.



Joonis 55. Suitsuprii klassi kampaanias osalemine Raplamaal. Allikas: Rapla Maavalitsus

4.4.5. Puhas tulevik

Raplamaal käivitus Rapla politseijaoskonna eestvedamisel esimene uimastiteemaline programm „Puhas tulevik“. 15. novembril 2018 allkirjastati koostööleping maakonna nelja valla, prokuratuuri ja politseijaoskonna vahel. Ennetusprogrammi sihtgrupiks on üldjuhul esmakordse narkosüütega politseisse sattunud alaealised ja programmi eesmärk on vähendada narkootikumide tarvitamist ja omamist noorte hulgas, ennetada narkosüütegude toimepanemist, parandada noorte sotsiaalseid oskusi, aidata igakülgelt kaasa alaealiste ja

nende perede edukamale sotsiaalsele ja psühholoogilisele toimetulekule ja õiguskuulekusele. Programm seisneb perega tegelemises ja kuni 6-kuulises järelvalves. Eeskuju on võetud Harjumaalt.

4.4.6. Liikluskasvatustlikud programmid

Väga hea koostöö on olnud Maanteeameti ennetusvaldkonnaga. Mitmed programmid on maakonnas toimunud aastaid.

Koolitus põhikooli lõpetajatele „Georgi ja Kaspari lugu”

Sihtgrupp: 9. klasside õpilased

Käsitletavad teemad: liiklusõnnetused noortega: statistika ja peamised põhjused, seadusandlus, vastutus; seos väärtegu-tagajärg; noorte peamised liiklusriskid: joores juhtimine, oma võimete ülehindamine, vähene sõidukogemus, turvavarustuse puudumine, vajadus teiste ees „silma paista”

Kasutatav metoodika: dokumentaalfilmide esitlemine ja arutelu noortega

Gümnaasiumiastme noorte riskivältimiskoolitus „Selge Pilt ...!?”

Sihtgrupp: gümnaasiumide 11.-12. klasside või kutsekoolide II-III kursuse õpilased vanuses 17+ aastat

Käsitletavad teemad: joores juhtimine; kiiruse ületamine; kaaslaste subjektiivne usaldamine, sh ülerahvastatud sõidukis viibimine jne.

Kasutatav metoodika: noorte ees on kolm erinevat esinejat, kasutatakse dialoogi, ettekandeid, tehakse läbi praktilised harjutused individuaalse tagasiside saamiseks. Tuuakse kogemusele tuginevaid paralleele ja näiteid ning avatakse seoseid, mis osalejate internetis antud vastuste põhjal koguti.

Noorte riskivältimiskoolitus “Viimane piknik”

Koolituse eesmärk on:

- toetada riikliku õppekava läbiva teema „Tervis ja ohutus“ elluviimist neljandas kooliastmes;
- aidata kaasa Eesti liiklusohutuse programmi (LOP) 2016-2025 täitmisele (väheneb noorte teadlikult võetud riskide ja liiklusõnnetustesse sattumiste arv, sh nendes hukkunute ja viga saanute arv). Koolitused viiakse läbi Maanteeameti ning Politsei- ja Piirivalveameti koostöös välja töötatud õppematerjali „Viimane piknik” alusel.

Reguleerija I pädevuse ehk lasterühma saatja koolitus on suunatud haridusasutuste töötajatele, kes tegutsevad lasterühma saatjatena koolides ja lasteaedades. Lasterühma ohutuse tagamiseks on koolituse läbimine kasulik kõikidele lastega õppekäike korraldavatele inimestele (sh bussiekskursioonid).

Haridusasutuste sisekoolitus

Sihtgrupp: ühe asutuse pedagoogid, kindlasti peab koolitusel osalema asutuse direktor ja/või õppealajuhataja.

Käsitletavad teemad: Maanteeameti liiklusohutustegevuste ja projektide lõimimine haridusasutuste tegevustesse.

Metoodika: lisaks loengule on rühmatöid, arutelusid, praktilisi tegevusi (nt mäng) ja õppefilmide vaatamist.

4.5. Alaealiste süüteod

Alaealiste puhul käsitletakse politseis olulise indikaatorina nii nende poolt kui nende vastu toimepandud süütegusid. Alaealiste poolt toime pandud kuritegusid on registreeritud viimase nelja aasta jooksul keskmiselt 40 juhtu aastas. Levinumad alaealiste poolt toime pandud süüteod on vargused (peamiselt poodidest, tuttavatel, kergesti ligipääsetavatest kohtadest) ning erinevad konfliktid, mis lõppevad vägivaldselt. Enamasti on konfliktsituatsioonides kõik osapooled enam-vähem ühevanused. Vägivallakuriteod, milles on kannatanuks alla 14-aastased, on valdavalt toime pandud samas leibkonnas elava isiku poolt. Alaealiste poolt toime pandud väärtegusid on olnud viimase 4 aasta jooksul umbes 300 juhtu aastas, neist valdav enamus on seotud alkoholi- ja tubakatoodete tarbimisega. Alaealisi narkootilise aine tarvitajaid on viimase nelja aasta jooksul tuvastatud keskmiselt 7 juhtu aastas.

Alaealiste vastu toime pandud kuriteod jagunevad kaheks: isikuvastased ehk vägivallakuriteod ning seksuaalkuriteod. Viimaseid on nelja aasta jooksul toime pandud keskmiselt 10 juhtu aastas. See tähendab, et aastas jõuab politseisse Rapla maakonnast umbes 10 alaealist kannatanut, keda on seksuaalselt väärkoheldud.

Kuriteo toimepannud alaealise puhul on peamine eesmärk ennetada uusi õigusrikkumisi. Rakendatavad meetmed peavad vastama eale ja arengutasemele ning toetama rehabilitatsiooni eesmärki. Taastava õiguse raames on võimalik kohaldada alaealisele võimalust kuriteo tagajärgede heastamiseks või hüvitamiseks. Meetme valik peab lähtuma isiku võimest mõjutusvahendit kanda. Varem toimis maakondlik alaealiste komisjon, kus kohaldati alaealistele erinevaid mõjutusvahendeid. Nüüd saab seda teha politsei ise. Alaealise karistamisele tuleb eelistada mõjutusvahendit. Kui see ei aita, saab noor karistada. Kui süüteoga on tekitatud kahju, tuleb alaealisele pakkuda selle heastamise võimalust (taastab endise olukorra või maksab kahju kinni). Noorsoopolitseinikud on leidnud erinevaid mõjutusvahendeid: suuline hoiatus, kirjalik hoiatus (ilma väärteomenetluseta), lisaks teemakohalise raamatu lugemine, referaadi kirjutamine, mingisuguse esitluse esitamine, psühholoogi juurde suunamine, sotsiaalprogrammid (Raplas on „puhas tulevik“, mitmedimensiooniline pereteraapia MDFT), lepitusele suunamine, üldkasulik töö, huviringides osalemine, laagrisse paigutamine, kohtumised noorsoopolitseiga, suitsetamisest loobujate nõustamise kabinetti suunamised jne. Lisaks on üheks mõjutusvahendiks see, et politsei saadab info valda ja KOV tegeleb lapse/perega edasi. Mõjutusvahendeid saab rakendada ka kohus.

Süüvõimelise alaealise poolt toime pandud väärteo korral:

| Kohtu kohaldatavad | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">✓ hoiatus✓ sotsiaalprogramm✓ kahju hüvitamine või heastamine✓ sõltuvus- või muu ravi✓ lepitusteenus | <ul style="list-style-type: none">✓ üldkasulik töö kuni 20 tundi✓ liikumisvabaduse piirang✓ kinnisesse lasteasutusse paigutamine✓ muu kohustus |
| Karistus - arest | |

Süüvõimelise alaealise poolt toime pandud kuriteo korral:

| Prokuratuuri kohaldatavad | Kohtu kohaldatavad |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ✓ Menetluse lõpetamine hoiatusega ning ✓ kahju hüvitamise või heastamisega ✓ ÜKT-ga ✓ sotsiaalprogrammiga ✓ sõltuvus- või muu raviga ✓ lepitusteenusega ✓ muu kohustusega | <ul style="list-style-type: none"> ✓ Hoiatus ✓ Kahju hüvitamine või heastamine ✓ ÜKT ✓ Sotsiaalprogramm ✓ Sõltuvus- või muu ravi ✓ Lepitusteenus ✓ Kinnine lasteasutus ✓ Käitumiskontroll ✓ Liikumispiirang ✓ Muu kohustus |
| | Karistus - rahaline karistus või vangistus |

4.6. Laste ja noortega tegelevad asutused

Tabel 16. Laste ja noortega tegelevate asutuste ülevaade. Allikas: Kohalikud omavalitsused.

| Jrk nr | Asutus/teenus | Rapla | Kehtna | Kohila | Märjamaa |
|--------|---------------|--------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------------------|
| 1 | Koolid | Rapla Kesklinna Kool | Kehtna Põhikool | Kohila Gümnaasium | Märjamaa Gümnaasium |
| | | Rapla Vesiroosi Kool | Valtu Põhikool | Kohila Mõisakool (erakool) | Kivi-Vigala Põhikool |
| | | Alu Kool | Järvakandi Kool | | Vana-Vigala Põhikool |
| | | Hagudi Põhikool | Eidapere Kool | | Varbola Lasteaed Algkool |
| | | Kabala Lasteaed-Põhikool | | | Gaia kooli Mõisamaa klassid |
| | | Juuru Eduard Vilde Kool | | | Valgu Põhikool |
| | | Kaiu Põhikool | | | |
| 2 | Riigikoolid | Rapla Gümnaasium | Kehtna Kutseharidus-keskus | | Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskool |
| | | Raikküla Kool | | | |
| 3 | Lasteaiad | Rapla Lasteaed Kelluke | Kehtna Lasteaed Siller | Kohila Lasteaed Sipsik | Märjamaa Lasteaed Pillerpall |

| | | | | | | |
|----------|----------------------------|---|--------------------------------------|-----------------------------------|----------|---------------------------------|
| | | Rapla Lasteaed Naksitrallid | Silleri Lelle rühm | Kohila Männi | Lasteaed | Kasti-Orgita Lasteaed |
| | | Rapla Lasteaed Päkapiikk | Silleri Inglise rühm | Prillimäe Põnnipere | Lasteaed | Vana-Vigala Lasteaed |
| | | Rapla Lasteaed Pääsupesa | Valtu Lasteaed Pesapuu | Sutlema Linnupesa | Lasteaed | Kivi-Vigala Lasteaed Pääsulind |
| | | Juuru Lasteaed Sinilill (Järlepa rühmaga) | Eidapere kooli lasteaia rühm Kukupai | | | Sipa-Laukna Lasteaed |
| | | Kaiu Lasteaed Triinutare | Järvakandi Lasteaed Pesamuna | | | Varbola lasteaed |
| | | Alu lasteaiarühmad | | | | Valgu põhikooli lasteaed |
| | | Kabala lasteaiarühmad | | | | |
| | | Hagudi lasteaiarühmad | | | | |
| 4 | Noortekeskus | Rapla ANK keskus | Järvakandi ANK | Kohila ANK | | Märjamaa ANK |
| | | Raikküla noortetuba | Kehtna ANK | Hageri ANK | | Vana-Vigala ANK |
| | | Purku noortetuba | Kaerepere noortetuba | Prillimäe noortetuba | | Sipa noortetuba |
| | | Kabala noortetuba | | | | Varbola noortetuba |
| | | Kuusiku noortetuba | | | | |
| | | Alu noortetuba | | | | |
| | | Juuru noortetuba | | | | |
| | | Kaiu noortetuba | | | | |
| 5 | Päeva- ja lastehoid | Ridiradiralla OÜ | | Triinu ja Taavi päevahoid Kohilas | | Lastehoid Mürakarud |
| | | | | Linnupojad päevahoid Sutlemas | | |
| 6 | Muusikakool | Rapla Muusikakool | Kehtna Kunstide Kool | Kohila Koolituskeskus | | Märjamaa Muusika- ja Kunstikool |
| | | Kaiu Muusikakool | | | | |
| | | Juuru Eduard Vilde Kooli Huvikool | | | | |

| | | | | | |
|---|-----------------------|------------------------------------|----------------------|-------------------------------------|--|
| 7 | Kunstikool | | Kehtna Kunstide Kool | Kohila Koolituskeskus | |
| 8 | Spordikool | Rapla Korvpallikool | | Kohila Jalgpallikool | |
| | | Rapla Tantsustuudio | | Kohila Võrkpalliklubi Võrkpallikool | |
| | | Raplamaa Jalgpallikool | | Kohila Spordiklubi Spordikool | |
| | | Rapla treeningstuudio (tantsukool) | | | |
| 9 | Asendus-ja turvakodud | Juuru SOS-Lasteküla | | | |

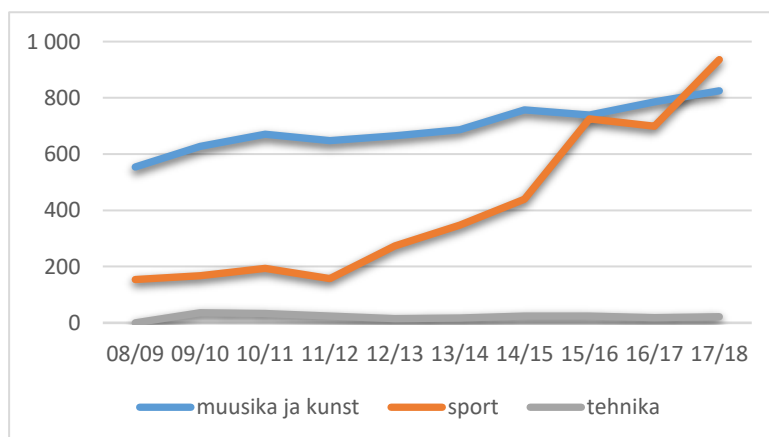
Rapla Korvpalliakadeemia

Raplamaal on arenemas uus ja innovaatiline idee – luua spordiakadeemia, mille eesmärgiks on pakkuda kõrgtasemel ja mitmekesisest spordiharidust maakonnas. Akadeemia ühendaks ühtsesse süsteemi kõik maakonna spordialase kompetentsi keskused (Rapla, Kohila, Järvakandi, Märjamaa, Kehtna jt) ja annaks võimaluse tõsta õpetamise kvaliteeti läbi ühise arengu kavandamise ja rahastamise, tuues maakonda tipptasemel õpetajaid ka väljastpoolt ning hoolitsedes selle eest, et õppijad saaksid õppida just neid huvitaval spordialal.

Rapla Korvpallikool käivitas alates 2018. aasta sügisest koostöös Rapla Gümnaasiumiga **Rapla Korvpalliakadeemia** tegevuse. Akadeemia eesmärgiks on pakkuda gümnaasiumiastmes õppivatele ja Rapla Korvpallikoolis treenivatele noortele võimaluse suuremahuliseks treeninguks, mille eesmärgiks on läbi selle kõrgemate sportlike eesmärkide saavutamine. Eesmärk on suurendada akadeemia läbi ka Rapla Korvpallikooli õpilaste arvu gümnaasiumi tasemel väljastpoolt Raplat tulevate õpilaste arvelt, sest Rapla väiksus raskendab meeskonnaaladel heade tulemuste saavutamist vanemates noorsportlaste vanusegruppides.

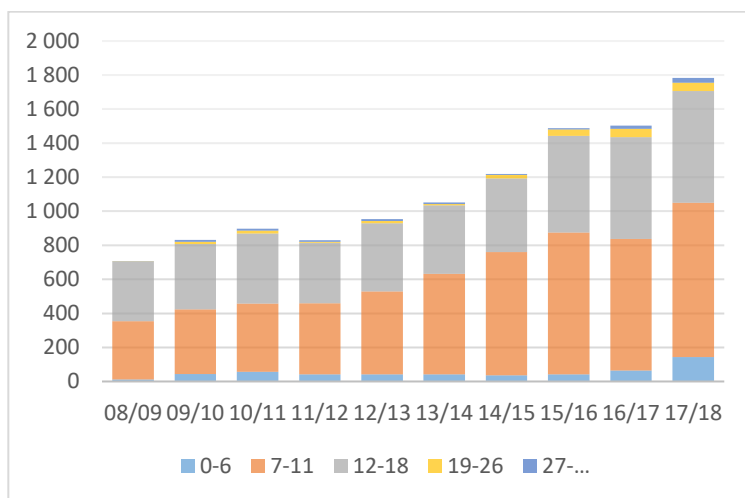
Huvikoolid

Õppurite arv maakonna huvikoolides on kasvanud pidevalt ja jõudsalt. Praegu võtab huvikoolide tööst osa 1783 inimest. Võrdluseks, et 2008/09 õppeaastal oli osalejate arv 708.



Joonis 56. Õppureid Raplamaa huvikoolides valdkonniti. Allikas: Haridussilm

Valdkondadest on kasvanud muusika ja kunstiga tegelejad, aga eriti jõudsalt on kasvanud spordikoolides õppijate arv, mis jõudis 2017/18 õppeaastal 936-ni.



Joonis 57. Õppureid Raplamaa huvikoolides vanuse lõikes. Allikas: Haridussilm

Väga selgeid muutusi võib näha huvikoolide õppurite vanuseskaalas. Varasemalt olid õppurid 7–11 või 12–18 aasta vanused, st kooliealised, siis praeguseks on väga oluliselt kasvanud ka eelkooliealiste ning samuti 19–26-aastaste ja veelgi vanemate osalemine huvikoolide töös.

Huvitegevus

Riik toetab alates 2017. aastast kohalikke omavalitsusi huvitegevuse vahenditega. Rapla maakond on kokku saanud ~ 1 miljon eurot (2017 – 283 390 € ja 2018 – 716 784 €).

| KOV | 2017 | Tegevuste arv | Laste arv | Osakaal kõikidest lastest | 2018 |
|----------------------|---------|---------------|-----------|---------------------------|---------|
| Rapla vald | 108 252 | 43 | 1515 | 80% | 257 704 |
| Märjamaa vald | 65 054 | 13 | 643 | 64% | 161 498 |
| Kohila vald | 37 084 | 22 | 876 | 74% | 93 799 |
| Kehtna vald | 74 000 | 31 | 587 | 78% | 203 783 |
| Kokku: | 284 390 | 113 | 3621 | | 716 784 |

Valdade kitsaskohad huvitegevuse korraldamisel:

- ✓ Õppevahendite puudumine
- ✓ Huvihariduse (HH) ja huvitegevuse (HT) võimaluste vähesus/ühekülgusus piirkonnas
- ✓ Koostöö puudumine HH/HT korraldajate vahel
- ✓ Noorte huvi puudumine
- ✓ Piiratud ligipääs HH/HT-le

Planeeritud lahendused kitsaskohtade vähendamiseks:

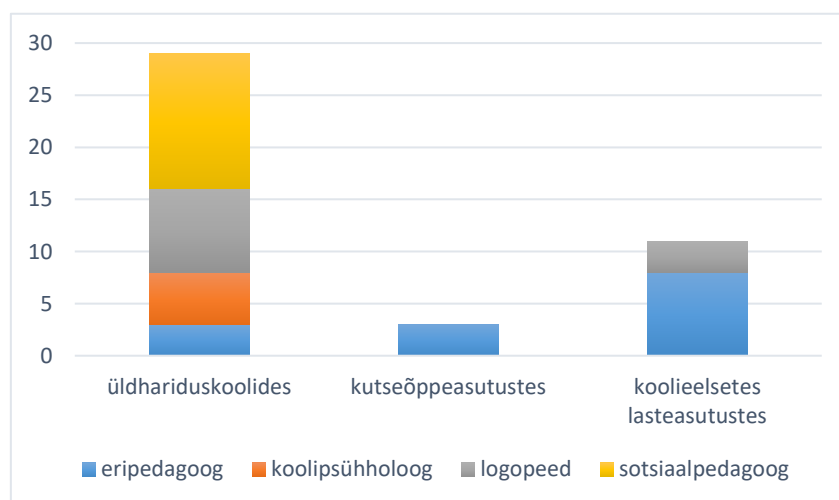
- ✓ Juhendajate töötasu tõstmine
- ✓ Noorte osalemise toetamine (isiklikud vahendid, osalustasud, transport)
- ✓ Olemasolevate huviringide ja -tegevuste kaasajastamine
- ✓ Transpordi korraldamine
- ✓ Uute võimaluste loomine huvihariduses ja huvitegevuses
- ✓ Vahendite soetamine tegevuste läbiviimiseks

Kitsaskohtade lahendamiseks tehtud tegevused maakonnas 2018:

- ✓ Keskenduti uudsetele tegevustele, mida noortele ei olnud seni võimalik pakkuda ning millest noored puudust tundsid – robotika ringid, helitehnikaring, kitarriring, seikluring jpm
- ✓ Tehti koostööd omavalitsuste üleselt, mis võimaldas uusi tegevusi rohkematele lastele.
- ✓ Loodi vajaduspõhine huvitegevuse- ja huvihariduses osalemise toetus, mis eemaldas paljudel noortel rahaga seotud takistusi.
- ✓ Loodi täiendavad transpordivõimalused huvitegevuses osalemiseks.
- ✓ Suurendati ja mitmekesistati võimalusi läbi inventari soetamise.
- ✓ Laiendati olemasolevate ringide tegevust rohkematele noortele.
- ✓ Loodi fond noorte osalemise toetamiseks rahvusvahelistel võistlustel.
- ✓ KOVdes on suurenenud huvihariduses õpilaste vastuvõtt (nt Kohilas 2016 võeti vastu 13 noort, 2018 juba 42 noort).
- ✓ Mitmed huviringid alustasid tegevust maapiirkondades. Lapsevanematele maksti transporditoetust, et noor saaks osaleda huvitegevuses ja käia huvikoolis.
- ✓ Loodi juurde tegevusi, milles osalemine on võimalik ka füüsiliste ja psüühiliste erivajadustega noortele.
- ✓ Mõnel juhul jäid planeeritud tegevused juhendajate mitteleidmise tõttu ära – väiksematesse maakohtadesse oli raske leida juhendajaid.

Allikas: Eesti Noorsootöö Keskus

4.7. KOV-ide initsiatiiv ja toetused tagamaks teenuste kättesaadavust



Joonis 58. Tugispetsialistid Raplamaa koolides 2017/18 õppeaastal. Allikas: Haridussilm.

Arvestades haridusasutuste hulka maakonnas, on tugispetsialistide arv küllalt väike – kutseõppeasutustes oli 2017/2018 õppeaastal kokku 3 eripedagoogi, koolieelsetes lasteasutustes 8 eripedagoogi ja 3 logopeedi ning üldhariduskoolides 3 eripedagoogi, 5 koolipsühholoogi, 8 logopeedi ja 13 sotsiaalpedagoogi.

Tugiteenuste vajadus on suur ja suureneb veelgi. Tugiteenuste olemasolust sõltub paljude laste edasine käekäik. 15% lastest vajab logopeedilist ja eripedagoogilist nõustamist (ühe logopeedi ja eripedagoogi teenindada on minimaalselt 50 last). On sätestatud, et 600 lapse kohta oleks vajalik 1 psühholoogi ametikoht ja 600 lapse kohta 1 sotsiaalpedagoogi ametikoht.

Tugiteenused haridusasutustes on:

- ✓ Logopeed
- ✓ Psühholoog
- ✓ Eripedagoog
- ✓ Sotsiaalpedagoog

Rapla vallas on puudu nii logopeedist, psühholoogist kui eripedagoogidest. Vallal on plaan moodustada valla hallatav asutus, kuhu koondada kõik tugiteenuste töötajad. Siis teevad spetsialistid ainult tugiteenuse tööd ja ei allu koolile. Töötasu tugiteenuse spetsialistidel on õpetajaga võrdne ja nt magistrikraadiga logopeedil oluliselt kõrgem (st rahas ei ole küsimus!).

Märjamaa valla koolides ja lasteaedades on tööl tugispetsialistid kogu valla peale: 2 (2,0 kohta) eripedagoog-logopeedi, 3 (3,0 kohta) sotsiaalpedagoogi lisaks 1 (1,0 kohta) logopeed-eripedagoog.

Kohila vallas on psühholoogi ja logopeedi teenused korraldatud. Kuna vald ei suuda tagada kõigile tuge lasteaias, siis makstakse lapsevanemale väljastpoolt logopeedi teenuse ostmise toetust. Valda on kavas võtta tööle logopeed, kes tagaks toe kõigile logopeedi abi vajavatele eelkooliealistele lastele. Kohila valla lasteaedades on loodud eripedagoogi kohad (mõnel juhul täitmata). Kooli otsitakse täiskohaga eripedagoogi.

Kehtna vald soovib, et eripedagoog oleks lasteaias kohapeal ja logopeedi abi oleks vallas – spetsialist näeb ja tunneb lapsi, saab tagada vajadustele vastava ja sobiva tihedusega toe ning lisaks saab ta olla õpetajatele abiks. Suur puudus on logopeedist.

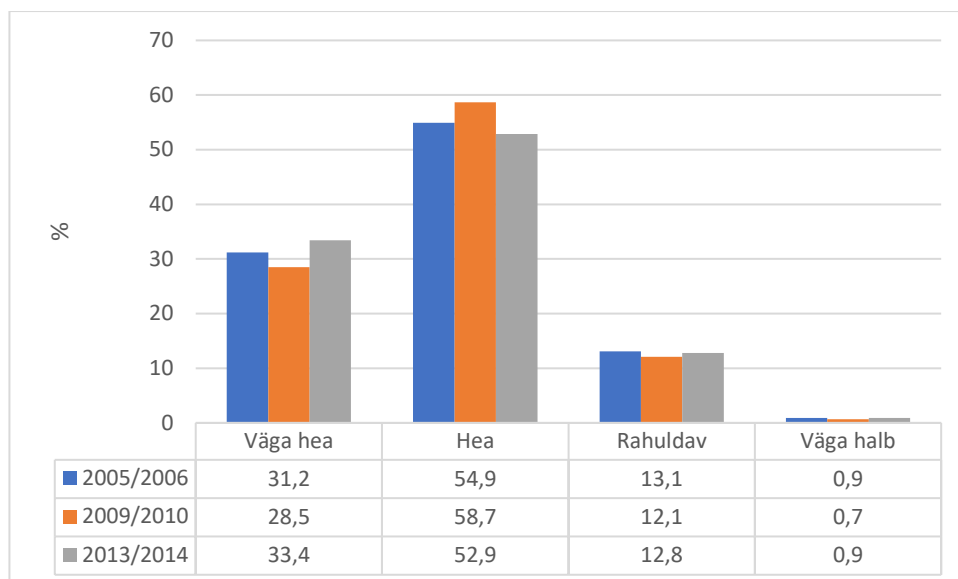
Maakonna kõik vallad vajavad eriaasteaeda, kuhu saaks suunata spetsiifilisema toe vajadusega raske ja sügava puudega koolieelsed lapsed – et neile oleks tagatud meditsiiniline abi, füsioteraapia, logopeed, eripedagoog, tegevusteraapia jms. Praegu püütakse vallas erivajadusega lapsi kaasata tavalasteaedadesse – on sobitusrühmad, tagatakse eripedagoogi abi, tegevusteraapia jms, kuid on lapsi, kes vajaksid oma tervislikust seisundist sõltuvalt suuremat abi ja tähelepanu.

Riigilt oodatakse spetsialistide koolitamist ja ümberõppevõimaluste laiendamist.

Allikas: Raplamaa omavalitsused

4.8. Laste subjektiivne enesehinnang

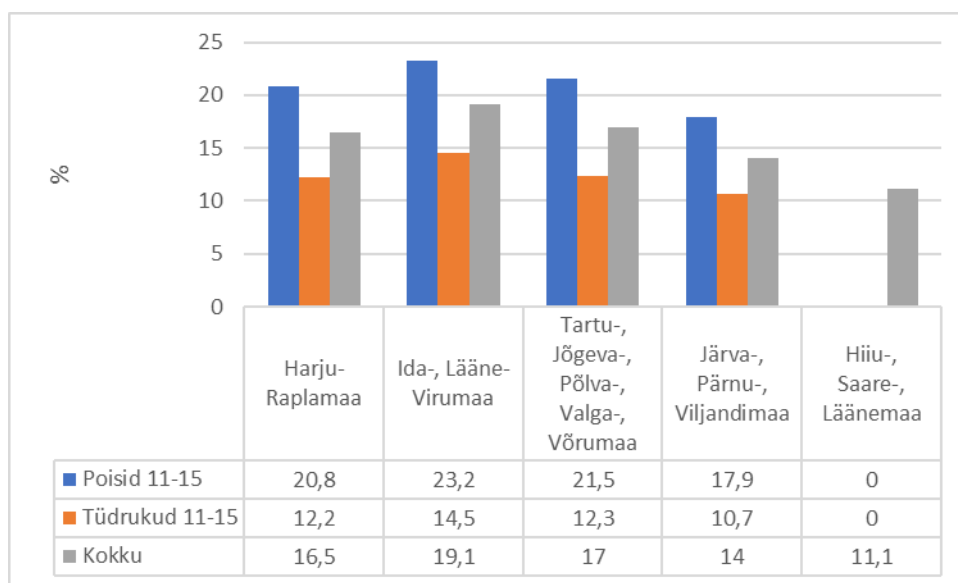
Laste terviseuuringuid, mis näitaksid olukorda maakonna tasandil, ei ole tehtud. Üle-eestilise uuringu alusel võib öelda (koos Harjumaa näitajatega), et lapsi, kes peavad oma tervist heaks ja väga heaks on kokku ca 86 %. Väga halvaks peab oma tervist ca 1% lastest.



Joonis 59. Kooliõpilaste enesehinnang oma tervisele kolmel õppeaastatel (kaalumata andmed).

4.9. Kooliõpilaste kehaline aktiivsus

WHO soovitus on, et kõik lapsed liiguksid iga päev 60 minutit aktiivselt. Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuringust (2013–2014) tuleb välja, et Eestis on keskmine näitaja siiski vaid 16,4% ning piirkondlikus lõikes ei erine Põhja-Eesti (Harju- ja Raplamaa) Eesti keskmisest. Poiste näitajad on paremad kui tüdrukutel.

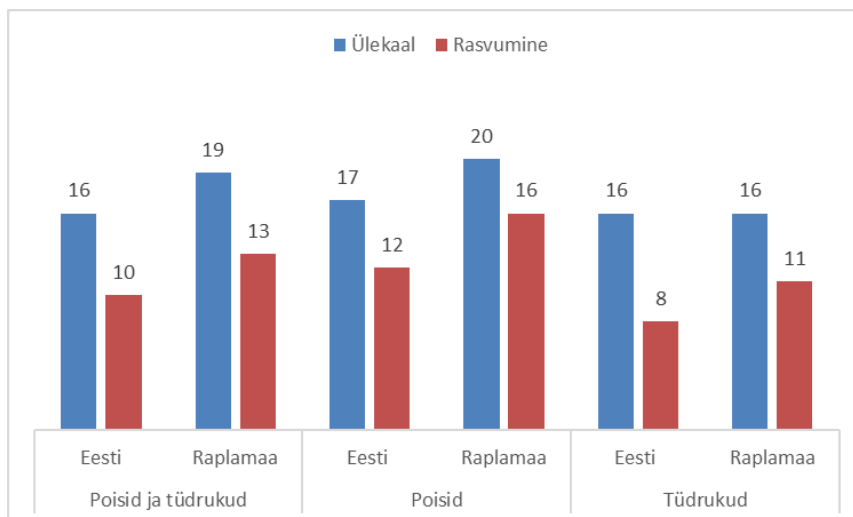


Joonis 60. Kooliõpilaste kehaline aktiivsus 11, 13, 15.a. vanustel. Õpilaste osakaal, kes on vähemalt 5 korda nädalas vähemalt 30 minutit kehaliselt aktiivsed (kaalumata andmed)
Allikas: Tervise Arengu Instituut (KU311)

4.10. Kooliõpilaste kehakaal

Raplamaal olid 2016. aastal toimunud COSI uuringu andmetel 32% I klassi lastest (7–8-aastased) ülekaalulised. Ülekaalulisi lapsi, kelle kehamassiindeks (KMI) oli üle normi, oli 19% (poisse 20% ja tüdrukuid 16%) ning rasvunud lapsi 13%, neist poisse 16% ja tüdrukuid 11%.

Võrreldes Eesti tulemustega on Raplamaa lapsed ühed ülekaalulisemad ja rasvunumad.



Joonis 61. 1. klassi laste kehamassiindeks (%).

Allikas: Tervise Arengu Instituut, Euroopa laste rasvumise seire 2016. (COSI02)

Uuringus küsiti ka hommikusöögi söömist, spordiringides osalemist, samuti kooli tulemist ja koju minemist. Võib öelda, et hommikusöögi söönutel oli KMI väiksem ja seos tuli välja ka trenni tegemise ja mittetegemise vahel – tegijatel oli parem seis.

Hommikusöök on väga oluline –uuringupäeval söi hommikusööki 83,7% ning ei söönud 16,3% lastest ehk 60 I klassi last ei söönud hommikul ja tulid kooli tühja kõhuga.

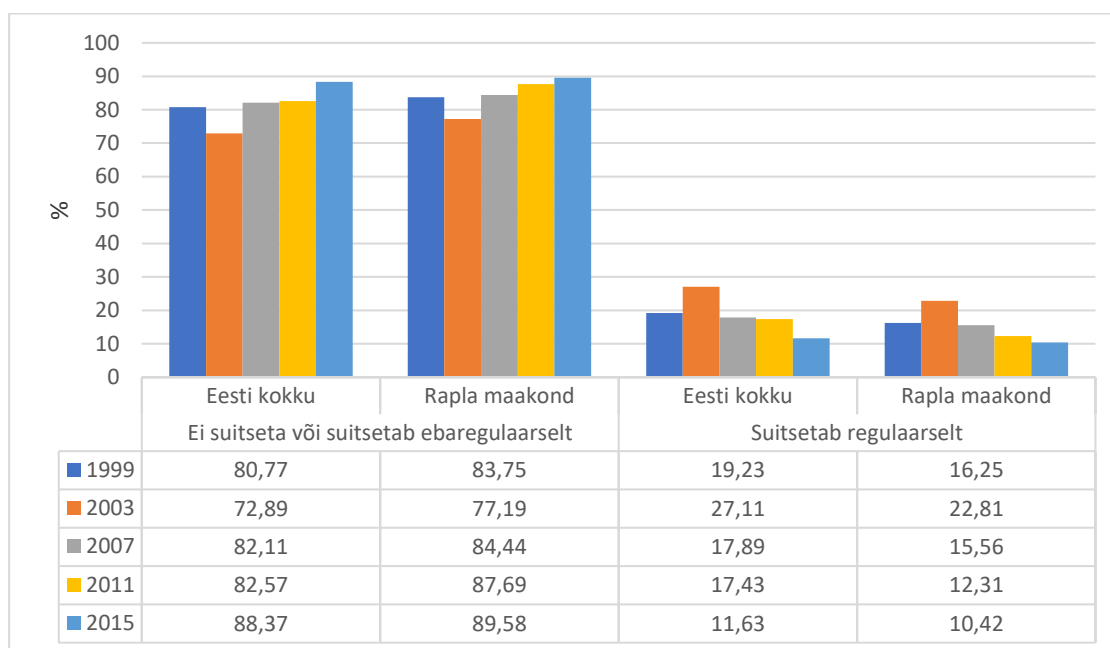
Tabel 17. Raplamaa I klasse laste KMI järgsed näitajad (absoluutarvud). Allikas: Tervise Arengu Instituut. Euroopa laste rasvumise seire 2016.

| Maakond | N | | | Normaal-kaalulised, % | | | Ülekaalulised, % | | | Rasvunud, % | | |
|---------|--------|----------|-------|-----------------------|----------|-------|------------------|----------|-------|-------------|----------|-------|
| | Poisid | Tüdrukud | Kokku | Poisid | Tüdrukud | Kokku | Poisid | Tüdrukud | Kokku | Poisid | Tüdrukud | Kokku |
| Rapla | 197 | 171 | 368 | 64 | 73 | 68 | 20 | 16 | 19 | 16 | 11 | 13 |

4.11. Kooliõpilaste sõltuvusainete tarvitamine

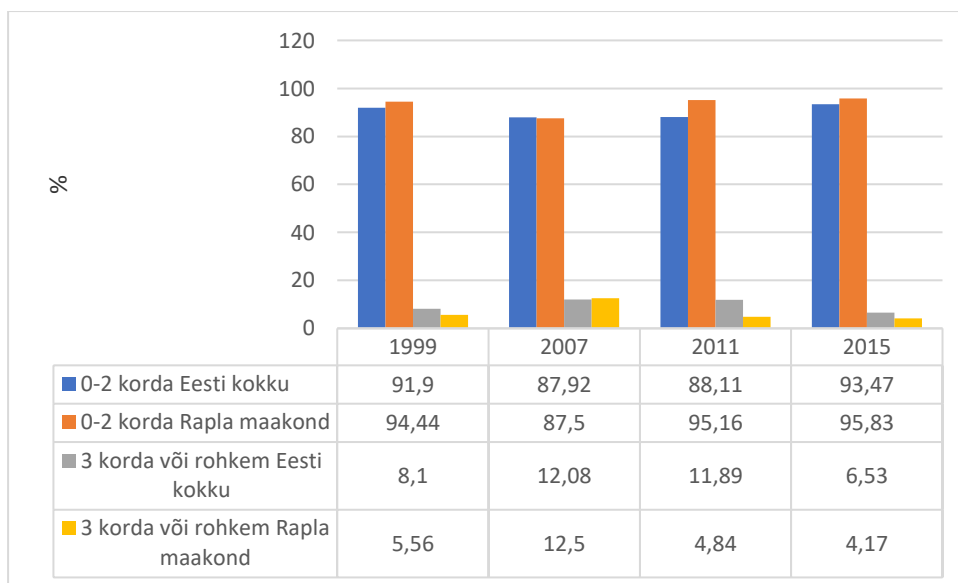
ESPADi uuring on Euroopa kooliõpilaste alkoholi, tubaka ja narkootikumide tarvitamise võrdlusuuring, millega soovitakse saada ülevaade Euroopa õpilaste alkoholi, tubaka ja narkootikumide kasutamisest. Uuringut viiakse läbi iga nelja aasta tagant ja seda koordineerib Euroopa Narkootikumide ja Narkomaania Seirekeskus. 2015. aasta uuring viidi läbi Eesti üldhariduskoolide 8. ja 9. klasside õpilaste hulgas. Küsitluse sihtrühmast jäid välja täiskasvanute- ja erikoolide õpilased.

Tulemustest selgub, et viimase viie aasta jooksul on Eesti kooliõpilaste hulgas vähenenud sigarettide suitsetamisega katsetajate ja regulaarselt suitsetajate osakaal. Suitsetamist proovinute osakaal vähenes 73%-lt 60%-ni (Euroopa keskmine oli 54%) ja iga päev suitsetajate protsent 18%-lt 11%-ni (Euroopa keskmine 2%). Suurim muutus suitsetamises on poiste ja tüdrukute vahelise erinevuse kahanemine. Kui 1995. aastal oli poiste hulgas kaks korda rohkem suitsetamisega katsetajaid ja regulaarselt suitsetajaid, siis viimases uuringus oli poiste ja tüdrukute vaheline erinevus 5%. Raplomaal on suitsetamise näitajad Eesti keskmisega võrreldes veidi madalamad. Lisaks tavapärasele suitsetamisele on uuritud ka muude alternatiivide kasutamist – huuletubakas, vesipiip, e-sigaret.



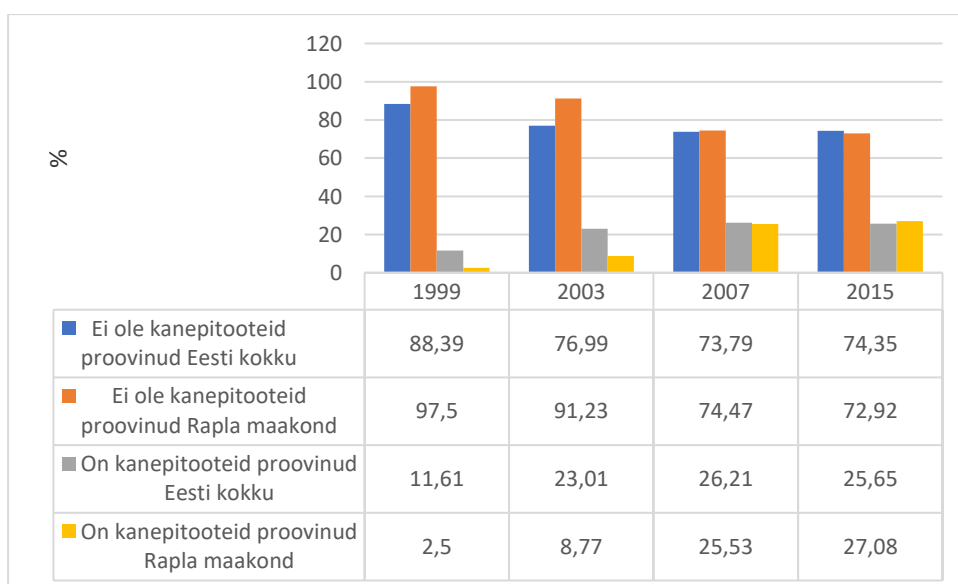
Joonis 62. Suitsetamise regulaarsus viimasel 30 päeval maakonna järgi. Allikas: Tervise Arengu instituut (ESPAD19)

Sarnaselt suitsetamisele on Eesti kooliõpilaste hulgas vähenenud alkoholi tarvitamine, nii vähemalt korra elu jooksul (95%-lt 2011. aastal 87%-ni 2015. aastal) kui ka viimase aasta (85%-lt 2011. aastal 71%-ni 2015. aastal) või viimase kuu (59%-lt 2011. aastal 38%-ni 2015. aastal) jooksul. Euroopas oli keskmiselt alkoholi tarvitanud elu jooksul 87%, viimase aasta jooksul 79% ja viimase kuu jooksul 57% uuritutest. Samuti on Eestis vähenenud alkoholi tarvitamise kogused ühel joomiskorral ja purju joomine. Samas poiste ja tüdrukute vahelises võrdluses alkoholi tarvitamises suuri erinevusi ei ole. Alkoholi tarvitamise langust kinnitavad ka HBSC uuringu tulemused, mis näitavad, et vähenenud on alkoholi tarvitamise sagedus ja noorukite purju joomine (Aasvee jt 2015).



Joonis 63. Viimasel 12 kuul 3 ja enam korda purjus olemine maakonna järgi.
Allikas: Tervise Arengu Instituut (ESPAD43)

Kui suitsetamine ja alkoholi tarvitamine on vähenenud, siis eri narkootiliste ainete tarvitamine on pisut sagenenud võrreldes eelmise uuringuga (2011. aastal 32% ja 2015. aastal 38%). Kõige sagedamini tarvitati kanepit. Vähemalt korra elu jooksul kanepit tarvitanud õpilaste osakaalus oli järsk tõus 2003. aastal, mil see ulatus 24%-ni, hiljem on see jäänud sarnasele tasemele, ulatudes 26%-ni 2015. aastal. See protsent jääb kõrgemaks kui Euroopa keskmine, mis oli 17%, Soomes oli vastav näitaja 11%, Rootsis 9%, Leedus 20% ja Lätis 24%. Kanepi tarvitamine on Raplamaal võrdles Eesti näitajatega mõnevõrra suurem. 15.–16. aastastest üldhariduskooli õpilastest on rohkem kui veerand kanepit tarvitanud!



Joonis 64. Kanepitoodete proovimine kordki elus. Allikas: ESPAD uuring

Võrreldes varasemaga hindasid õpilased käesolevas uuringus tubaka ja alkoholi tarvitamisega seotud terviseriske suuremaks. Samas kanepi tarvitamisega seotud riski hinnati madalamaks, eriti poiste hulgas. Amfetamiini ja ecstasy tarvitamisega seotud terviseriski hinnati sarnaselt. Õpilased, kes olid ise tarvitanud mõnda narkootilist ainet, hindasid uimastite tarvitamisega kaasnevaid terviseriske madalamaks.

ESPAD viimases uuringus küsiti esimest korda uute psühhoaktiivsete ainete tarvitamise kohta. Need on ained, mis avaldavad psühhoaktiivset toimet, kuid mida ei ole narkootiliste ja psühhotroopsete ainete nimekirja veel lisatud. Sageli turustatakse neid kui „seaduslikke narkootikume“, „sünteesitud narkootikume“ või „etnobotaanilisi aineid“, mis võivad esineda erineval kujul, näiteks taimsete segudena, pulbritena, kristallide või tablettidena. Selliseid aineid oli elu jooksul tarvitanud ligi kümnendik õpilastest, poisid ja tüdrukud sarnaselt.

Vanemliku kontrolli ja peres kokkulepitud reeglite seadmise ja ka järgimise vajalikkust ning nende positiivset mõju noorte käitumisele on tõestanud mitmed uuringud. Eelkõige on oluline keskenduda sellele, et vanemad teaksid rohkem oma lapse vaba aja veetmise viisidest. Noorukid on uudishimulikud ja otsivad uusi elamusi, mis võib olla üheks põhjuseks, miks üldse jõutakse uimastite proovimiseni. AINUÜKSI keelud ja hirmutamine sellisel juhul noorte käitumisele mõju ei avalda, pigem tuleks pakkuda alternatiive, näiteks mitmesuguseid huvitegevusi. Samas sõltub laste hõivatus huvitegevustega suuresti perekonna võimalustest, kuid pere eelarve ei pruugi võimaldada lapsel hobidega tegelemist. Seega riigi või kohalike omavalitsuste toetus laste osalemiseks sporditreeningutel ja huviringides aitaks ennetada noorte uimastitarvitamist. Lisaks aitab noorukite uimastitarvitamise vähendamisele kaasa vanemate ja kogukonna kaasamine noorte tegevustesse ning tervislike eluviiside väärtustamine ühiskonnas laiemalt.

Usaldusväärsemateks allikateks uimastite kohta peeti terviseõpetuse tundi (48%), internetisaiti narko.ee (36%) ja sõpradelt kuulnud (23%). Poiste ja tüdrukute vahel suuri erinevusi ei olnud. Tüdrukud hindasid mõnevõrra kõrgemalt kooli terviseõpetuse ja narko.ee kaudu saadud infot, samas kui poisid pidasid sagedamini usaldusväärsemaks teisi internetisaite.

4.12. Kiusamine

Raplamaal viidi 2018. aasta talvel läbi koolikiusamise uuring. Uuringus küsitleti 5.–9. klasside õpilasi, kokku küsitleti 1440 last. Läbi viidi ka neli fookusgrupi uuringut: kolm õpilaste (4. klassid, 5.–7. klassid, 8.–9. klassid) ja üks õpetajate fookusgrupp (kokku 35 in). Raport valmis 2019. a jaanuaris ning selle baasil valmib ka maakonna kiusamise ennetamise tegevuskava. Uuringut saab võrrelda ka 2015. aastal valminud üleriigilise uuringuga.

Viimase aasta jooksul oli Raplamaal kiusamist kogenud 22,4% 5.–9. kl õpilastest – poisid 18,6% ja tüdrukud 26,5%. Õpilased puutuvad kokku paljude erinevate kiusamisviisidega. Kolm enam levinud kiusamise viisi:

- ✓ Minu üle on naerdud / mind on naeruvääristatud (59,9%)
- ✓ Mind on narritud või halvustatud minu välimuse tõttu (43,3%)
- ✓ Minu kohta on levitatud kuulujutte (42,3%)

Kõige sagedamini esineb vaimset kiusamist. Aina rohkem kiusamist toimub kübermaailmas. Kiusamise ohvreid peetakse teistsugusteks ja erilisteks, mis viitab sallimatusele. Kiusajad on ise kuhjunud probleemidega ja ebakindlad lapsed ehk ise abivajajad! Kiusaja-kiusatava topeltrollis olevatel õpilastel on endil hulgiprobleemid.

Õpilaste omavahelisel kiusamisel on suurem mõju käitumisele ja tervisele kui õpetajate-õpilaste vahelisel kiusamisel.

Algkoolis on oluline universaalne ennetustöö, põhikoolis spetsiifiline ennetustöö. Oluline on süsteemsete nõustamis- ja toetusteenuste kättesaadavus.

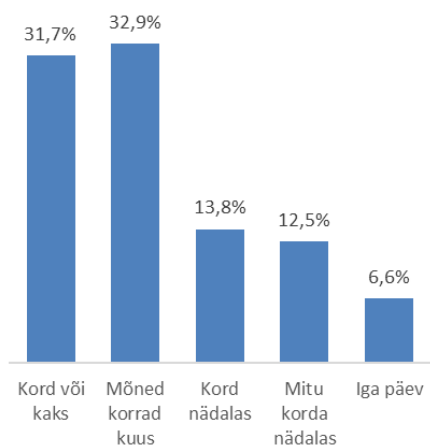
Kiusamisel on korduv ja pidev iseloom – oluline on kohene reageerimine uutele kiusamisjuhtudele ning pikaajaliste juhtudega mitte „ära harjumine“.

Oluline on pereliikmete teadlikkus peresüsteemi mõjust koolikiusamisele, vajalik on koostöö kooli (õpetajate, tugispetsialistide) ning pereliikmete vahel.

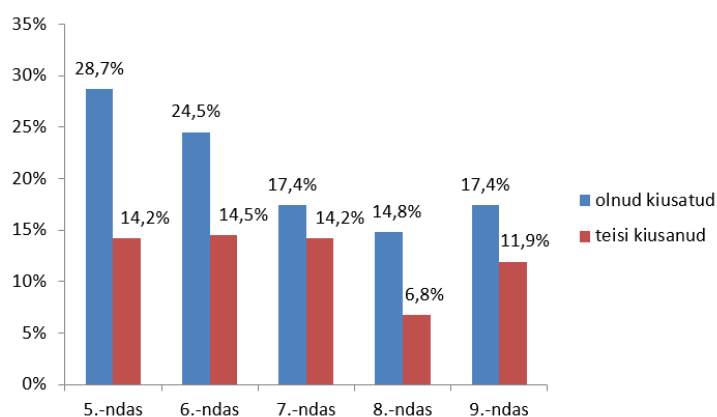
Vajalik on teadmiste ja oskuste arendamine – nii noortel endil kui lapsevanematel ja koolipersonalil.

Täiendavad ettepanekud fookusgruppidest – lapsed pidasid väga oluliseks täiskasvanutega rääkimist ja tähtis on õpilaste endi poolne sekkumine.

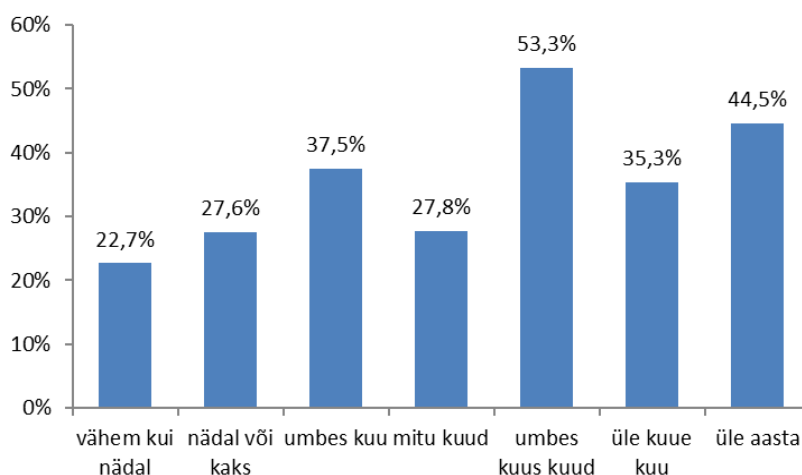
Kiusamist on rohkem nooremates klassides (5. ja 6. klassis), 6,6% kiusatud lastest vastasid, et neid kiusatakse iga päev, 12,5% vastasid, et mitu korda nädalas. Nende laste vaimne heaolu, keda on kiusatud pikaajaliselt, on väga madal.



Joonis 65. Kiusamise sagedus Raplamaal.



Joonis 66. Kiusatav/kiusaja klasside kaupa.



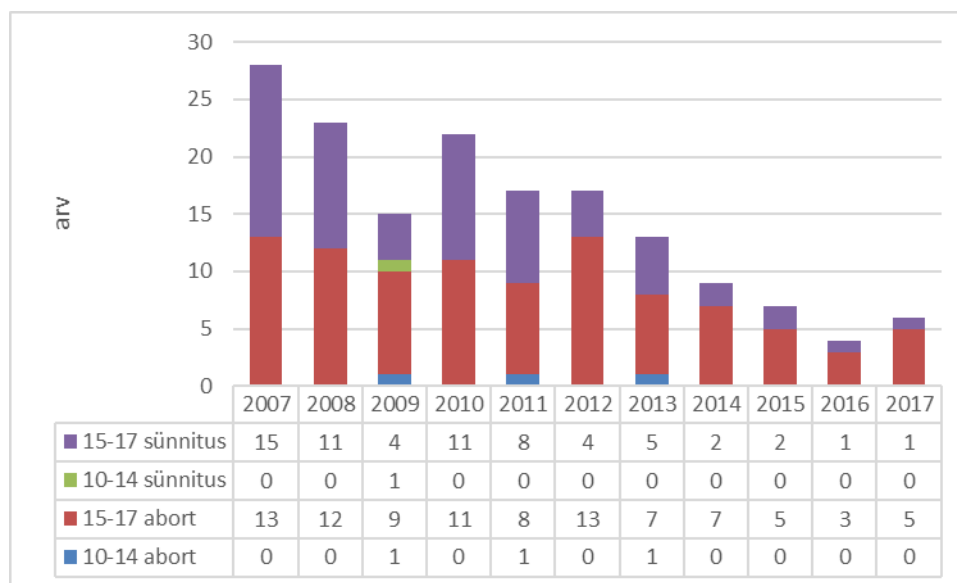
Joonis 67. Madal vaimse heaolu ja kiusamise kestuse seos.
Allikas: Koolikiusamise uuring Raplamaal 2018

4.13. Teismeliste (alla 18-aastased) rasedused (sh abordid ja sünnitused)

Raplamaal oli aastatuhande alguses võrreldes Eesti keskmisega väga kõrge teismeliste raseduste arv (22-23 juhtu aastas aastatel 2000, 2003).

2017. aastaks on kuni 17-aastaste noorte rasedusi kordades vähem. Samuti on alaealiste sünnitajate arv ajas oluliselt vähenenud. Noorte teadlikkus on suurenenud, samuti on kaitsevahendid paremini kättesaadavad.

2000. aasta kevadel loodi maakonda MTÜ Rapla Noorte Nõukoda, mille üheks oluliseks tegevuseks on noorte seksuaalnõustamine, see on kohalik „Amor“ kabinet. Eesti näitajatega võrreldes on teismeliste raseduste hulk väiksem (maakondade heaolu ülevaade – Eestis 16,18; Raplamaal 13,32 rasedust 1000 15–17 aastase naise kohta aastatel 2014–2016).



Joonis 68. Teismeliste abortide arv 2007–2017. Allikas: Tervise Arengu Instituut (RK01)

4.14. Lasteasutuste toitlustus

Tegevused Rapla maakonna kooli- ja lasteaiatoidu edendamiseks:

- ✓ Koolitoidu parendamiseks on Rapla maakonnas läbi viidud 5 külaskäiku nõustamise eesmärgil: 1999 ja 2002 Rapla Maavalitsuse ja maavanema eestvõtmisel ning 2005, 2010 ja 2015 maakonna südame- ja veresoonkonnahaiguste ennetamise, hiljem RTA programmi raames.
- ✓ Lasteaiatoidu nõustamine on toimunud kolmel korral: 2006, 2012 ja 2016.
- ✓ Külaskäikude eesmärk on nõustada lasteasutusi toitlustuse arendamiseks järgmiste teemade osas: menüüde koostamises, lahtikirjutamise oskuses, kujundamises ja presenteerimises; toorainete valikul (mitmekesisustamise eesmärgil); koka ametiriietuse ja jalatsite valikul, mis tagaksid turvalisuse; koka töökeskkonna (kööki, abiruumid) planeerimises, töökorralduse parendamiseks järgides ergonomikat; sobivate koka töövahendite, köögiseadmete ja väljastusnõude soetamiseks; söögiruumide parendamiseks ja esteetilisemaks muutmiseks; sobivate sööginõude, -riistade ja joogiklaaside ning serveerimisvahendite soetamiseks; nõude pesemisruumi parendamiseks; kokkuvõttes söömiskultuuri tõstmise võimalustest 21. sajandisse.

Võimalused:

- ✓ Lasteasutuse poolne toitumisteemaline õppe-kasvatustöö, mida saab teha ka toidukultuuri ja tervisliku toitumise edendamiseks, näiteks toiduainete tutvustamine ja degusteerimine, isetegemine jne.
- ✓ Kokatöö väärtustamine (nt igal aastal on vaja kokale uusi riideid ja ka jalatseid, koka töö lihtsustamiseks on vajalikud paljud abivahendid, lisaks tööriistadele ka nõudepesumasin). Kokariietus loob koka imago, tõstab ametiuhkust, annab hea meeleolu ja mugavuse tööd tehes.
- ✓ Suuremat tähelepanu saab pöörata toorainete rikkalikule valikule, sest sellega saame mitmekesistada menüüd ja tuua toitudesse.
- ✓ Menüüsid saab arendada ja tuua sisse trendikamaid, noortepärasemaid ja tervislikke toite.
- ✓ Menüü on asutuse „visiitkaart“ ja see annab tegeliku pildi asutuse teenuse kvaliteedist.
- ✓ Pöörata suuremat tähelepanu söömisruumile, leiva serveerimisele jms.

Mille üle oleme uhked:

- ✓ Paljud vallad on kööke perspektiivselt renoveerinud, soetanud otstarbekalt seadmeid ja töövahendeid.
- ✓ Menüüde lahtikirjutusoskus on muutunud järjest paremaks – menüü peab kajastama toituid isuäratavalt ja toorainepõhiselt, loomulikult peavad menüüd olema tasakaalus, sisaldama palju köögivilju. Hommikusöögid ja ooted peaksid olema vaheldusrikkad, põhitooraine ei tohi korduda läbi päeva jne.
- ✓ Tehakse väärt tööd kvaliteetse tooraine hankimisel (näiteks ostetakse kohalike tootjate kaupa).
- ✓ Menüüd on asutuse visiitkaart – peaaegu kõigil lasteaedadel on see avalik info ka asutuse kodulehel.
- ✓ Soetatud on professionaalseid köögiseadmeid ja töövahendeid, professionaalsed kokanoad ripuvad magnetribal.
- ✓ Lasteaedade nõudepesuruumides on peaaegu kõigis nõudepesumasinad ja neis, kus pole, pestakse rühmanõusid kööginõudepesumasinas.
- ✓ Enamikes kohtades on söömisnõud välja vahetatud kvaliteetsete nõude vastu.
- ✓ Kooli- ja lasteaiakokkade maine on tõusnud – tööd tehakse köögis kaunites ametiriietes.
- ✓ Toimub pidev uuenduskuur nii köögis kui söögisaalis.
- ✓ Koolikokkade teadmiste ja oskuste tase on järjepidevalt kasvanud, tuntakse suurt huvi koolituste vastu. Rapla maakonna kokad on väga usinasti kasutanud töö kõrvalt õppimist Kehtna Kutsehariduskeskuse kaheaastasel toitlustusteenindusõppel. Peale selle on kasutatud enda igapäeva rutiinist välja toomiseks erinevaid lühikoolitusi.

Enamuses maakonna haridusasutustest valmib kooli või lasteaiatoit oma hallatavas köögis, osades koolides (Rapla Kesklinna Kool, Rapla Vesiroosi Kool, Märjamaa Gümnaasium) pakub teenust Baltic Restaurants (Daily).

Hea meel on selle üle, et me oleme suutnud säilitada tervisliku sooja koolilõuna parimal kujul ei ole üle mindud suurköökidele ja nõ toidu laialivedamisele.

Raplamaal on väga asjatundlikud ja oma tööd armastavad koolikokad, suur arv kokki motiveerivaid haridusasutusjuhte ja majandusjuhatajaid. Koolikööride ja söögisaalide keskkond on saanud enamikes maakonna koolides 21. sajandile vastava sisustuse. Kõige olulisem on, et meie koolilapsed saavad maitavat, tervislikku ja sooja koolilõunat ning lasteaialapsed toitu, mis katab 85% päevasest toiduvajadusest. Üldkokkuvõttes võib öelda, et Raplamaal saavad lapsed hästi süüa ja omavalitsused on sellesse palju panustanud.

V TERVISLIK ELU-, ÕPI- JA TÖÖKESKKOND

5.1. Keskkonna mõjurid

Joogivesi

Elanikkonna kindlustamine ohutu ja tervisliku joogiveega on üks ühiskonna prioriteete. Igaühe õigus veele võimaldab realiseerida inimese õigust elule, tervise kaitsele ja inimväarikusele. Raplamaal põhineb vesivarustussüsteem põhjaveel, kuid osa elanikke tarbib vett ka maapinnalähedastest kaitsmata veekihtidest.

Raplamaal vastab joogivesi üldiselt nõuetele. Ameti järelevalve all on 54 ühisveevärki, millest suurimaid haldavad AS Rapla Vesi, AS Matsalu Veevärk, OÜ Kehtna Elamu ja OÜ Kohila Maja. 2018. aastal ei vastanud nõuetele 3 veevärki, kus esines probleeme nitraadiga, oksüdeeritavuse ja raua näitajatega. Terviseamet jätkab nende veevarkide suhtes menetlust.

Müra

2018. aastal esitasid Kohila elanikud Terviseametile ühispöördumise seoses Kohila Vineer OÜ tehasest levivate mürahäiringutega. Amet on alustanud järelevalvemenetlust ning tellinud mürataseme mõõtmised.

Alates 2015. a on Purila elanikud kaevanud Warmeston OÜ pelletitehase müra üle. Amet teostas 2017. aastal müramõõtmised, mis näitasid paari eluhoone välisõhus müra normtaseme ületust. Amet tegi tookord ettevõttele ettekirjutuse, mille tulemusel vahetati pelletitehase kuivatite korstnad, samuti kaeti haamerveski õhuvõtt mürasummutava kihiga ning muudeti selle asukohta. Uutel mõõtmistel ei ületanud müratasemeid. On pöördutud ka lubjakivikarjääri territooriumil aset leidvate lõhkamiste tagajärjel tekkiva müra ja vibratsiooni pärast.

Ujulad

Raplamaal on 4 ujulat (6 basseiniga). Kaks ujulat (Kehtna Lasteaed Siller ja Rapla lasteaed Kelluke) on koolieelsete lasteasutuste ujulad ning ülejäänud kaks (Märjamaa ujula ja Valtu Spordimaja ujula) on üldkasutatavad ujulad. Üldiselt on ujulate seisukord ja basseinivee kvaliteet rahuldav, esineb üksikuid füüsikalis-keemiliste näitajate ületusi. Basseinivee kvaliteedi halvenemine on pigem ajutine ning kiiresti lahendatav.

Suplusvesi

Raplamaal on 2 supluskohta. Üks Raplas (Vesiroosi tervisepark) ja teine Kohilas (Kooli tn supluskoht). Supluskohad on hooldatud, olemas prügikastid ja tualetid ning riietuskabiinid. Samuti on olemas infotahvlid supluskohta valdaja kohta ja vee analüüside tulemuste kohta. Suplusvee analüüsides kirjutatakse ka valla kodulehel. Terviseamet klassifitseeris 2018. a mõlemad supluskohad klassi „väga hea“.

Allikas: Terviseamet

Raplamaal on puhas loodus ja tervislik elukeskkond. Looduskeskkonna poolest on Rapla maakond rikas, kuid seda tähelepanelikumalt peab jälgima võimalikke ohtusid ja neid ennetama.

- ✓ Kaitsealade võrgustik on välja arendatud ning piisav.
- ✓ Jäätmemajandus. Maakonnas toimub korraldatud jäätmevedu segaolmejäätmetele, paberile ja kartongile ning biolagunevatele köögi- ja sööklajäätmetele.
- ✓ Õhusaaste on probleemne suurkatlamajade mõjualas (vääveldioksiidi hulk). Täiustatakse Salutaguse Pärmitehase õhusaaste ennetusmeetmeid. Elanikkond reageerib väga tõsiselt põllu-majandusest (loomakasvatus) tulenevale õhusaastele. Jätkuv trend on aktiivne osalemine keskkonda mõjutavate projektide keskkonnamõju hindamise avalikel koosolekutel, probleemide püstitamine, tegevuste vaidlustamine, kohtust lahenduste otsimine. Olgu siis tegu kaevanduste või teetrasside valikuga. See näitab kodanikuühiskonna arengut ja võimalike ohtude varast teadvustamist.

Tabel 18. Jäätmejaamad Raplemaal

| | | |
|---|---------------|--|
| 1 | Kehtna vald | Järvakandi Keskkonnajaam, Kehtna Keskkonnajaam |
| 2 | Kohila vald | Kohila jäätmejaam |
| 3 | Märjamaa vald | Märjamaa jäätmejaam |
| 4 | Rapla vald | Mäepere jäätmejaam |
| | | Kaiu Keskkonnajaam |

5.2. Transport ja teedevõrk

Teed

Raplamaal on suhteliselt tihe teedevõrk – riigimaanteed on maakonnas 1011 km ja sellele lisandub 1419 km kohalikke teid. Olulisemad teetrassid, kus toimub ka transiitliiklust on Tallinn-Rapla-Türi maantee (liikumissagedus 2017 – 6000–7400 sõidukit ööpäevas) ja Tallinn-Pärnu-Ikla maantee (8200–8300). Viimast iseloomustab väga suur veokite ja autorongide liikumistihedus – keskmiselt 1500–1700 autorongi ööpäevas, mis ületab teiste Eesti peamiste teetrasside vastavaid numbreid kokku liidetuna. Suuremas osas on transiitliiklus, eriti veokid, suunatud mööda maakonna suurematest asulatest nagu Rapla, Kohila ja Märjamaa. Vaid Raplas on läänepoolne möödasõidutrass veel lõpuni välja ehitamata. Aastatepikkuse alarahastamise tõttu on oluliseks probleemiks muutunud teede langev kvaliteet, mis takistab muuhulgas ka ühistransporti.

Maakonda läbib Tallinn-Rapla-Türi-Viljandi raudtee. Tulevikus rajatav Rail Baltic kiirraudtee loob võimalused põhja-lõuna suunaliseks liikluseks uuel tasemel. Kõigis maakonna raudteejaamades on rakendatud „pargi ja reisi“ süsteem.

Kergliiklus

Kergliiklusteid on maakonnas 2019. a seisuga 62,19 km ja need paiknevad maakonnas küllaltki ebaühtlaselt. Neist on valgustatud 46,29 km (74,4%). Viimastel aastatel on kergliiklusteid jõudsalt juurde ehitatud. Raplamaalased ootavad kergliikluse võimaluste avardamisel kindlasti edasist arengut – 36% Saar Poll OÜ poolt maakonnas 2014. aastal küsitletutest näeb siin olulist parandamisruumi (Elanike rahulolu kohalike avalike

teenustega, Saar Poll OÜ, Tallinn 2014). Prioriteetsed kergliiklusteed on kokku lepitud kehtivas Raplambia maakonnaplaneeringus ning konkreetsed lõigud aastateks 2019–2022 täpsustatud ka Raplambia arengustrateegia tegevuskavas. Kergliiklusteed loovad täiendava ohutu ja tervisliku liikumisvõimaluse maakonna elanikele.

Tabel 19. Rapla maakonna omavalitsuste kilometraaž ja tulevikuunistused. Allikas: KOVd

| KOV | Kergliiklus- teed km | Neist valgus- tatud km | Tulevikuunistused |
|-----------------|-------------------------|---------------------------|---|
| Kehtna | 11,1 | 7,9 | Järvakandi kergliiklustee silla ehitus, kergliiklustee Kehtna alevikust Räägu puhkealani, uus Kaarepere kergliiklustee viia asula sees Valtu Spordimajani, Eidapere põhjaosas kergtee pikendus kuni laudakompleksini, Lelles alevikust Lelle kalmistuni |
| Kohila | 29 | 21 | |
| Märjamaa | 13 | 9 | Uued suunad: Riidakuni, Valgusse, Konuverre, Sippa, Varbolasse, 55 km |
| Rapla | 9,09 | 8,39 | Kergliiklusteed peaksid moodustama kasutatava terviku, tupikuga lõppevate teede rajamisest tuleks hoiduda. |

Ühistransport

Maakonnasisene ühistransport põhineb Raplambiaal peamiselt bussiliiklusel. Raplambiaal on praeguse seisuga 34 avaliku teenindamise lepinguga väljastatud liiniluba. Liinikilomeetreid tuleb kokku ligikaudu 1,2 miljonit km. Maakonnasisest ühistransporti korraldab Põhja-Eesti Ühistranspordikeskus MTÜ (ÜTK), mille liikmeteks on Kohila, Märjamaa ja Rapla vallad. Kehtna vald hetkel ÜTK liige ei ole. Kuna Põhja-Eesti Ühistranspordikeskus korraldab ühistransporti laiemas piirkonnas (Harju, Lääne, Rapla ja Lääne-Viru maakonnad), laiendab see Raplambia arenguvõimalusi selles valdkonnas.

Praegune maakondlik ühistranspordisüsteem ei vasta kaasaja nõuetele ega inimeste muutunud vajadustele. Rahulolu ühistranspordi kvaliteedi ja kättesaadavusega oma kodulinnas/vallas oli 2014. aastal Raplambiaal kõige madalam Eestis (rahulolematuid 49%, Elanike rahulolu kohalike avalike teenustega, Saar Poll OÜ, Tallinn 2014). Rahulolematuse põhjusteks olid see, et sõiduplaanid ei vasta inimeste vajadustele (sõidugraafik on liiga harv või sõidukid käivad valedel aegadel), et ühistransport ei sõida vajalikku kohta või võtab sellega liiklemine liiga palju aega.

2019. aastal on Põhja-Eesti Ühistranspordikeskus kavandanud Raplambiaal teatavates sõidusuundades märgatavat busside väljumiste arvu kasvu. Kuna maakonna ühistranspordisüsteem on ebarahuldavas seisus, siis on suuremahulised muudatused hädavajalikud. Sellest lähtuvalt otsustasid Raplambia kohalikud omavalitsused ka mitte võimaldada maakonnas tasuta bussisõitu kõigile, vaid ainult vähemkindlustatud ühiskonnagruppidele (lastele, eakatele ja raske puudega isikutele) ning jätta enam rahalisi vahendeid liikluse ümberkorraldamiseks. Sellest hoolimata kasvas bussiliiklejate arv maakonnaliinidel 2017 II poolaasta ja 2018 II poolaasta võrdluses tervelt 21% võrra (Maanteeameti andmetel). Lisaks avalikele liinidele on omavalitsused käima pannud ka kohalikke liine – õpilaste veoks ja ka suundadel, mida avalik ühistranspordivõrk praegu ei kata.

Rongiliiklus

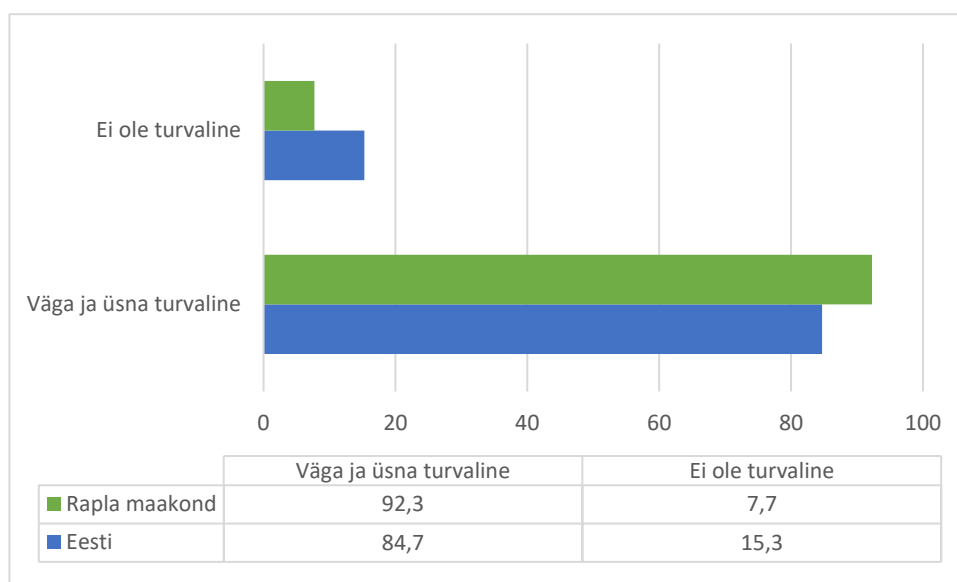
Kuni 2013. aastani (k.a) oli rongireisijate arv pidevas väikeses languses – rongiliiklus ei olnud konkurentsivõimeline ei mugavuse ega kiiruse poolest. Alates 2014. aasta algusest, kui vahetati välja kogu rongipark ning rongide opereerimine koondati ühe ettevõtte (Eesti Liinirongid AS) ja ühe kaubamärgi (ELRON) alla, tõusis rongireisijate arv hüppeliselt – 4,2 miljonilt 5,9 miljonile ning on jätkanud tõusu igal järgneval aastal, lüües järgmisi rekordeid. 2017. aasta klientide rahulolu uuringu alusel võib väita, et 91% klientidest hindavad klienditeenindust kiireks, korrektseks ja meeldivaks.

Lisaks sellele, et rongireisid on muutunud mugavamaks ja kiiremaks, on uue veeremi soetamine lubanud tõsta märgatavalt reise arvu, sh ka Tallinn-Rapla-Viljandi suunal – seda just intensiivse kasutuse perioodidel (hommikuti ja õhtuti). Eriti märgatav on see Rapla ja Kohila valdade elanike puhul. Rongiliiklejate arv on aasta-aastalt kasvanud ning jätkuvalt tõusutrendis. 2018. aasta lõpus lõpetas Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium reisirongiliikluse Lelle-Pärnu lõigul, mis halvendas liikumisvõimalusi maakonnas. Pärnumaa ÜTK poolt käivitatud bussiliin nr 333 leevendab kujunenud olukorda, kuid ei suuda varasemaid lahendusi päriselt asendada.

Allikas: Raplamaa arengustrateegia

5.3. Turvatunne

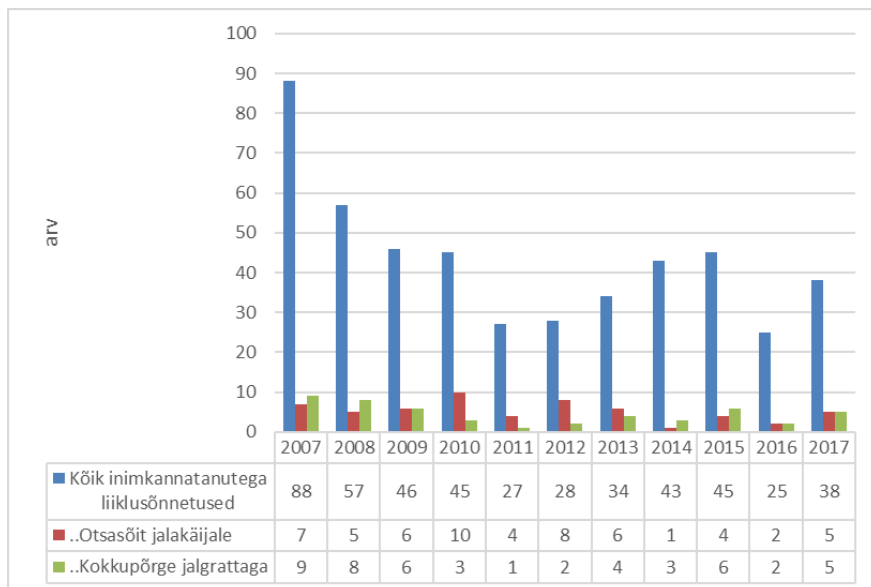
Tervise mõjurite uuringus (2011) vastas rohkem kui 90% Raplamaa inimestest, et tunneb end Raplamaal turvaliselt. Võrreldes Eesti keskmisega on Raplamaa inimeste turvatunne oluliselt kõrgem. Turvatunne on sisemine tunne, mida mõjutavad väga erinevad komponendid. Palju mõjutab turvatunnet ka nt meedia.



Joonis 69. Oma elukoha turvaliseks pidamine Raplamaal ja Eestis.
Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna tervise mõjurite uuring 2011

5.4. Inimkannatustega liiklusõnnetused

Inimkannatustega liiklusõnnetuste arv on alates 2007. aastast püsiva langustrendiga. Jalakäijate ja jalgratastega õnnetused on jäänud samale tasemele läbi viimase aastakümne.



Joonis 70. Inimkannatustega liiklusõnnetuste arv. Allikas: Tervise Arengu instituut (LO02)

5.5. Liiklusõnnetustes hukkunud ja vigastatud

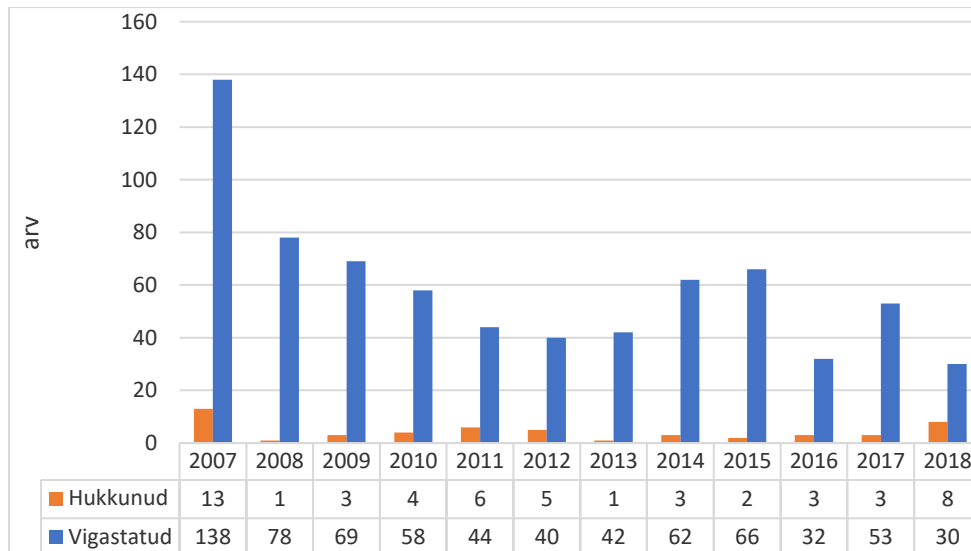
Liikluses vigastatute ja hukkunute arv oli enne majanduslangust väga kõrge, seejärel elu-olu halvenedes langesid ka liiklusõnnetuste näitajad. Nii Eestis kui maakonnas on vigastatute ja hukkunute arv vähenenud. Autode turvavarustus ja autod ise on muutunud paremaks ning seetõttu on ka hukkunuid vähem ning vigastatuid rohkem.

Aasta aastalt korduvad riskifaktorid (üle Eesti) on: turvavarustus, joove, kiirus ning tee- ja ilmaolud.

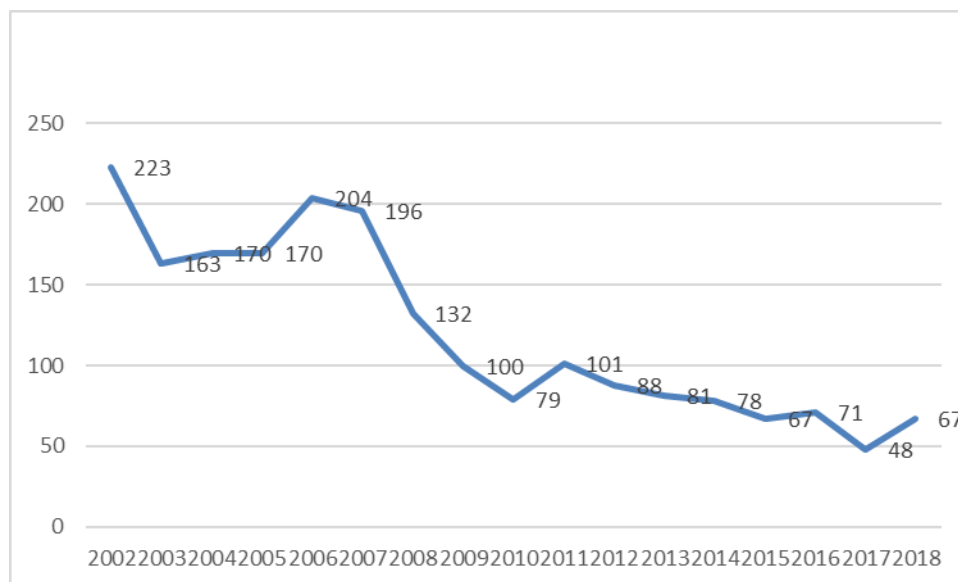
Viimastel aastatel on üheks põhjuseks ka roolis muude asjadega tegelemine nagu näiteks nutitelefoni rääkimine või sellega tegutsemine.

Joobes juhtide avastamine on suhteline näitaja, mis näitab pigem politsei ressursi teemaga tegelemiseks.

Turvalisus on muutunud Eestis järjest olulisemaks igal tasandil. Seoses 2018. aasta suure liiklusõnnetustes hukkunute arvuga on siseministri tasandil liiklusteema üles võetud ja asutud otsima lisameetmeid. Teemaga tegeleb ka maakonna liikluskomisjon ja turvalisuse nõukogu.



Joonis 71. Liiklusõnnetustes hukunud ja vigastatud. Allikas: Tervise Arengu Instituut (LO02)

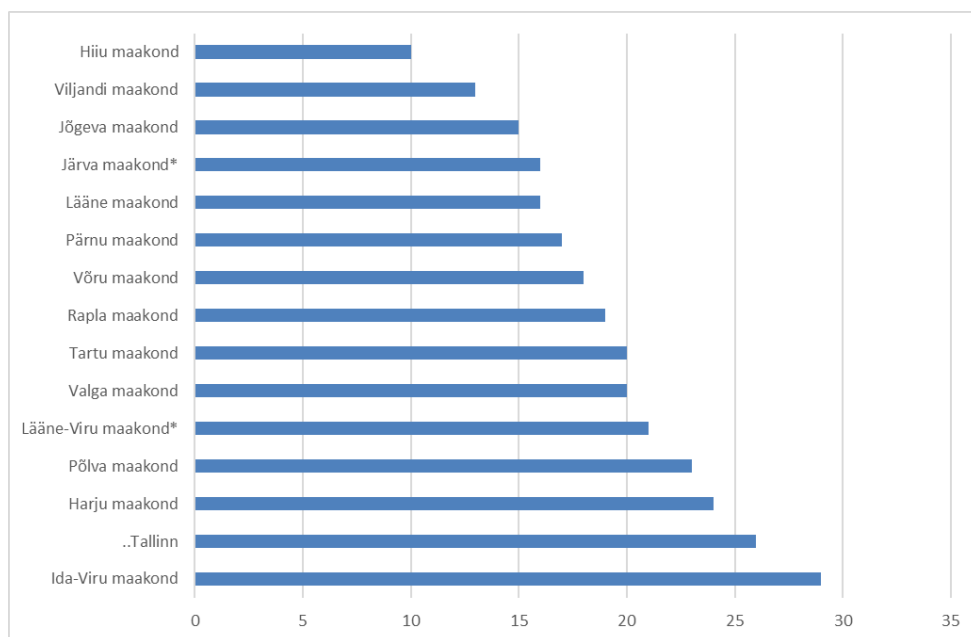


Joonis 72. Liiklusõnnetustes hukunud Eestis 2002–2018. Allikas: Tervise Arengu instituut (LO01)

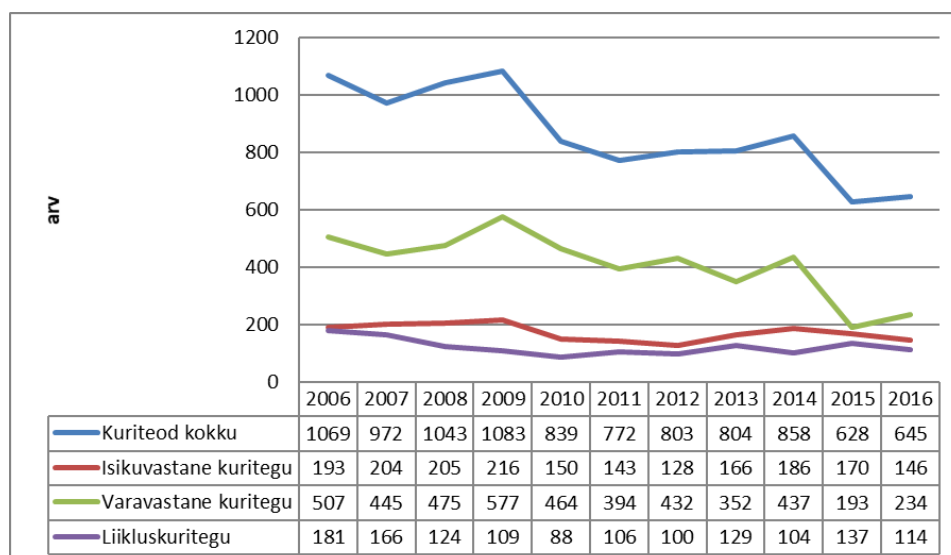
5.6. Kuritegevus

Raplamaa on kuritegude poolest turvalisuse mõttes Eesti keskmine. Isikuvastased kuriteod on läbi aastate olnud suhteliselt sarnasel tasemel. Oluline vähenemistrend on aga varavastastel kuritegudel, nt vargusi on võrreldes „hiilgeaegadega“ (2009) ligi neli korda vähem.

Narkokuritegusid on viimase 4 aasta jooksul registreeritud keskmiselt 10 aastas. Peamiselt on tegemist narkootilise aine suures koguses käitlemistega (kogus, millest piisab joobe tekitamiseks vähemalt 10 inimesele). Kõige levinumaks narkootiliseks aineks on endiselt kanep, seda nii noorte kui vanemate isikute seas. Narkootilise aine tarvitamise tunnused tuvastatakse aastas keskmiselt 50 juhul (sia kuuluvad ka alaealised).



Joonis 73. Registreeritud kuriteod 1000 elaniku kohta maakonna järgi 2016. Allikas: Statistikaamet



Joonis 74. Registreeritud kuriteod Raplomaal 2007–2016. Allikas: Statistikaamet (JS009)

Tabel 20. Registreeritud kuriteod Raplomaal 2007-2016. Allikas: Statistikaamet (JS009)

| | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 |
|-----------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Kuriteod kokku | 972 | 1043 | 1083 | 839 | 772 | 803 | 804 | 858 | 628 | 645 |
| Isikuvastane kuritegu | 204 | 205 | 216 | 150 | 143 | 128 | 166 | 186 | 170 | 146 |
| ..tapmine | 2 | 0 | 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 3 | 2 | 0 |
| ..mõrv | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 |

| | | | | | | | | | | |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| ..raske tervisekahjustuse tekitamine | 1 | 1 | 0 | 3 | 3 | 4 | 2 | 0 | 1 | 2 |
| ..kehaline väärkohtlemine | 158 | 155 | 164 | 115 | 109 | 96 | 140 | 146 | 135 | 109 |
| ..vägistamine | 2 | 6 | 3 | 3 | 3 | 3 | 0 | 4 | 4 | 2 |
| Süütegu perekonna ja alaealiste vastu | 9 | 20 | 16 | 16 | 21 | 24 | 22 | 25 | 25 | 22 |
| Rahvatervisevastane kuritegu | 12 | 18 | 17 | 12 | 8 | 9 | 12 | 9 | 23 | 15 |
| ..narkootikumidega seotud kuritegu | 12 | 18 | 17 | 11 | 7 | 7 | 12 | 9 | 23 | 14 |
| Varavastane kuritegu | 445 | 475 | 577 | 464 | 394 | 432 | 352 | 437 | 193 | 234 |
| ..vargus | 367 | 382 | 502 | 403 | 338 | 361 | 263 | 335 | 134 | 143 |
| ..röövimine | 6 | 12 | 3 | 3 | 9 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 |
| ..omastamine | 11 | 12 | 12 | 13 | 8 | 20 | 21 | 19 | 8 | 10 |
| ..kelmus | 15 | 27 | 20 | 20 | 24 | 20 | 27 | 31 | 10 | 13 |
| Avaliku rahu vastane kuritegu | 74 | 123 | 86 | 71 | 70 | 74 | 83 | 62 | 49 | 71 |
| Üldohtlik kuritegu | 4 | 27 | 11 | 3 | 7 | 8 | 3 | 10 | 4 | 12 |
| ..tulirelva, selle olulise osa ja laskemoona ebaseaduslik käitlemine | 3 | 9 | 6 | 3 | 4 | 5 | 2 | 6 | 1 | 8 |
| Liikluskuritegu | 166 | 124 | 109 | 88 | 106 | 100 | 129 | 104 | 137 | 114 |
| ..mootorsõiduki juhtimine joobeseisundis | 137 | 112 | 96 | 82 | 98 | 95 | 127 | 94 | 102 | 90 |

5.7. Lähisuhtevägivald

Lähisuhtevägivald (nimetatakse ka perevägivaldaks) on igasugune vaimne, füüsiline või seksuaalne vägivald, mis leiab aset inimeste vahel, kes on või on varem olnud üksteisega intiimsuhetes, seadusest tulenevalt seotud või omavahel veresuguluses.

Politseis nimetatakse lähisuhtevägivaldalla juhtumiteks lisaks peresisesele abikaasade vahelisele konfliktile näiteks ka vendade ja õdede vahel juhtunud, lastelaste vanavanemate vahel juhtunud, endiste elukaaslaste vahel juhtunud, ämma ja minia vahel juhtunud, pruudi ja peigmehe jne vahel juhtunud vägivallaakte. Alati ei ole need otseselt pered, sest koos ei elata, aga neil on sugulus- vms sidemed.

Inimeste teadlikkus on suurenenud ja inimesed on muutunud julgemaks vägivaldaga seotud juhtumeid avalikustama ning vägivalda mitte taluma.

Tabel 21. Registreeritud lähisuhtevägivalla juhtumid 2015–2018. Allikas: Rapla politseijaoskond

| | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 | vahe | vahe |
|---------------------------------|------|------|------|------|-------|------|
| | | | | | (+/-) | (%) |
| LSV kuriteojuhtumid | 71 | 60 | 52 | 95 | 43 | 83% |
| LSV infoteated (süüteojuhtumid) | 207 | 193 | 226 | 207 | -19 | -8% |

Lähisuhtevägivalla juhtumite (sealhulgas nende juhtumite, mille puhul alustatakse kriminaalmenetlust) puhul annavad väga suurt tooni konkreetsed perekonnad, kus vägivaldne käitumine avaldub korduvalt ning pikema aja vältel. Politseini jõuab info üldiselt siis, kui vägivalda on juba tükk aega kannatatud.

Konfliktid tekivad ka purunenud suhete järgselt, laste jagamisega seoses. Selliste suhete pinnalt tekkivad konfliktid tekitavad pigem psühholoogilist survet ning avalduvad tihti ahistavas käitumises. Üksikutel juhtudel muutuvad konfliktid ka vägivaldseteks, kui sinna on kaasatud endised ja praegused elukaaslased.

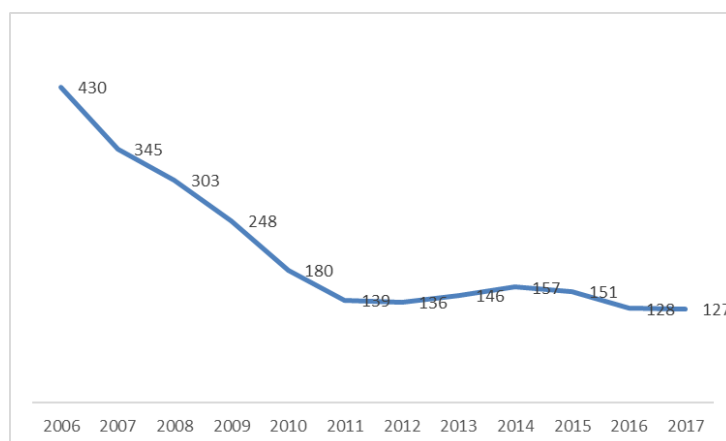
Vägivalla kuritegusid on viimase 4 aasta jooksul registreeritud 250–300 juhtu aastas. Neist umbes 2/3 moodustavad kehalised väärkohtlemised, ehk need on kuriteod, mis on toime pandud konkreetsetes isikute vahelises konfliktisituatsioonis, ilma vahetut avalikkuse rahu ja turvatunnet häirimata.

5.8. Tulekahjud ja tulekahjudes hukkunud

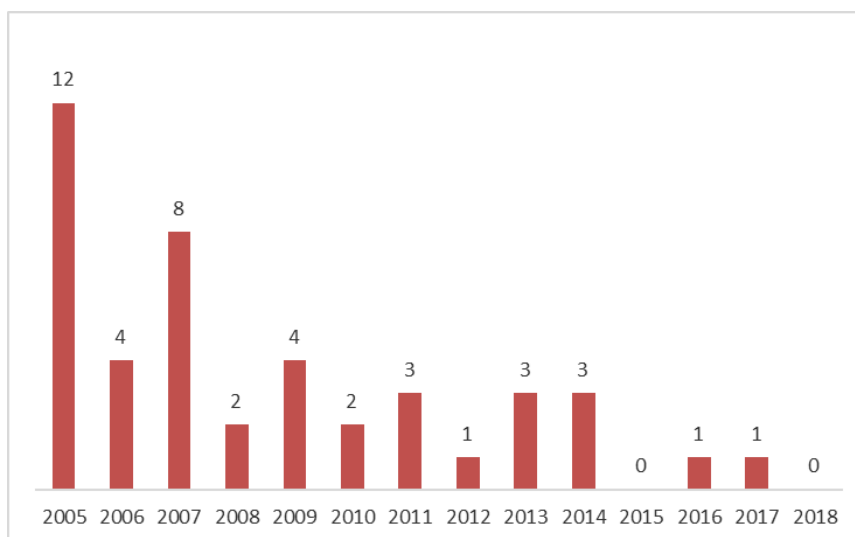
Tulekahjude ja tulesurmade arv näitab maakonnas langustrendi. Alates 2009. aastast on suitsuandur kodudes kohustuslik. Tules hukkunute arv on langenud (2005 – 12, 2018 – 0), tulekahjude arv on vähenenud üle kolme korra (2006 – 430, 2017- 127).

Raplamaa kutseline päästevõrgustik koosneb neljast üksusest Raplas, Kohilas, Märjamaal ning Järvakandis, kõigi reageerimiskiirus on 1 minut.

Raplamaal on 10 vabatahtlikku päästekomandot: Kaiu, Kuimetsa ja Vahastu komandod, Kehtna Päästeteenistus ja Lokuta, Lipa, Valgu, Varbola, Laukna ja Vana-Vigala komando. Kokku on maakonna vabatahtlikus päästevõrgustikus üle 100 inimese.



Joonis 75. Tulekahjude arv. Allikas: Tervise Arengu Instituut (ISA), Rapla päästepiirkond



Joonis 76. Tules hukkunute arv Raplemaal.
Allikas: Tervise Arengu Instituut (JS45), Rapla päästepiirkond

Tabel 22. Tulekahjud Raplemaal 2013–2016. Allikas: Päästeamet

| | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 |
|---|------|------|------|------|
| TULEKAHJUDE ÜLDARV KOKKU | 146 | 157 | 151 | 128 |
| ..tulekahjud hoonetes | 50 | 46 | 41 | 33 |
|eluhoonete tulekahjud | 35 | 28 | 12 | 14 |
|muude hoonete tulekahjud | 15 | 18 | 29 | 19 |
| ..metsa- ja maastikutulekahjud | 24 | 45 | 46 | 38 |
|metsatulekahjud | 1 | 4 | 4 | 2 |
|maastikutulekahjud (kulutulekahjud) | 23 | 41 | 42 | 36 |
| ..prügi-, lõkke-, grillitulekahjud | 36 | 35 | 37 | 36 |
| ..mootorsõidukite, transpordivahendite tulekahjud | 16 | 8 | 18 | 12 |
| ..muud tulekahjud | 20 | 23 | 9 | 9 |

5.9. Uppumised

Raplemaal on hulgaliselt looduslikke ujumiskohti: jõed, järved ja tehisjärved (sh karjäärid). Ühtegi ametlikku ujumiskohta vetelpääste jms sinna juurde kuuluvaga ei ole. Uppumissurmasid on maakonnas olnud läbi aastate vähe, mõnel aastal ka 0 (2010, 2013, 2015). 2003. aastal uppus Raplemaal 6 ja 2004. aastal 4 inimest.

Eestis tervikuna on uppumissurmade osakaal oluliselt vähenenud võrreldes varasema ajaga. Uppumise oluliseks põhjuseks on alkoholi tarvitamine veekogu ääres.

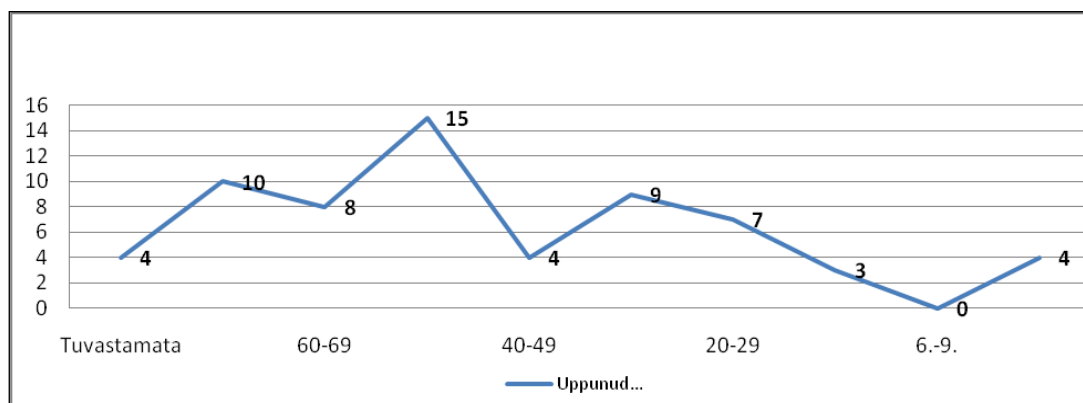
2017. aastal oli Eestis 42 uppunut, mis teeb 100 000 elaniku kohta keskmiselt 3,19 inimest (Soome Vabariigis-1,5). 60% uppumistest leidis aset kukkumiste tõttu. Eakad moodustasid kolmandiku uppunutest. Uppus 4 last, kellest 3 olid alla 6-aastased. 50% uppunutest olid alkoholi tarbinud. Suplemisel ja kalastamisel upub sama palju inimesi. Kõige rohkem uputakse järvedes (2017 – 12), seejärel meres ja jões (2017 – 6) ning tiigis (5) ja karjääris (2).

Päästeameti andmetel on kolmveerand uppunutest meesterahvad ja uppumisaltimad vanuserühmad on 50–59 ning 70 ja vanemad. Üsna olulise osa õnnetustest moodustavad paatide ja süstadega toimunud õnnetused.

Allikas: Päästeamet

Tabel 23. Uppumised Eestis ja Raplamaal 2008-2018. Allikas: Päästeamet

| | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 |
|----------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Raplamaa | 0 | 2 | 0 | 2 | 2 | 0 | 1 | 0 | 2 | 2 | 0 |
| Eesti | 64 | 63 | 97 | 55 | 54 | 56 | 68 | 39 | 46 | 42 | 43 |



Joonis 77. Uppunute jaotus Eestis vanuserühmiti 2008.a. andmete põhjal. Allikas: Päästeamet

5.10. Kõrgendatud riskiga objektid

Kõik ettevõtted on ohtlikud ettevõtted (c-kategooria). Raplamaal ei ole ühtegi suurõnnetusohuga ettevõtet.

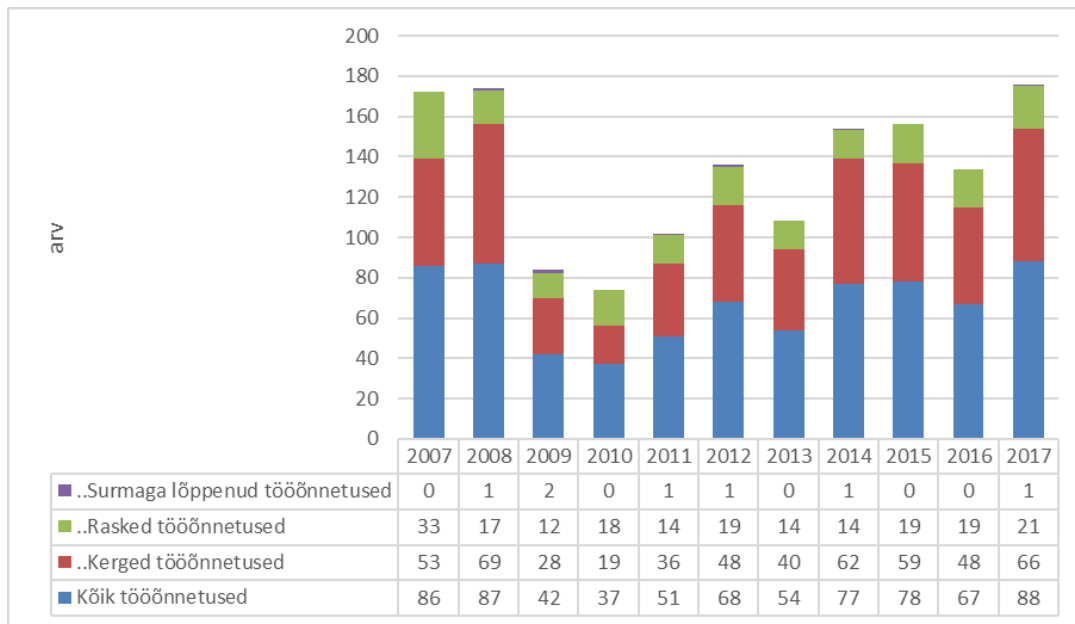
Tabel 24. Kõrgendatud riskiga objektid Raplamaal. Allikas: Päästeamet

| Ettevõtte | Tegevus | Seveso direktiiv | Maakond | Vald | Küla | Aadress |
|---|---------|------------------------|----------|--------|----------|-----------|
| Airok OÜ - Kehtna Mõis OÜ viljakuivati | gaas | vedelgaasi ladustamine | Raplamaa | Kehtna | Käbiküla | Ülejõe KÜ |

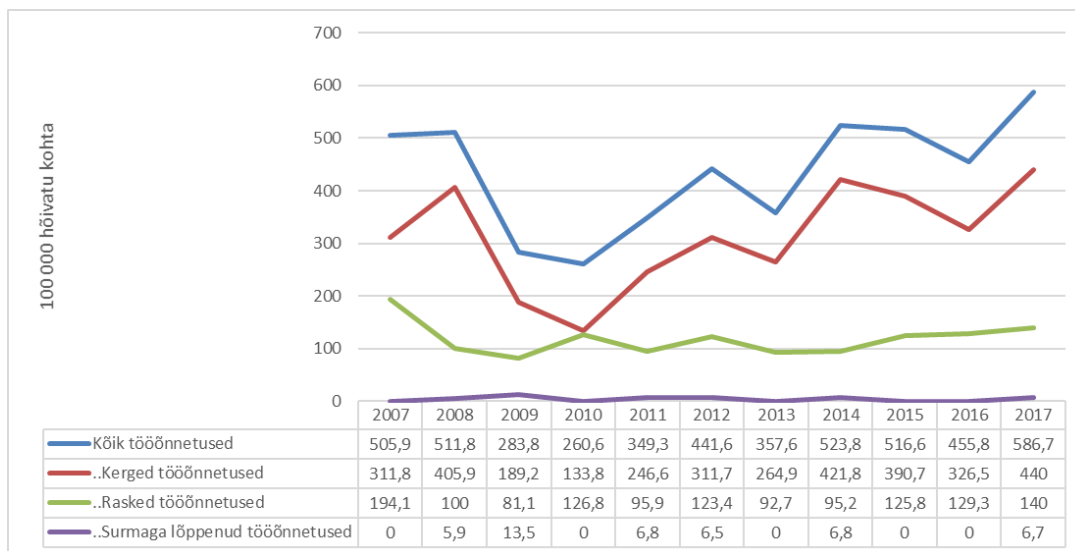
| | | | | | | |
|--|-----------|---|----------|--------|------------|---------------------|
| Airok OÜ - Valtu talu OÜ viljakuivati | gaas | vedelgaasi ladustamine | Raplamaa | Kehtna | Kaerepere | Väetiseküüni KÜ |
| Akzo Nobel Baltics AS | Värvid | üldine kemikaalide tootmine (eespool nimetamata) | Raplamaa | Rapla | | Kastani 7 |
| Elme Messer Gaas AS - Hapnikujaam | Gaas | keemiatööstuskäitised - tööstusgaasid | Raplamaa | Kehtna | Järvakandi | Tehaste 7 |
| Ingle AS Inglise ladu | Hulgimüük | ladustamine ja turustamine hulgi- ja jaemüügi puhul (v.a. vedelgaas) | Raplamaa | Kehtna | Inglise | Ingle |
| Ingle AS Rapla ladu | Hulgimüük | ladustamine ja turustamine hulgi- ja jaemüügi puhul (v.a. vedelgaas) | Raplamaa | Rapla | Valtu | Ingle |
| Saarioinen Eesti OÜ | Külmhoone | toiduainete ja jookide tootmine | Raplamaa | Rapla | Kalevi | Rebastemäe tee 1 |
| SALUTAGUSE PÄRMITEHAS AS | Pärm | toiduainete ja jookide tootmine | Raplamaa | Kohila | Salutaguse | Pärmitehase |
| Vedelgaas OÜ - Tavex OÜ viljakuivati | Gaas | vedelgaasi ladustamine | Raplamaa | Kehtna | Lokuta | |

5.11. Tööõnnetused

2009. a tööõnnetuste arvu järsu vähenemise taga võib olla mitmeid tegureid. Üheks neist oli töökeskkonna järelevalve tõhustamine tööinspektsiooni poolt ning teiseks tööandjate ja töötajate arvu vähenemine (majandussurutis). 2017. aastal on tööõnnetused jõudnud 10 aasta tagustele näitajatele järele. Nõ mõõna ajal oli vähem nii kergeid kui raskeid tööõnnetusi. Surmaga lõppevaid õnnetusi on Raplemaal väga üksikuid, sest siin ei ole suurtööstust. Kordaja 100 000 inimese kohta näitab, et õnnetuste arv järjest kasvab, seda aga eeskätt kergeid tööõnnetuste arvelt.



Joonis 78. Tööõnnetused aastatel 2007–2017 Raplamaal. Allikas: Tervise Arengu Instituut (TO01)



Joonis 79. Tööõnnetused Raplamaal (kordaja 100 000 16-pensionialise hõivatu kohta). Allikas Tervise Arengu Instituut (TO01)

Eestis juhtub iga päev 14 tööõnnetust! Raplamaal toimub keskmiselt iga nelja päeva tagant üks tööõnnetus.

Enim registreeriti Raplamaal tööõnnetusi töötleva tööstuse sektoritest puidutööstuses, keemiatoodete tootmises ning metalltoodete tootmises, samuti ehituse valdkonnas. Enim raske kehavigastusega lõppenud tööõnnetusi toimus puidutööstuses.

Valdav enamus rasketest juhtumitest on aga toimunud läbi libisemise, komistamise või kukkumise. Ehk sisuliselt sellised lihtsad juhtumid, kus tööohutusega nagu midagi tegemist ei olegi, kuid paraku kaasneb selliste juhtumite korral vigastusena luumurd ning väga pikk töövõimetuslehel olemine. Nende juhtumite puhul oli keskmiseks töövõimetuslehe pikkuseks 97 kalendripäeva!

2018. aastal registreeriti Raplamaal 102 tööõnnetust, millest 81 töid kaasa kerge ning 21 raske kehavigastuse. Ühtki surmaga lõppenud tööõnnetust Raplamaal 2018. aastal ei registreeritud. Jätkuvalt on enim tööõnnetusi puidutööstuses, põllumajanduses ning ehituse valdkonnas ning tööõnnetuste peamiseks põhjusteks ohutusnõuete eiramine töötajate poolt ning tööandjate poolt tegemata jäetud korralik töötajate väljaõpe ja juhendamine. Seega on üsna sageli tööõnnetuse toimumise eelduseks kellegi poolt ohutusnõuete eiramine ning seeläbi on ka õnnetused kerged tulema.

Allikas: Tööinspeksioon

5.12. Tervist edendavad töökohad

Tervist edendaval töökohal (TET) on tervise edendamine integreeritud ettevõtte igapäevase strateegilise juhtimise osaks.

Tervist edendava töökoha üheks eesmärgiks on vähendada kutsehaiguste ja -tööst põhjustatud haiguste osakaalu, tõsta töötajate terviseteadlikkust, parandada töökeskkonda ning kokkuvõtteks inimeste elukvaliteeti ja töövoimet.

Tabel 25. Rapla maakonnas TET võrgustikku kuuluvad üle-eestilised ja kohalikud ettevõtted/asutused

| Üle Eesti asuvad ettevõtted | Liitumise aasta | Kohalikud ettevõtted/asutused: | Liitumise aasta |
|---|-----------------|--------------------------------|-----------------|
| Selver AS | 2006 | Rapla Keskraamatukogu | 2006 |
| Elektrilevi OÜ | 2006 | Rapla Hooldekeskus | 2009 |
| G4S | 2006 | SA Hoolekandeesutused | 2009 |
| Lääne Prefektuur | 2006 | Järvakandi Kultuurihall | 2010 |
| Terviseamet | 2006 | Rapla Täiskasvanute Gümnaasium | 2010 |
| Omniva AS | 2006 | Rein Reisid | 2010 |
| Maksu- ja Tolliamet | 2007 | Inglise Arendusselts MTÜ | 2010 |
| Swedbank | 2011 | Kehtna Vallavalitsus | 2011 |
| Rimi Eesti Food AS (Säästumarket) | 2011 | Saarioinen Eesti OÜ | 2018 |
| Päästeamet | 2013 | | |
| Maanteeamet | 2014 | | |
| Tamro Eesti OÜ (Benu apteekide kett) | 2016 | | |
| AB "Lietuvos draudimas" Eesti filiaal/PZU kindlustus (Märjamaa esindus) | 2018 | | |

Allikas: Tervise Arengu Instituut

5.13. Üldkasutatavad spordirajatised ja terviserajad

Raplamaal on üle 130 spordirajatise ja spordiobjekti. Neist 9 on staadionid – kergejõustiku esindusstaadioniks on Kohila Spordikeskuse kergejõustiku- ja jalgpallistaadion, üleriigilisi võistlusi (kergejõustik, jalgpall, ragbi, vibusport) toimub 5 staadionil. Kergejõustikustaadion puudub seni Juurus, Järvakandis ja Raikkülas. Jalgpallistaadione on maakonnas 12. 2017. aastal avati Kabalas uus murukattega jalgpalliväljak, 2018. aastal alustati uue kunstmurukattega staadioni ehitust Raplas. Multifunktsionaalseid spordiväljakuid on 8. Uus kaasaegne spordihoone on planeerimisel Märjamaale.

Staadionid Raplamaal:

- ✓ Kohila kergejõustiku- ja jalgpallistaadion
- ✓ Rapla kergejõustiku- ja jalgpallistaadion
- ✓ Märjamaa kergejõustiku- ja jalgpallistaadion
- ✓ Kehtna kergejõustiku- ja jalgpallistaadion
- ✓ Kehtna tuletõrjespordi- ja jalgpallistaadion
- ✓ Kaiu kergejõustiku- ja jalgpalliväljak
- ✓ Lelle jalgpallistaadion
- ✓ Alu jalgpallistaadion
- ✓ Kabala jalgpalliväljak
- ✓ Juuru jalgpalliväljak
- ✓ Eidapere jalgpalliväljak
- ✓ Järvakandi jalgpalliväljak
- ✓ Varbola jalgpalliväljak
- ✓ Valtu SM kunstmurukattega jalgpallistaadion
- ✓ Kaerepere jalgpalliväljak

Muud spordirajatised

- ✓ Võimlaid/pallimängusaale on 21 – kõige esinduslikumad on Rapla Sadolin Spordihoone ja Kohila Spordihoone võimlad, kus saab korraldada nii üleriigilisi kui rahvusvahelisi võistlusi.
- ✓ Lasketiire on kokku 4, discgolfiradu 8, skateparke 5, lisaks 1 siseskatepark Kohilas, motokrossi-radu 4, tehnikaspordiradu 2 (kardirada).
- ✓ Välikorvpalliväljakuid on 8, välivõrkpalliväljakuid 7 ja rannavolle liivaväljakuid 9.
- ✓ Siseujulaid on maakonnas 2, ka kahes lasteaias on lastebasseinid (Kelluke ja Siller).
- ✓ Järvakandis on kaasaegne vibustaadion, kus viiakse läbi treeninguid ning maakondlikke, üleriigilisi ja rahvusvahelisi võistlusi.
- ✓ Kuusikul on lennuväli, võimalus tegeleda lennuspordi ja langevarjuspordiga.
- ✓ Ehitusjärgus ja endiselt keerulise/seljusetu tulevikuperspektiiviga on Paluküla tervisespordikeskus (asub piirangutega loodushoiualal). Järta tervisespordikeskuse terviserajale rajati discgolfirada.
- ✓ Maakonna tervisespordikeskuseks on Rapla Vesiroosi Gümnaasiumi ja Sadolin Spordihoone juures asuv Rapla Vesiroosi tervise- ja loodusrajad ja lisandunud on discgolfirada.
- ✓ Suusarajad: Paluküla suusarajad ja valgustatud mäenõlv (2 km valgustatud rada, 3 ja 5 km rajad); Keava mägede suusarada, Märjamaa terviserajad (1,8 ja 3 km), Järvakandi suusarajad, Kohila suusarada, Pirgu-Seli terviserada. Suusarajad asuvad ka koolide juures.

Terviserajad:

- ✓ Rapla Vesiroosi rada
- ✓ Pirgu rada
- ✓ Järvakandi rada
- ✓ Paluküla rada
- ✓ Kaiu rada
- ✓ Järta rada
- ✓ Kabala rada
- ✓ Kohila rada

Discgolfirajad:

- ✓ Pirgu rada
- ✓ Seli rada
- ✓ Paluküla rada
- ✓ Kaerepere rada
- ✓ Rapla rada
- ✓ Kohila rada
- ✓ Märjamaa Järta rada
- ✓ Valgu Lasteaed-Põhikooli rada
- ✓ Järvakandi rada

Allikas: Rapla Maakonna Spordiliit

Jalgrattarajad

Tabel 26. Jalgrattamarsruudid Raplamaal

| Raja nr | Marsruut | Pikkus |
|---------|---|--------|
| 161 | Rattaga ümber Rapla | 68 km |
| 162 | Rapla - Rabivere - Rapla | 53 km |
| 163 | Kaiu - Kuimetsa - Põlliku | 35 km |
| 164 | Kohila - Hageri - Kohila | 30 km |
| 165 | Kohila - Pahkla - Loone | 35 km |
| 166 | Lelle - Lungu - Käru | 35 km |
| 167 | Vigala - Avaste - Vängla | 25 km |
| 168 | Rattaga ümber Märjamaa | 33 km |
| 169 | Laukna - Maidla | 24 km |
| 170 | Järvakandi - Lokuta - Eidapere | 31 km |
| 171 | Juuru - Mahtra - Järlepa - Pirgu - Härkla - Juuru | 33 km |
| 172 | Rapla - Kehtna - Keava - Inglise - Rapla | 44 km |
| 173 | Rapla - Kuusiku - Kabala - Purku - Rapla | 35 km |
| 174 | Sillaotsa - Velise - Päärdu - Kilgi - Sillaotsa | 25 km |
| 175 | Rapla - Jalase - Ohukotsu - Kuusiku - Rapla | 40 km |

| | | |
|-----|--|-------|
| 176 | Vigala - Kaguvere - Teenuse - Vigala | 29 km |
| 177 | Toosikannu - Jõeküla - Kullimaa - Toosikannu | 31 km |
| 178 | Kehtna - Kalbu - Vastja - Keava - Kehtna | 25 km |

Olemas on ka rattaradade kaartide komplekt.

Orienteerumisrajad, orienteerumiskaardid:

- ✓ Juuru orienteerumiskaart
- ✓ Kaiu orienteerumiskaart
- ✓ Kehtna orienteerumiskaart
- ✓ Kivi-Vigala orienteerumiskaart
- ✓ Alu orienteerumiskaart
- ✓ Lümandu orienteerumiskaart
- ✓ Märjamaa orienteerumiskaart
- ✓ Pahkla orienteerumiskaart
- ✓ Pirgu orienteerumiskaart
- ✓ Raikküla orienteerumiskaart
- ✓ Rapla orienteerumiskaart
- ✓ Rapla Vesiroosi orienteerumiskaart
- ✓ Rõa orienteerumiskaart
- ✓ Tarsi orienteerumiskaart
- ✓ Rapla Ööbiku orienteerumiskaart

Matka- ja loodusrajad:

- ✓ Kaiu – Kuimetsa - Põlliku matkarada (jalgrattarada)
- ✓ Paluküla liikumisrada (jalgrattarada)
- ✓ Nelja Kuninga Tee (160 km) haarab kolme maakonda, Harju-, Rapla- ja Järvamaad, tähistades Jüriöö ülestõusu. Läbib Varbolat, Raikküla, Keavat, Vahastut ja Kuimetsa.
- ✓ Mukre raba matkarada
- ✓ Loosalu-Paluküla õpperada (7 km)
- ✓ Kuimetsa karstiaala (3 km)
- ✓ Pae karstiaala
- ✓ Jalase-Sõbessoo matkarada (2 km)
- ✓ Raikküla rada (3 km), algab Raikküla bussipeatuse parklast. Pakamäe orus on puhke- ja lõkkekoht.
- ✓ Vana-Vigala looduse õpperada

Ratsutamise võimalused:

- ✓ Maasikmäe talu ratsamatkad
- ✓ Ratsutamisklubi "Sõber" Kehtna tall
- ✓ Madise talu Lau küla
- ✓ Kuusiku tall
- ✓ Vinguti-Juurimaa talu, Märjamaa vald
- ✓ Elupuu talu, Lipametsa küla, Raikküla vald

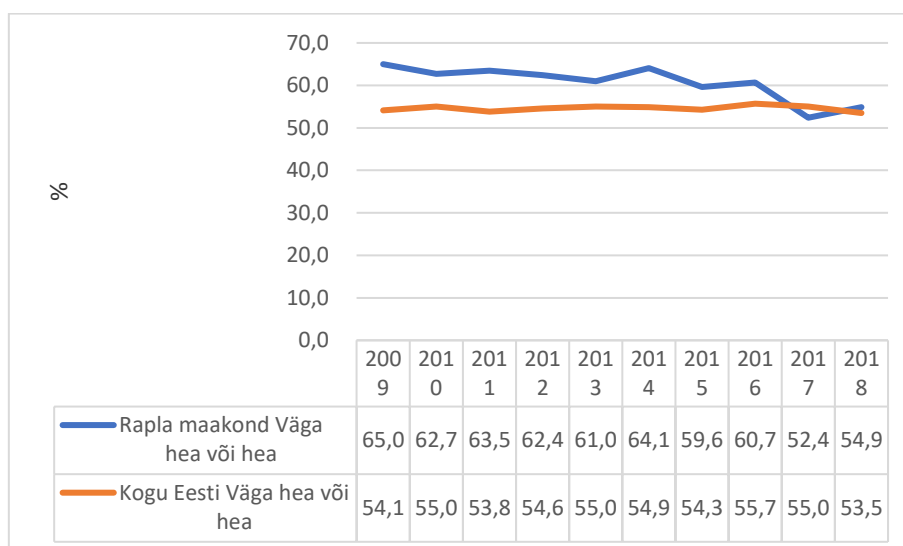
VI TERVISLIK ELUVIIS

6.1. Subjektivne tervise enesehinnang

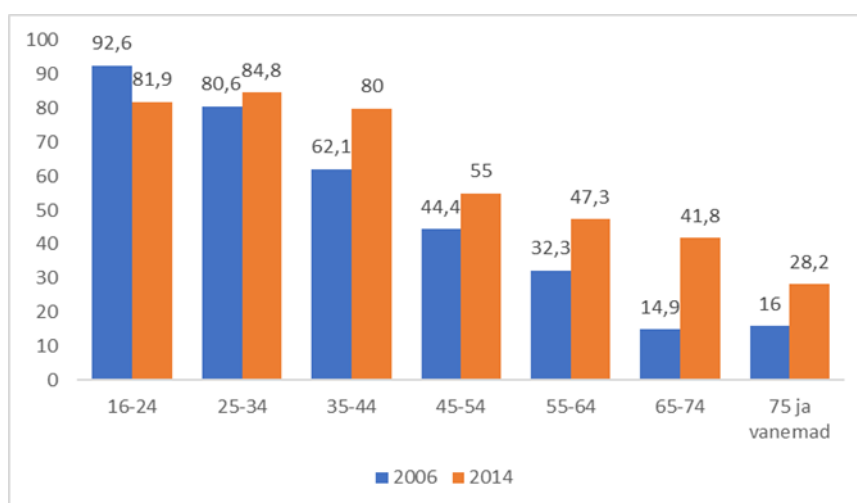
Tervise enesehinnang on üldist tervise olukorda kajastav näitaja, mis peegeldab ühtaegu nii inimese subjektiivset kui ka objektiivset tervist. Tervises seisund seostub sellega, mil määral on inimene oma eluga üldiselt rahul. Positiivne tervise enesehinnang näitab, kui paljud peavad oma tervist heaks või väga heaks.

Viimasel kümnendil on Raplamaa oma tervist positiivselt hindavate inimeste osakaal langenud pea 10% võrra (2009 – 65,0%, 2018 – 54,9%). Viimasel paaril aastal langes näitaja Eesti keskmisest näitajast isegi allapoole, kuigi on eelnevalt olnud parem.

Vanuserühmiti on huvitav see, et nooremas eas on tervise enesehinnang langenud ja vanemas eas on see paranenud, kui võrrelda aastaid 2006 ja 2014.

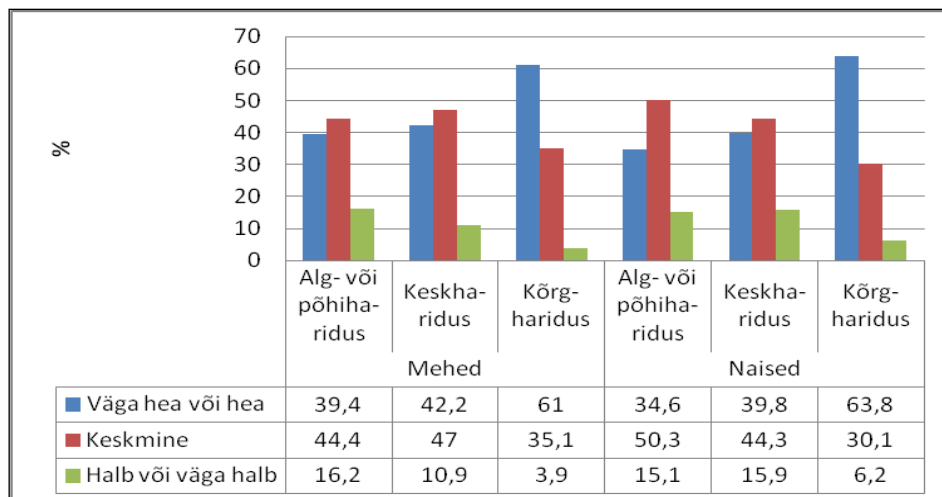


Joonis 80. Oma tervist heaks või üsna heaks hinnanud tööeliste elanike osakaal Raplamaal.



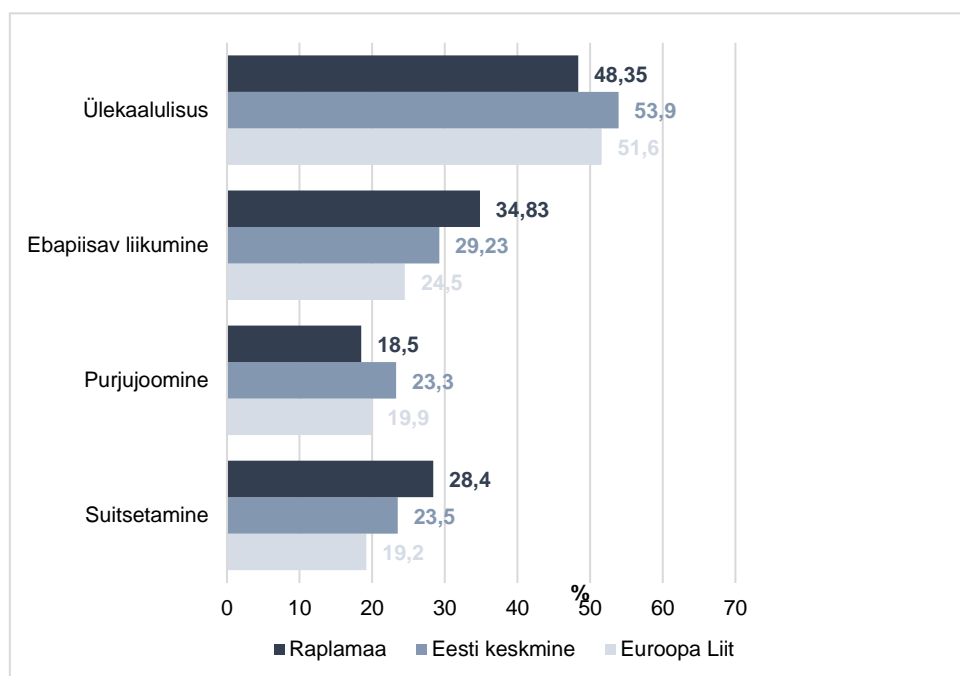
Joonis 81. Positiivne tervise enesehinnang Kesk-Eestis (Järvamaa, Raplamaa, Lääne-Virumaa) vanuserühmade kaupa. Allikas: Tervise Arengu instituut, tervisekäitumise uuring (ETU101)

Kui vaadata kogu Eesti andmete võrdlust soo ja haridustaseme lõikes, on selgelt näha, et kõrgharidusega inimesed peavad oma tervist kõige paremaks ning mida madalam on haridustase, seda rohkem peetakse oma tervist halvaks või väga halvaks. Andmed pärinevad küll aastast 2011 paikkonna terviseuuringust, aga see on üldine tõdemus, et kõrgharidusega inimestel ongi tervis oluliselt parem kui madalama haridustasemega inimestel.



Joonis 82. Tervise enesehinnang soo ja haridustaseme järgi Eestis.
Allikas: Tervise Arengu instituut, paikkonna terviseuuring 2011

2014. a. näitajate alusel oli Raplamaa elanikkond võrreldes Eesti ja Euroopa näitajatega ülekaalususe osas positiivne. Küll aga oli liikumine ebapiisav ja suitsetati rohkem kui Eestis ja Euroopas. Purjujoomise näitajad olid paremad.



Joonis 83. Tervisenäitajad Rapla maakonna, Eesti ja ELi võrdluses. Osatähtsus elanikkonnast (2014). Allikad: Tervise Arengu instituut, tervise ja heaolu ülevaade 2018

6.2. Füüsiline aktiivsus

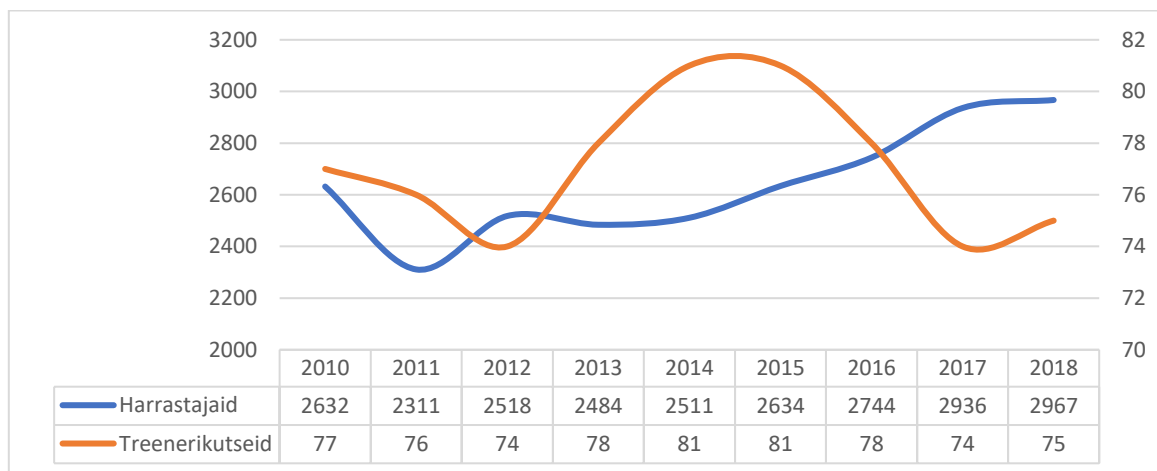
6.2.1. Spordi valdkonna näitajad

Raplamaal on 66 spordiorganisatsiooni, 7 spordikooli, 2947 harrastajat, 77 treenerikutset, 100 treeneri töökohta ja 134 spordiobjekti.

Tabel 27. Spordinäitajad valdade kaupa 2018.aastal. Allikas: Eesti Spordiregister

| KOV | Spordiorganisatsioonid | Harrastajad spordiklubides | Spordikoolid | Treenerikutset | Spordiobjektid |
|----------|------------------------|----------------------------|--------------|----------------|----------------|
| Kehtna | 11 | 266 | | 16 | 28 |
| Kohila | 9 | 491 | 4 | 17 | 21 |
| Märjamaa | 10 | 480 | | 14 | 26 |
| Rapla | 36 | 1710 | 3 | 30 | 42 |

Kõige rohkem on spordiklubisid Raplas, samuti harrastajaid, kes on spordiklubidega seotud. Spordiregistris on kirjas ainult ametlikud spordiklubid ning paljud harrastajad, kes tegelevad igapäevaselt mõne treeninguga, siin kindlasti ei kajastu.



Joonis 84. Raplamaa spordiharrastajate ja treenerikutse omajate arvud. Allikas: Eesti Spordiregister

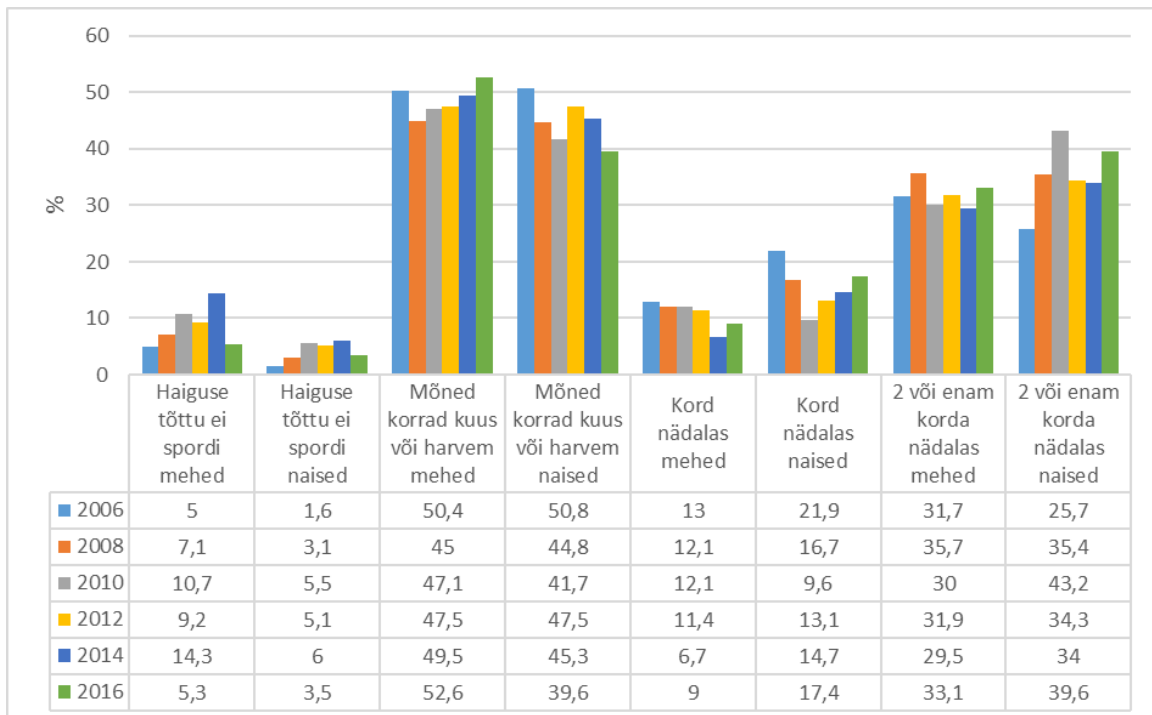
Harrastajate arv tõuseb järjepidevalt alates 2011. aastast. Treenerikutse omajaid on 2010. aastast alates igal aastal umbes sama palju (74–81). Treenerikutse peaks olema kõikidel treeneritel, kes lastega tegelevad, kuid kõikidel siiski ei ole.

Raplamaa spordielu süda on Rapla Maakonna Spordiliit (Rapla MSL), mille alla kuulub 32 klubi, neist noortega tegelevad 26 ehk 80% klubidest. Spordiliidu tegevuses on rõhuasetus eelkõige liikumisharrastuse ja noortesporti (sh koolisporti) toimimisel ning järjekindlal arengul. Sporditegevuse koordineerimisel ning liikumissarjade, võistlussüsteemide täiendamisel toetatakse omaalgatusele ja alakesksele juhtimisele. Spordiliit omab, haldab ja jagab üldist spordiinfot maakonnas.

6.2.2. Liikumisaktiivsus

Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringut viiakse ellu üle aasta ja valimis on üle Eesti 5000 inimest vanuses 16–65. Kesk-Eesti gruppi kuuluvad Järvamaa, Raplamaa ja Lääne-Virumaa. Kuna paikkonnas ei tehta spetsiaalset uuringut, saame analüüsida olukorda olemasolevate andmete põhjal.

Võrreldes naiste ja meeste liikumisharjumusi, võib öelda, et naised on aktiivsemad. Naised teevad võrreldes meestega rohkem trenni (2 või enam korda nädalas). Oluliselt rohkem mehi ei tegele liikumisega haiguse tõttu. Pooled mehed teevad trenni kas kord või harvem kuus ehk tegelikult ei tee trenni. See näitaja oli naiste puhul nt 2016. aastal oluliselt väiksem – 13% võrra (mehed 52,6%, naised 39,6%). Võib öelda, et kolmandik tööealisest elanikkonnast tegeleb liikumisharrastusega kaks ja rohkem korda nädalas. Kaks kolmandikku ei tegele vabal ajal sportimisega üldse.



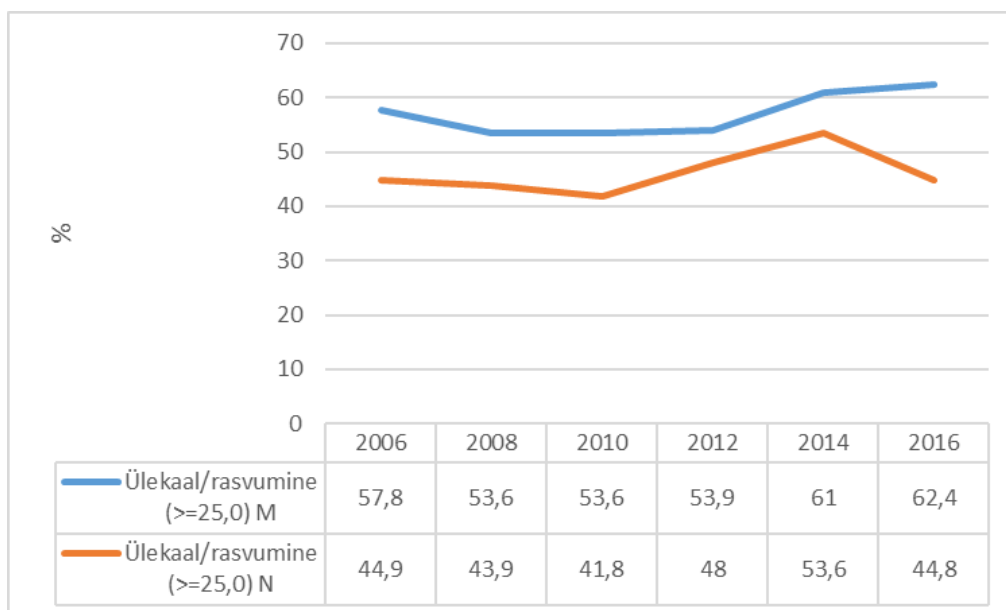
Joonis 85. Vabal ajal vähemalt poole tunni vältel tervisepordi harrastamise sagedus Kesk-Eestis.
Allikas Tervise Arengu Instituut (TKU33)

6.3. Ülekaalulisus ja rasvumine

Ülekaalulisus on Eesti elanike seas kasvav probleem. Kümne aasta jooksul on ülekaaluliste ja rasvunud tööealiste inimeste arv kasvanud 46,4%-lt 51,7%-ni. Kuigi kaaluprobleem on naiste jaoks olulisem ja seega tundub nagu ülekaal kimbutaks rohkem naisi, on olukord vastupidine – ülekaalus mehi on oluliselt rohkem kui naisi ja seda igas vanusegrupis. Kesk-Eestis oli 2016. aastal ülekaalulisi tööealisi mehi üle 62% ja naisi ligi 45%.

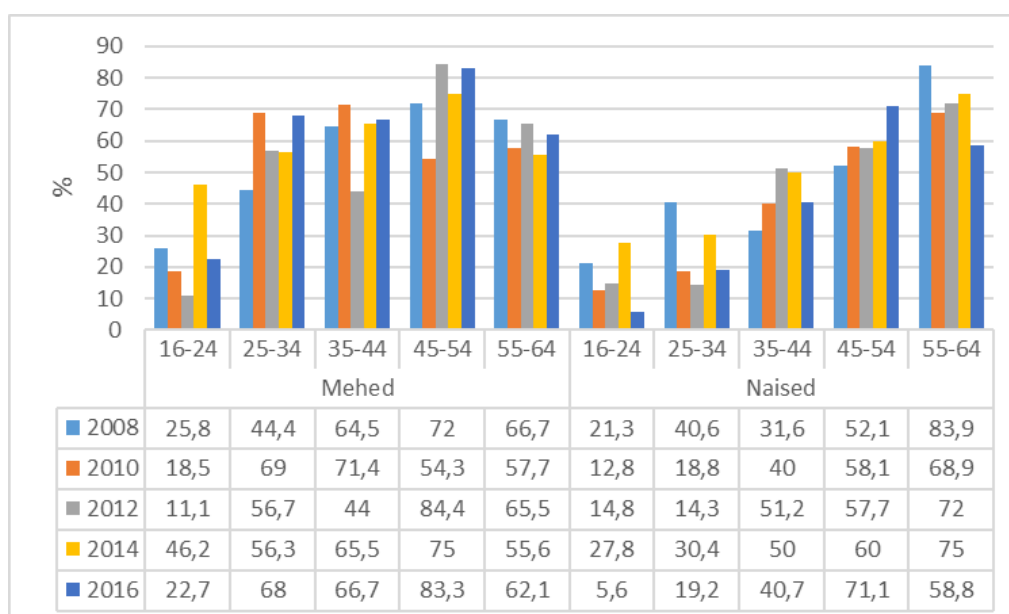
Kesk-Eesti ja Eesti keskmiste näitajate vahel ülekaalu osas olulist vahet ei ole (Kesk-Eesti 2016. a. 53,3 ja Eesti keskmine näitaja 51,7%).

Kehamassiindeks (KMI) näitab inimese kaalu ja pikkuse suhet. Seda kasutatakse rasvumise määramiseks ning südame-veresoonehaiguste haigestumise riski hindamiseks.



Joonis 86. Kehamassiindeksi näitajad Kesk-Eestis meeste ja naiste võrdluses (16–64, %).
Allikas: Tervise Arengu Instituut, täiskasvanute tervisekäitumise uuring (TKU43)

Vanuserühmade võrdluses on mehed igas vanuses naistest ülekaalusisemad: näiteks vanuses 16–24 on meeste hulgas isegi kuni 4 korda rohkem ülekaalulisi kui naiste hulgas ja vanuses 25–34 rohkem kui kolm korda rohkem. Naiste kaal hakkab kasvama peale 35. eluaastat, kõige suurem ülekaaluliste arvu tõus on toimunud vanuserühmas 45–54, kus näitaja on kogu aeg kasvanud (2006 oli 52,1% ja 2016 – 71,1% naistest ülekaalulised). Järgmises vanuserühmas aga on ülekaaluliste naiste osakaal järjest vähenenud, jõudes 2016. aastal 58,8%-ni. Meeste ülekaal saavutab kulminatsiooni vanuserühmas 45–54 jõudes 2016. aastal 83,3%-ni. Ehk rohkem kui kolmveerand sellevanustest meestest on ülekaalulised või rasvunud!



Joonis 87. Ülekaal/rasvumine (kehamassiindeks >=25,0) soo, vanuserühma ja piirkonna järgi vanuserühmade võrdluses (%). Allikas: Eesti tervisekäitumise uuring (TKU43)

6.4. Toitumine

Tervisliku toitumise peamisteks näitajateks on vähemalt kuuel päeval nädalas värsket juurvilja ja värskaid puuvilju või marju söönute osakaal. Puu- ja köögivilja peaks sööma 5 peotäit ehk portsjonit päevas – 2 portsu puuvilja ja 3 portsu köögivilja. Tabelist on näha, et kui puuvilju süüakse kõikides vanuserühmades peaaegu normi piires, siis köögivilju süüakse oluliselt vähem.

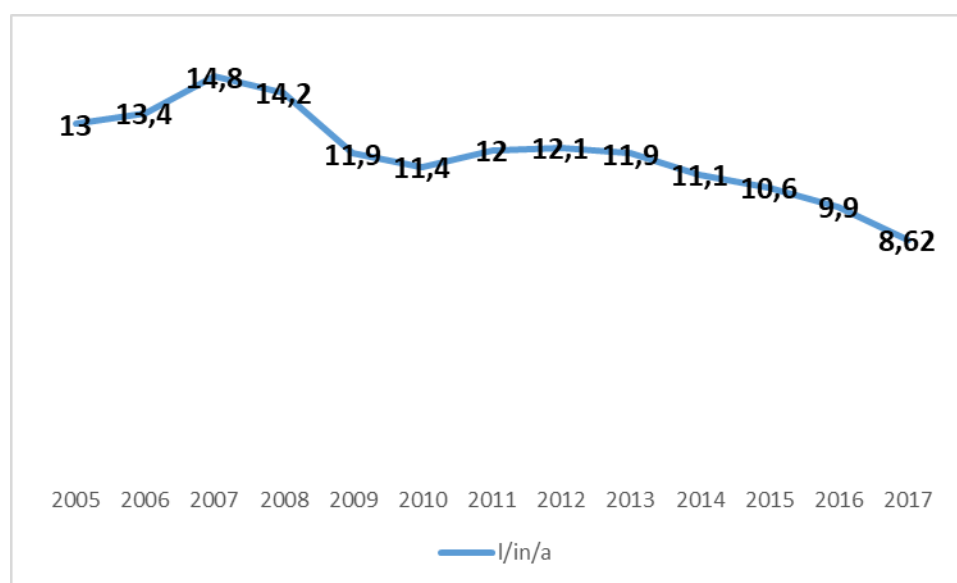
Tabel 28. Puu- ja köögivilja söömine Kesk-Eestis ja Eestis (ärva, Lääne-Viru ja Rapla maakond). Allikas: Tervise Arengu Instituut, rahvastiku toitumise uuring 2013–2014 (RTU046)

| Vanuse-grupid | Puu- ja köögiviljad | Puuviljad | Köögiviljad |
|---------------|---------------------|-----------|-------------|
| 2-9 | 4 | 2 | 1,9 |
| 10-17 | 3,9 | 2,1 | 1,9 |
| 18-64 | 3,7 | 1,9 | 1,8 |
| 65-74 | 3,7 | 1,9 | 1,8 |

6.5. Alkoholi tarvitamine

Alkoholi tarbimine näitab kogu riigis vähenemise trendi. Alkoholipoliitika on muutunud konservatiivsemaks. Kui 2007. aastal oli Eesti rahvas saavutanud rekordilise alkoholitarbimise taseme – ca 15 liitrit inimese kohta absoluutset alkoholi aastas – siis 2017. aastaks on see langenud 8,62-ni.

Maailma Terviseorganisatsiooni hinnangul on 6 liitrit elaniku kohta piir, millest alates tekivad olulised kahjud rahva tervisele. Eesti alkoholipoliitika rohelises raamatus on valitsus võtnud eesmärgiks vähendada alkoholitarvitamist püsivalt 8 liitrini elaniku kohta.



Joonis 88. Absoluutse alkoholi tarvitamine aastas (l/in kohta) Eestis 2005–2017.
Allikas: Konjukturiinstituut

Eesti kuulub põhjamaise alkoholitarvitamise kultuuriga maade hulka, kus alkoholi tarvitatakse korraga suurtes kogustes eesmärgiga end purju juua. Kontinentaalse joomiskultuuriga maades tarvitatakse alkoholi peamiselt toidu kõrvale ning väiksemates kogustes.

- ✓ Purju joomiseks loetakse korraga vähemalt 6 alkoholiühiku tarvitamist
- ✓ Iga neljas mees joob end purju vähemalt korra nädalas, pooled meestest vähemalt korra kuus
- ✓ Naised purjutavad harvem, vähemalt korra kuus joob end purju 15% naistest (Alkoinfo.ee)

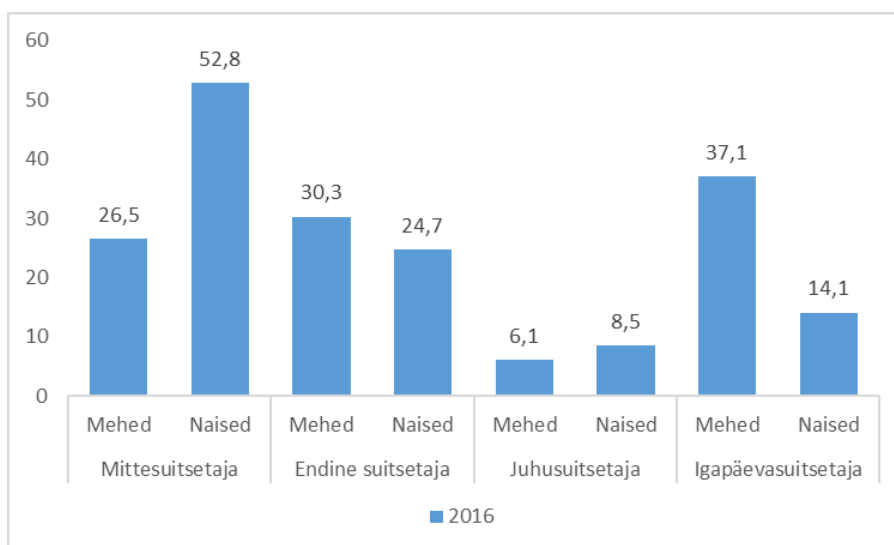
Tabel 29. Alkoholi tarvitamise sagedus viimase 12 kuu jooksul Kesk-Eestis. Allikas: Tervise Arengu Instituut, Eesti rahvastiku tervisekäitumise uuring (TKU23)

| | | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 |
|--|--------|------|------|------|------|------|------|
| Üldse mitte või mõned korrad aastas | Mehed | 19,3 | 18,3 | 17 | 21,5 | 28,9 | 21,8 |
| | Naised | 45,7 | 40,4 | 47,2 | 49,8 | 50 | 53,5 |
| Mõned korrad kuus | Mehed | 29,3 | 35,2 | 36,2 | 34,7 | 31,7 | 34,6 |
| | Naised | 44,6 | 45,6 | 38,2 | 41,1 | 40,1 | 35,2 |
| Vähemalt mõned korrad nädalas | Mehed | 51,4 | 46,5 | 46,8 | 43,8 | 39,4 | 43,6 |
| | Naised | 9,7 | 14 | 14,6 | 9,1 | 9,9 | 11,3 |

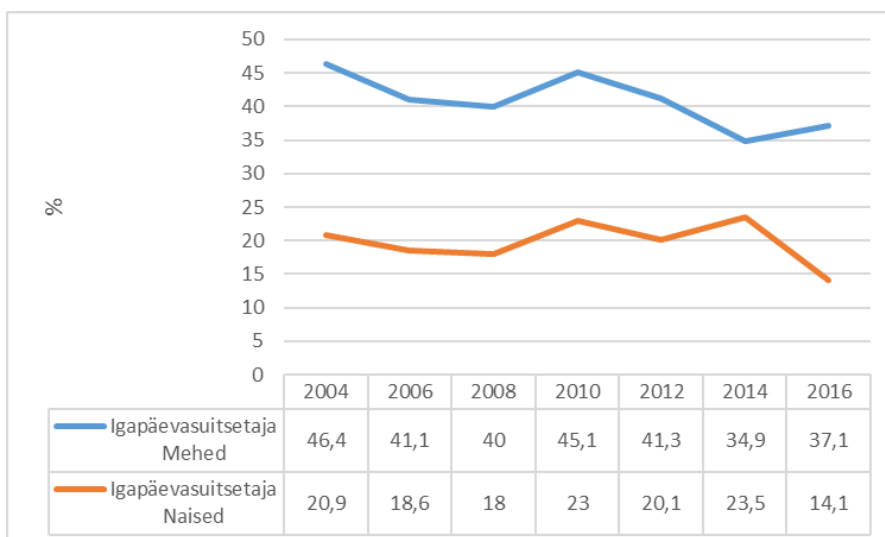
6.6. Suitsetamine

Kesk-Eesti oli suitsetajate osakaal 2016. aastal meeste seas 43,2% (sh juhusuisetajad ja igapäevasuisetajad) ning naiste seas 22,6%. Kolmandik meestest ja neljandik naistest on suitsetamisest elu jooksul loobunud, nii on mittesuisetajate ridades mehi 56,8% ja naisi 77,5%. Igapäevasuisetajate osakaal on kümne aasta jooksul vähenenud nii meeste kui naiste osas.

Võrreldes Eesti keskmiste näitajatega on Kesk-Eestis suitsetajaid rohkem (Eesti keskmine 2016 – 29,1%, Kesk-Eesti – 32,5%).



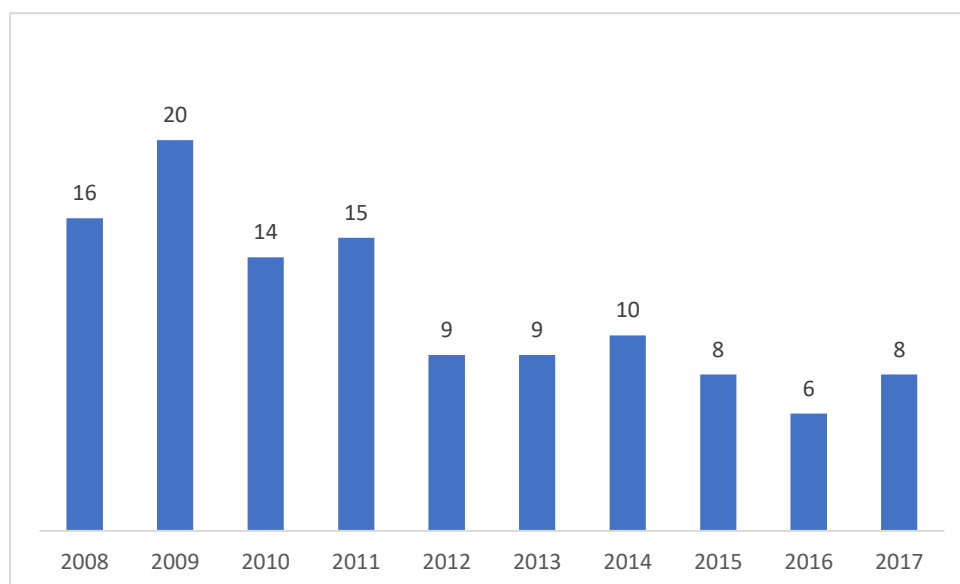
Joonis 89. Suitsetamine 2016. aastal Kesk-Eestis. Allikas: Tervise Arengu Instituut. Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring (TKU53)



Joonis 90. Suissetamine soo ja piirkonna järgi Kesk-Eestis. Allikas: Tervise Arengu Instituut (TKU53)

6.7. Suissetamine raseduse ajal

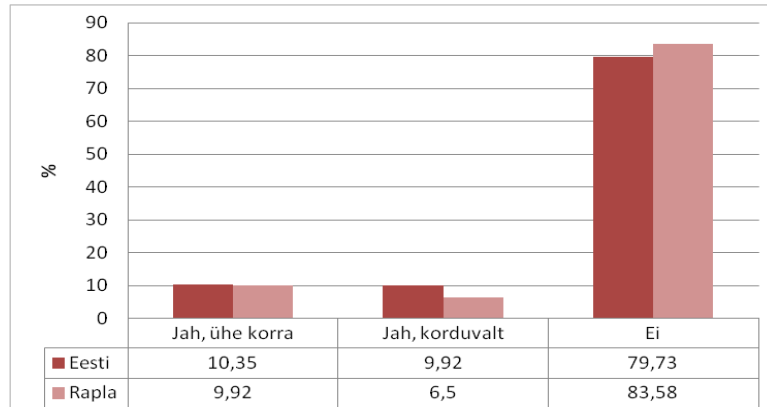
Suissetavate rasedate arv on 2009. aasta tippnäitajaga võrreldes vähenenud 2,5 korda, kuid on jäänud Eesti keskmisest näitajast siiski kõrgemaks (2015 – 7,2%). Ka üldine suissetamine on langustrendis. Ehk see tähendab ka seda, et naised on muutunud arukamateks, ohte teatakse rohkem, teadlikkus on suurenenud. Rasedusaegsest tervisekäitumisest sõltub tulevase lapse tervis.



Joonis 91. Suissetavate naiste osakaal sünnitajatest (%) Raplamaal. Allikas: Tervise Arengu Instituut (SR80)

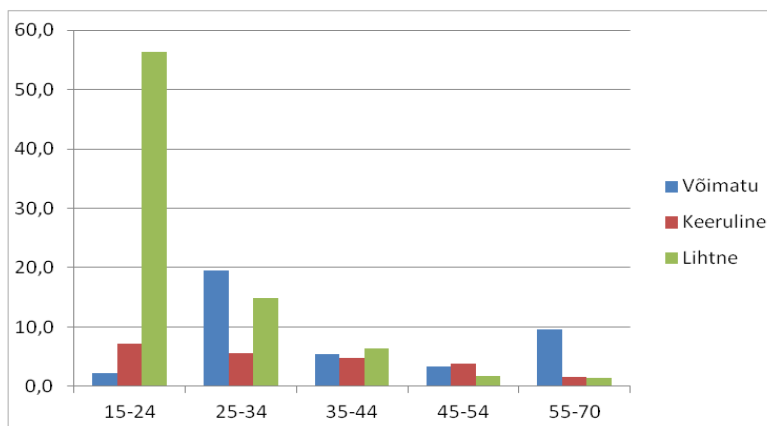
6.8. Narkootikumide tarvitamine

Narkootikumide tarbimise osas on raplamaalased tagasihoidlikumad kui teiste sõltuvusttekitavate ainete (alkohol, tubakas) osas. Kuigi ka täiskasvanud väidavad, et nt kanepitooteid on Raplamaal väga lihtne kätte saada, on narkootikumide tarbimine Eesti keskmisest madalam ja narkootikumide tarbimine üldse väike – üle 80% tööealisest elanikkonnast ei ole kunagi kanepit proovinud ning korduvalt on kasutanud 7%. Muid narkootikume (ergutid jms) ei ole kunagi proovinud üle 93% elanikkonnast, mis on samuti Eesti keskmisest kõrgem (89%).

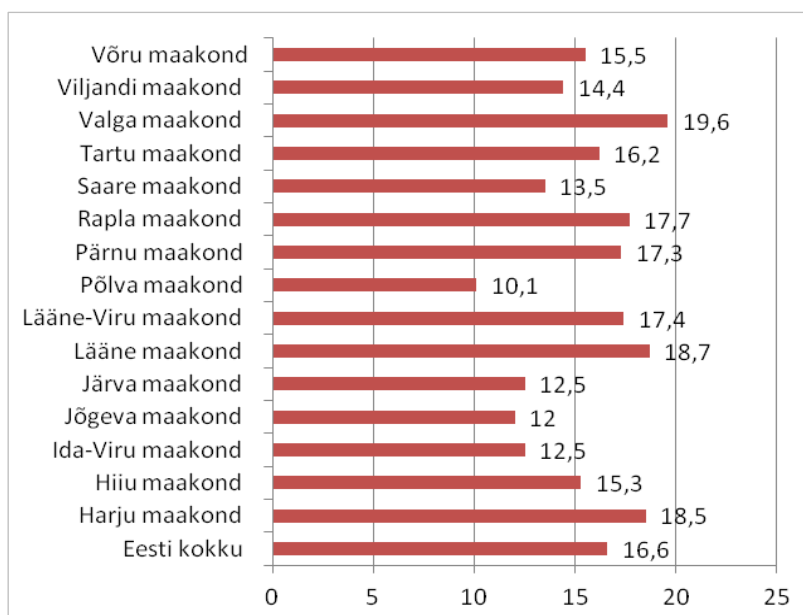


Joonis 92. Elu jooksul kanepit tarvitanud Eesti ja Raplamaa võrdluses 2011.
Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõjurite uuring 2011

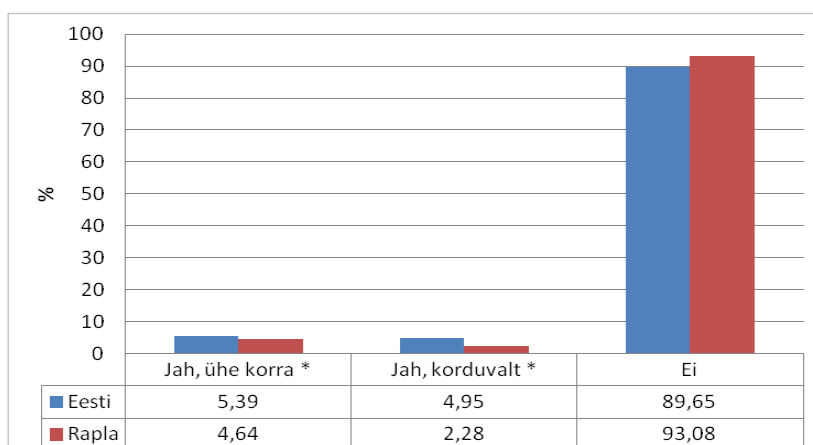
Noored vanuserühmas 15–24 väidavad, et kanepit on väga lihtne kätte saada. 18% kõigist küsitletutest vastasid, et Raplamaal on narkootikume lihtne kätte saada, mis on Eestis üks kõrgemaid näitajaid.



Joonis 93. . Kanepi hankimise keerukus vanuserühma järgi Raplamaal (%).
Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõjurite uuring 2011



Joonis 94. Kanepi lihtne kättesaadavus maakondade võrdluses (%).

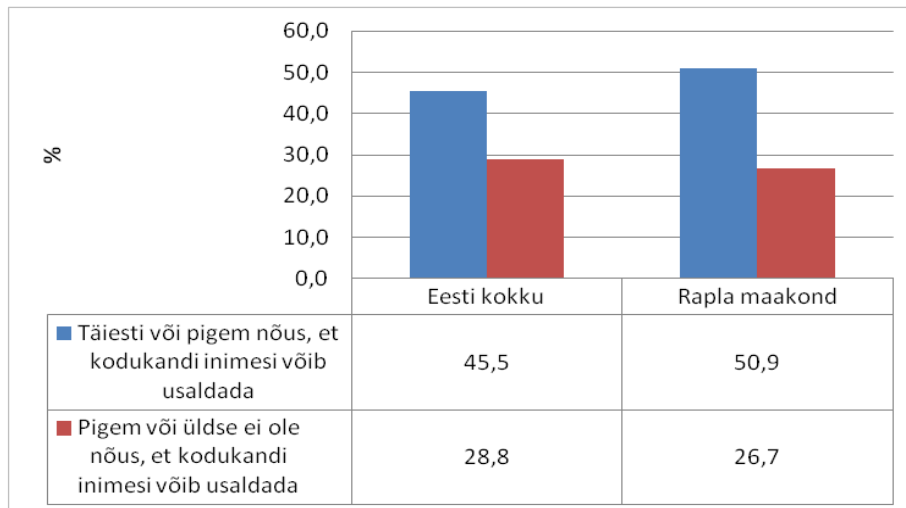


Joonis 95. Elu jooksul teisi narkootikume (nt ecstasyt, amfetamiini, kokaiini, heroini) tarvitanud inimesed (%) Eesti ja Raplamaa võrdluses. Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõjurite uuring 2011

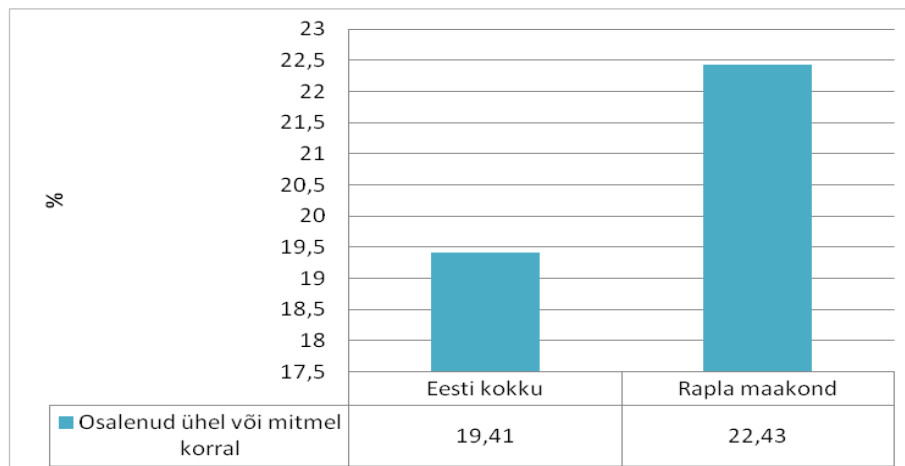
6.9. Sotsiaalne turvalisus

Raplamaalased usaldavad oma kodukandi inimesi rohkem kui Eestis keskmiselt – pea 51% (Eestis 45,5%) usaldab. Siiski arvab ca 27 % inimestest, et kodukandi inimesi ei saa usaldada.

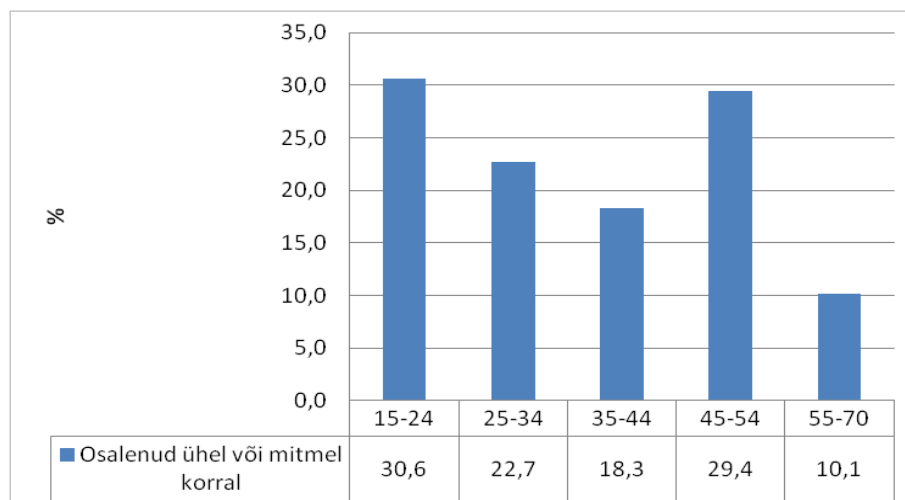
Raplamaalased on teadlikud ja osalenud kodukandis erinevatel terviseüritustel, võrreldes Eesti keskmisega (19,4%) veidi rohkemgi (22,4%). Aktiivsemad vanuserühmad on 15–24 ja 45–54. Kõige passiivsem on vanuserühm 55–70, mida peetakse tavapäraselt just kõige aktiivsemaks.



Joonis 98. Oma kodukandi inimeste usaldamine. Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõjurite uuring 2011

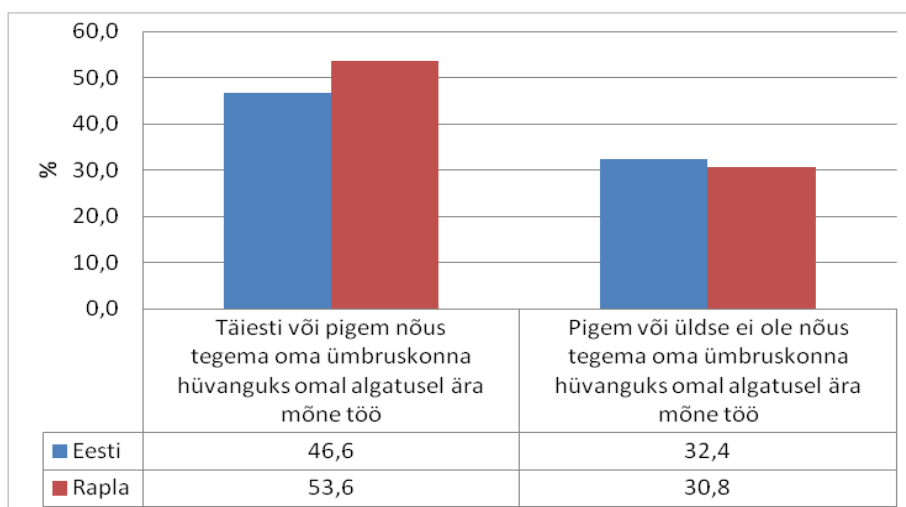


Joonis 97. Osalenud ühel või mitmel korral kodukandis toimivanud terviseüritusel Eesti ja Raplamaa võrdluses. Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõjurite uuring 2011.



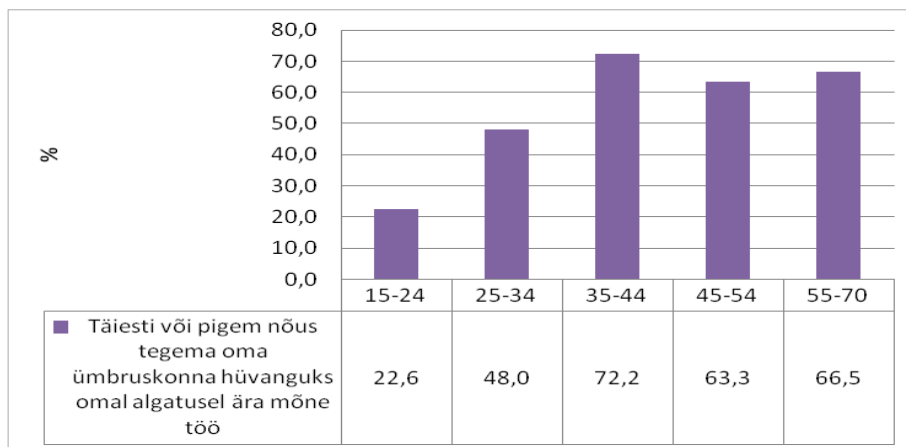
Joonis 96. Osalemine terviseüritustel Raplamaal vanusegruppide võrdluses. Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõjurite uuring 2011

Vabatahtlikult ollakse Raplamaal valmis tegema kodukandi hüvanguks mõni töö (54%), mis on kõrgem kui Eestis keskmiselt (47%). Siiski üle 30% inimestest ei ole selle väitega nõus ning ei ole ise valmis kaasa lööma.



Joonis 99. Valmidus teha oma kodukandis vabatahtlikult ära mõni töö Eesti ja Raplamaa võrdluses. Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõurite uuring 2011

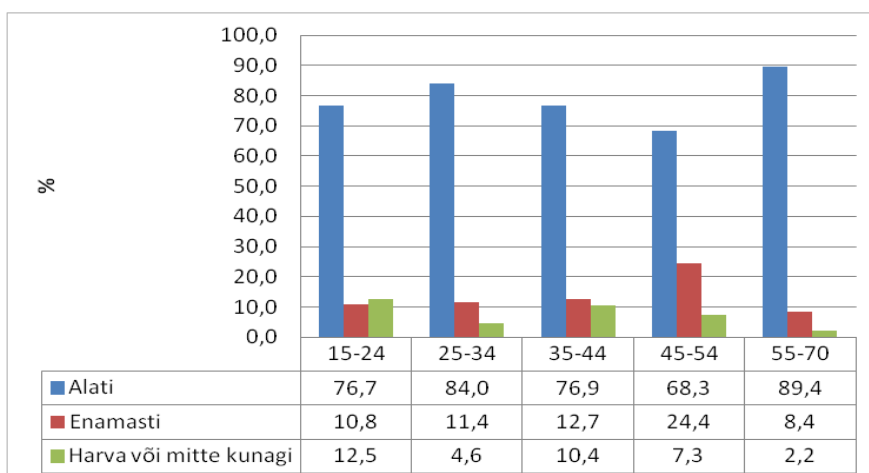
Kõige altimad vabatahtlikult kodukandi hüvanguks panustama on vanuserühm 35–44 ja vanemad. Noortest on omaalgatustlikult übruskonna hüvanguks valmis tegutsema ca 23%.



Joonis 100. Valmidus teha oma kodukandis vabatahtlikult ära mõni töö Raplamaal vanuserühmade võrdluses. Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna terviseõurite uuring 2011

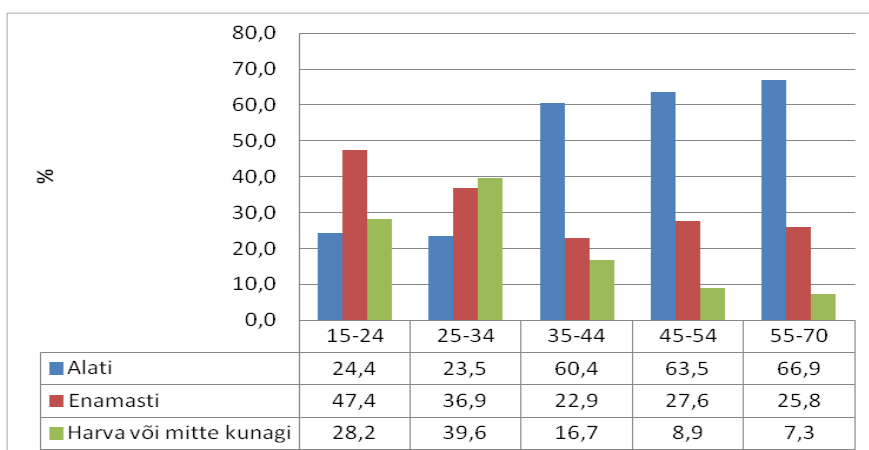
6.10. Turvakäitumine

Autos kasutavad turvavööd kõige sagedamini ja seaduskuulekamalt eakamad inimesed (vanuserühm 55–70), kõige harvem aga vanuserühm 45–54! Mitte kunagi ei kasuta turvavööd kõige sagedasemini noored vanuses 15–24 (12,5%).



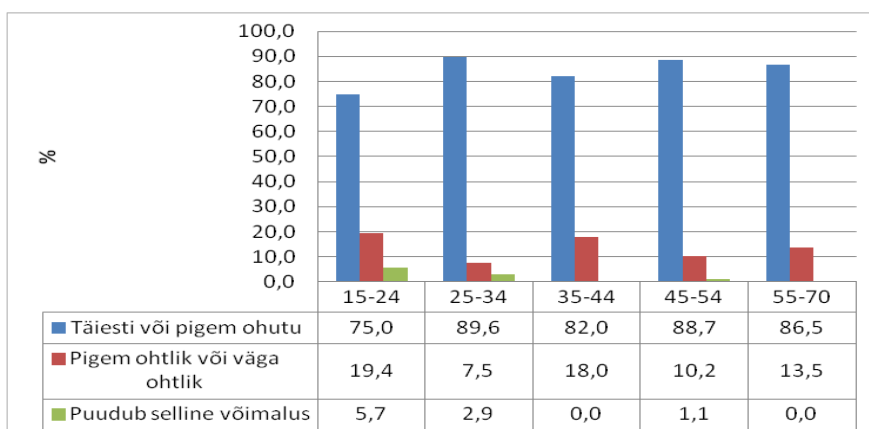
Joonis 101. Autos turvavöö kasutamine Raplamaal vanuserühmade võrdluses.
Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna tervisemõjurite uuring 2011

Helkurit kannavad kõige paremini 55–70 aastaste vanuserühm (92% kannab helkurit) ning kõige halvemini 25–34 aastased (60 % kannab).



Joonis 102. Helkuri kandmine Raplamaal vanuserühmade võrdluses 2011.
Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna tervisemõjurite uuring 2011

Kergliiklusteid on Raplamaale rajatud järjest rohkem, kuid ikkagi ei ole kogu maakond rahuldavalt kaetud. Jalgrattaga sõitmine Raplamaal on 20% noorte (15–24 a) meelest väga ohtlik. Ülejäänud vanusegrupid peavad aga rattasõitu 82– 90 % ulatuses täiesti või pigem ohutuks.



Joonis 103. Ohutus jalgrattaga sõitmisel Raplamaa rahva arvates vanuserühmade lõikes.
Allikas: Tervise Arengu Instituut, paikkonna tervisemõjurite uuring 2011

6.11. Tervisealase teabe kättesaadavus

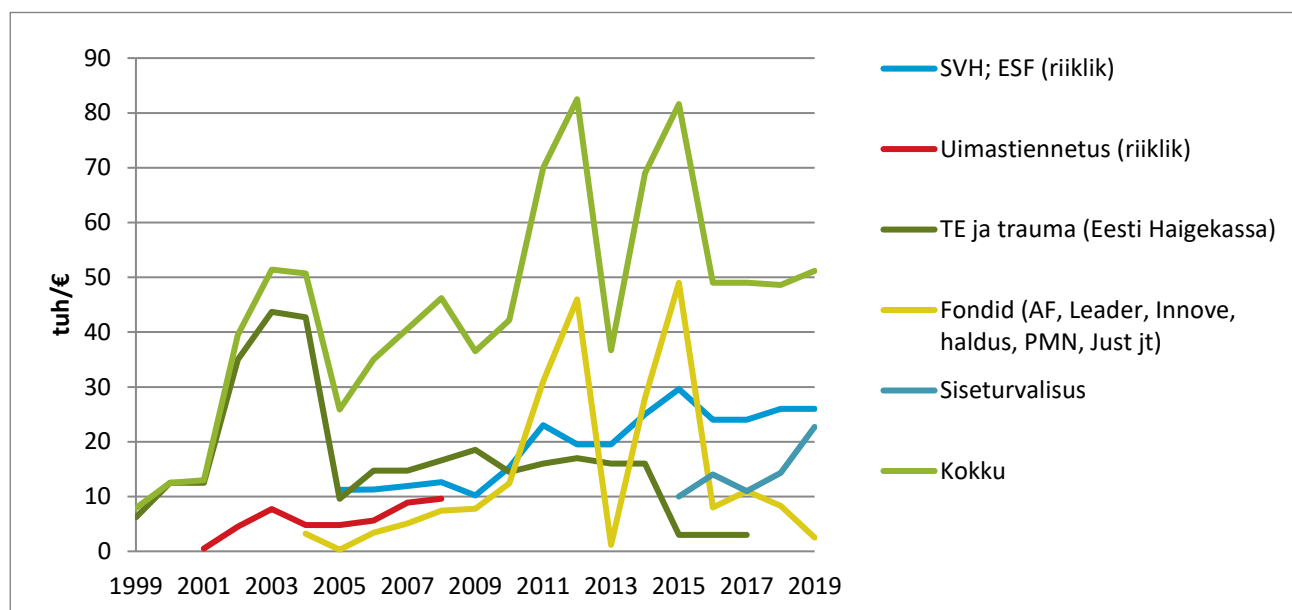
- ✓ Tervisedenduse metoodikakabinet asub Raplamaa Omavalitsuste Liidu kontoris. Siin on kättesaadavad kõik Eestis jagamiseks mõeldud ja väljaantud teabematerjalid. Kabinetti külastavad koolide ja lasteaedade töötajad, õpilased, võrgustiku liikmed.
- ✓ Rapla maakonna tervisedenduse kodulehekülge asub veebilehel www.raplatervis.ee ja Raplamaa Omavalitsuste Liidu kodulehel. Koduleht on aastast 2001. Koduleht on eeskätt töövahendiks tervisedenduslikule võrgustikule, aga ka laiematele sihtrühmadele.
- ✓ Aastast 2013 on Raplamaa tervisedendusel ka Facebooki leht.
- ✓ Maakonnalehes Raplamaa Sõnumid on ilmunud alates 2000. aastast tervise erilehed. Alates aastast 2004 kandis väljaanne pealkirja Tervise Edendaja. Terviseleht ilmus tavaliselt kord kvartalis. Erileht oli formaadis A3 4 lehekülge. 2009. aasta novembris ilmus Tervise Edendaja brošüüri vormis (16 lk formaadis A4) – tegemist oli Eesti II Safe Community konverentsi eriväljaandega. Ajalehe väljaandmiseks oli toimetuse poolt määratud vastav toimetaja. Alates 2005. aastast oli selleks Maire Kõrver, 2014. aastast Stina Andok. Maakonnalehe tiraaž on olnud 3500–3100 eksemplari. Lugejaküsitluse põhjal on olnud Tervise Edendaja lugejate poolt hästi hinnatud. Alates aastast 2019 erilehti enam välja ei anta, vaid infot jagatakse lehes jooksvalt.
- ✓ Tervisedendaja saadab päevakajalisi artikleid vallalehtedele, mis võimalusel avaldatakse. Samuti avaldatakse kohaliku tervisenõukogu ja tervisedendajate kirjutisi, politsei, pääste jm infot. Teabealast infot jagatakse ka terviseüritustel: südamenädalal, mille raames toimuvad kampaaniad kõikides valdades, noorteüritustel jne.
- ✓ 2011. aastast toimib väga hea koostöö Raplamaa raadioga – TRE raadioga. Kuni 2018. a kevadeni olid tervisesaated eetris igakuiselt pühapäeviti ja sihtrühmaks olid noored. Alates 2018. a septembrist on igal neljapäeval eetris saade Tervist! päevakajalise terviseinfoga. Sihtrühmaks on täiskasvanud elanikkond.

6.12. Tervislikku eluviisi toetavad üritused maakonnas

6.12.1. Tervisedenduse rahastamine

Raplamaa tervisedenduse oluliseks rahastajaks algusaastatel oli Eesti Haigekassa. Riiklikud programmid ja vahendid jõudsid maakondadesse alates 2001. aastast (uimastiennetus). 2005. aastast alustati riikliku südame- ja veresoonkonnahaiguste ennetamise programmiga. Raplamaa Omavalitsuste Liidu Arengufond on läbi aegade rahastanud tervisedenduslikke väikeprojekte (KEAT, (M)Elu Mess, inimeseõpetuse ainesektsiooni tegevused, inimeseõpetuse aineolümpiaad, TEK suvekool jms). Maanteeamet on toetanud maakonna liiklusohutuse valdkonda (koolitused eakatele, KEAT, liiklusnäidendid jms). Maakonna tervisedendust on toetanud ka Hasartmängumaksu Nõukogu, Eesti- Hollandi fond Päikeselill, Põhjamaade Ministrite Nõukogu, maaelu edendamise programm Leader, Justiitsministeerium, Siseministeerium ja Rahandusministeerium läbi erinevate meetmete. Suuremad rahad tervisedendusse on tulnud aastastel 2011–2012 (ESF paikkonna konkursid, kus Raplamaa KOVd said toetust kõige rohkem Eestis) ning 2014–2015 toimus riskilastele ja varase märkamise suurprojekt Justiitsministeeriumi toel. Alates 2014. aastast on maakonnal siseturvalisuse edendamiseks väikeprojektide toetusvoor. 2010–2015 rahastas paikkonna tervisedendust Euroopa

Sotsiaalfond ja vahendid olid suunatud tööealisele elanikkonnale. Alates 2016. aastast rahastab tervisedendust maakondades riik.



Joonis 104. Tervisedenduse rahastus tuh/€ Raplamaal 1999–2019. Allikas: ROL

6.12.2. Pikaajalise traditsiooniga või innovaatilised tegevused

Raplamaal on tervisedenduse spetsialisti eestvedamisel järjepidevalt tervise edendamise tegeletud alates 1995. aastast. Selle aja jooksul on ametis olnud kolm spetsialisti: Aili Laasner (1995–1999), Ülle Laasner (al 1999) ja Liivia Vacht (2007–2009).

- ✓ Südamenädala (-kuu) tähistamine omavalitsustes (kõikides al 2005)
- ✓ Igakuised väljaanded maakonnalehes "Raplamaa Sõnumid" (endine „Nädaline“): "Tervise Edendaja" 4-küljelised erilehed (2000–2018)
- ✓ Koostöö TRE Raadioga (al 2011)
- ✓ Avaliku sektori toitlustuse (lasteasutused ja hooldekodud) järelevalve (al 1999)
- ✓ Liikluskoolitus lasteaedades (interaktiivsed näidendid al 2001)
- ✓ Tervisedenduslik konverents (al 1995)
- ✓ TEK võrgustiku suvekoolid (al 2003)
- ✓ Inimeseõpetuse aineseksioon loodi 1997. aastal, alates 1999 toimuvad igal aastal terviseõpetuse aineolümpiaad ja parimate ainetundjate motiveerimine (aprill - mai)
- ✓ "Kaitse end ja aita teist!" maakonna 6. klassidele – koolitused õppeaasta jooksul ja ohutuslaager (al 2008)
- ✓ Konkursid kogukondliku tervisedenduse aktiveerimiseks
- ✓ Tervisedenduslikud kampaaniad (uimastiennetusnädalad 2001–2009, „Enne pessu, siis bassu“ 2014, „Hammas palub hoolitsust“ 2015, „Ma armastan magada“ 2017)
- ✓ Alkoholi testostlemised (2005, 2016)
- ✓ Ülekaaluliste laste vanemate tugirühma pilootprojekt (2017)
- ✓ Väärikas mootorsõidukijuht (al 2016). Maanteeameti täiendkoolituse eesmärk on julgustada vanemaealist autojuhti kaasaegses liikluses. Koolitus on osalejate jaoks kahepäevane, see koosneb teoreetilisest osast ja praktilisest sõiduosast.

6.12.3. Tervisedenduslikud konverentsid

- ✓ 1995 „Tervis ja kohalik võim“
- ✓ 1996 “Tervisekonverents“
- ✓ 1998 “Alkoholikonverents“
- ✓ 1999 “Narkomaania maakonnas täna ja homme I“
- ✓ 2000 “Perekond muutub ühiskonnas“
- ✓ 2001 „Vigastused ja kogukonna tervis“
- ✓ 2002 „Narkomaania maakonnas täna ja homme II“
- ✓ 2003 „Terve laps on ülim rikkus“
- ✓ 2004 „Eesti I Safe Community konverents“
- ✓ 2005 „Narkomaania maakonnas täna ja homme III“ (õpilaskonverents)
- ✓ 2006 „Tervisedendus lasteasutustes“
- ✓ 2007 „Elukestev liikumisharrastus“
- ✓ 2009 „Eesti II Safe Community konverents“
- ✓ 2011 „Meeste tervis“, Noorte tervisekonverents
- ✓ 2012 „Vaimne tervis“
- ✓ 2013 Tervisedendus kohalikes omavalitsustes
- ✓ 2014 „Sa oled see, mida sööd“ – tervisliku toitumise konverents
- ✓ 2015 „Kas Marsil õitsevad õunapuud?“ – kriisidega toimetulek ja ennetus
- ✓ 2016 Laste ja noorte tervis
- ✓ 2017 Raplamaa 20. tervisedenduse konverents
- ✓ 2018 Raplamaa arengukonverents (tervisprofiili tutvustus)

6.12.4. Rahvaspordi-, harrastusspordi ja saavutusspordi üritused

- ✓ Üheks suuremaks ja omanäolisemaks rahvaspordi ürituseks on valdade tali- ja suvemängud, mida korraldab Rapla Maakonna Spordiliit koostöös kohalike omavalitsustega. Osalejateks on lastest kuni veteranideni ca 1000 inimest. 2018. a. tali- ja suvemängudel osales üle 900 spordiinimese ja mõõtu võeti 23 alal.
- ✓ Maakonnas on enimharrastatavad spordialad pallimängud jalgpall, korvpall, võrkpall ning saalihoki: Eesti meistrivõistlustel osalevad mees- ja naiskonnad mängivad meistriliigast kuni IV liigani ja ka rahvaliigades. Väga populaarsed, tulemuslikud ja kogukonda siduvad on Avis Utilitas Rapla korvpallimeeskonna mängud, tihti on mängu vaatamas 1000 pealine publik ja hooajalõpu tulemuseks on koht esikolmikus. Oluliselt on populaarsust juurde saamas saalihoki, naiste Kaitseliidu võistkond tuli meistrisarjas pronksile. Jalgpallis osalevad Eesti meistrivõistlustel Lelle, Märjamaa, Rapla ja Kohila meeskonnad ja sealsed kodumängude päevad on omaette selle koha suurüritused – kokku tuleb terve küla või alev.
- ✓ Väga populaarsed on raskejõustikualadest maadlus ja kohalikud traditsioonilised võistlused Märjamaa kapp ja Kehtna Liud jne. Põhilised maadluskantsid on Märjamaa, Vigala ja Kehtna, kust ka sirgunud meie maailmameistrid.
- ✓ Maakonnas korraldatakse erineva mastaabiga rahvajooks: Selveri Suurjooks kevadel, Konsumi Rapla-Kehtna maanteejooks ja Kohila Konsumi jooks suvel, Võidu jooks juunis, Alu Suurjooks septembris, Purila-Hagudi rahvajooks (admiral Krusensterni jooks) oktoobris. Rahvajooks korraldatakse ka piirkonniti: Kehtna sügisjooks, Järvakandi alevijooks ja Järvakandi Igamehe maraton, Pirgu Poolmaraton, Märjamaa alevi jooks, Kohila staadionijooksude sari, Kabala kablutamine, Paka mäe jooks, Eidapere-Lokuta jooks, Mudilaste sügisjooks ja Vankrite Võiduajamine jne.

- ✓ Peale pallimängude ja rahvajooksude on maakonnas populaarne rattasõit: Rattaga Raplamaal, Raplamaa Rattamaraton Paluküla 100, Raplamaa Rattaklubi KoMo mitme-etapiline rattasõidu karikasari, Tour de Tuletõrje rattasõidusari läbi suve.
- ✓ Läbi terve suve korraldatakse traditsioonilisi orienteerumispäevakuid OK Orvand poolt.
- ✓ Talvekuudel peetakse lauatenise 7 etapilist seeriavõistlust.
- ✓ Aastast 2013 on maakonna suurimatest rahvaspordisündmustest koondatud Raplamaa liikumissari, mille eesmärgiks on motiveerida inimesi tegelema harrastus- ja tervisespordiga aastaringselt ja osalema erinevatel Raplamaa spordiklubide poolt korraldatavatel üritustel kuues vanuserühmas (rahvajooks, suusatamine, rattavõistlus, discgolf).
- ✓ Sastast 2014 „Jookse ja kõnni Raplamaa terviseradadel“ sari, mis koosneb 7 etapist – joostakse ja kõnnitakse kõikidel maakonna terviseradadel: Raplas, Kaius, Märjamaal Järtal, Pürgus, Palukülas, Kohilas ja Järvakandis. Arvestust peetakse kuues vanuserühmas.
- ✓ Rapla linna Jüriöö jooks – kooliõpilastele al 1995, al 2014 töökollektiivid (täiskasvanud). Tavapäraselt osaleb sellel üritusel 500-600 inimest, neist töökollektiive ca 15 võistkonda.

Suurimad spordiüritused Raplamaal, osalejate ja osasaajate arvestuses:

- ✓ Rapla korvpallimeeskonna kodumängud
- ✓ Selveri Suurjooks
- ✓ Rapla Jalkafest
- ✓ Rapla Rattamaraton
- ✓ Rapla Maakonna Suve- ja Talimängud

VII TERVISETEENUSED

7.1. Tervishoiuteenuste kättesaadavus

7.1.1. Haiglaravi

Raplamaal on kaks haiglat: SA Raplamaa Haigla ja Märjamaa Haigla AS.

SA Raplamaa Haigla on üldhaigla, mis pakub patsientidele ambulatoorset ja statsionaarset abi. Lisaks on haiglal erakorralise meditsiini osakond, mis teenindab nii ise tulnud kui kiirabi poolt toodud patsiente, samuti pakub haigla statsionaarse õendusabi teenust (hooldusravi). Patsientide tervisemuredele aitab haiglas lahendusi leida üle 40 arsti 15 arstlikul erialal ning neile on selles toeks üle 100 meditsiiniõe ja hooldusõe. Raplas on statsionaarse eriarstiabi võimalus üldhaigla tasemel. Haiglas on 2 statsionaarset osakonda, kus ravitakse sise- ja kirurgilisi haigusi. Mõlemal erialal saavad abi ka kõrgemast raviastapist suunatud järelravi vajavad haiged. Päevaravi ja päevakirurgia on üldkirurgia, nina-kõrva-kurguhaiguste, günekoloogia, psühhiaatria ja sisehaiguste erialadel.

Iseseisvaks statsionaarseks õendusabiks on Märjamaal 35 voodikohta ja Raplas 25 voodikohta.

Märjamaal osutatakse statsionaarse õendusabile lisaks rehabilitatsiooniteenust ja ambulatoorset taastusravi.

Raplamaa Haigla statsionaarsed suundumused (aastaks 2030):

- ✓ ööpäevaringselt erakorralist abi vajavad patsiendid, kelle seisund ei eelda kohest suunamist kõrgemasse ravietappi;
- ✓ kroonilise haiguse ägenemisega patsiendid kodust või iseseisva õendusabi osakonnast, terapeutiliste ja kirurgiliste erialade plaanilist haiglaravi vajavad patsiendid;
- ✓ Põhja-Eesti Regionaalhaiglast jt kõrgema etapi haiglatest suunatud järelravi patsiendid, kelle elukoht on üldjuhul Raplamaal;
- ✓ Raplamaa Haiglas osutatud aktiivravi järgselt pikemaajalist järelravi vajavad patsiendid;
- ✓ Raplamaa Haiglas osutatud aktiivravi järgselt mittespetsiifilist taastusravi vajavad patsiendid ja krooniliste haigustega funktsioone toetavat mittespetsiifilist taastusravi vajavad patsiendid;
- ✓ statsionaarset iseseisvat õendusabi vajavad geriaatrilised patsiendid, aktiivravi järgset õendusabi vajavad patsiendid, hospitiitteenust vajavad patsiendid.

Plaaniline kirurgiline töö tagatakse üldkirurgia, otorinolarüngoloogia ja günekoloogia erialadel. Hulgi- ja keerukamate vigastustega ja erakorralist kirurgilist abi vajavad patsiendid, aga ka ägeda müokardiinfarkti diagnoosiga haiged ning peajuinsuldi diagnoosiga haiged, kellele on võimalik teha trombolüüsi, viib kiirabi otse Tallinna kõrgema etapi haiglatesse.

Allikas Raplamaa Haigla arengukava 2017

7.1.2. Eriarstiabi

Ambulatoorset eriarstiabi osutab maakonnas Raplamaa haigla polikliinik järgmistel erialadel:

- ✓ Sisehaigused
- ✓ Neuroloogia
- ✓ Kardioloogia
- ✓ Reumatoloogia
- ✓ Pulmonoloogia
- ✓ Dermatoveneroloogia
- ✓ Üldkirurgia
- ✓ Ortopeedia
- ✓ Günekoloogia ja sünnitusabi
- ✓ Otorinolarüngoloogia
- ✓ Uroloogia
- ✓ Endokrinoloogia
- ✓ Pediaatria
- ✓ Psühhiaatria
- ✓ Taastusravi ja füsiaatria
- ✓ Radioloogia (röntgen- ja ultraheliuuringud)
- ✓ Laborimeditiin (koostöös Põhja-Eesti Regionaalhaiglagaga)

Ämmaemanda iseseisva vastuvõtu on Raplamaa Haigla korraldanud Raplas, Märjamaal ja Kohilas. Haigla polikliinikus toimuvad regulaarselt vaimse tervise õe ja tromboosiõe vastuvõttud. Psühhiaatrilise abi andmist toetavad kliinilised psühholoogid.

SA Raplamaa Haiglal on koduõenduse tegevusluba.

Eriarstlikku tegevust ja selleks vajalikke tugiteenuseid toetab Põhja-Eesti Regionaalhaigla. Samuti toimub sisuline erialane koostöö Ida-Tallinna Keskhaigla ja teiste haiglatega.

Suurem osa maakonna elanikest asub 30-minutilise teekonna kaugusel Raplamaa Haiglast ja 60-minutilise kohalejõudmise kaugusel Tallinnast. Hea teedevõrk ja Rapla suunal suhteliselt hästi toimiv ühistransport (bussid, rongid) tagavad kiire jõudmise haiglasse.

Kuid Raplast kaugemate kantide elanikel on raskusi Raplasse arstile pääsemisega. Tallinnasse pääsemine võib olla veelgi problemaatilisem. Transpordi korraldamisel on abiks ka kohalikud omavalitsused. Vajadusel on ka Raplamaa haigla on korraldanud patsientide transpordi Põhja-Eesti Regionaalhaiglasse või teistesse haiglatesse ja tagasi (haiglal on olemas raamiga auto).

Erasektoris osutavad eriarstiabi:

- ✓ OÜ Praxis (günekoloogia)
- ✓ OÜ Kohila Meedik (günekoloogia)
- ✓ OÜ Cilia (oftalmoloogia).

7.1.3. *Kliinilised tugiteenused*

Diagnostikateenused

Labor (koostöös PERHiga). Laboris tehakse kliinilise keemia uuringuid, vere, kehavedelike ja eritiste rakkude uuringuid, immunohematoloogilisi ja immuunuuringuid nii oma haigla kui ka perearstide patsientidele.

Radioloogia

- ✓ **Röntgenkabinetis** tehakse röntgenülesvõtteid erinevatest kehapiirkondadest: rindkerest, luudest ja liigestest, lülisambast, koljust, vaagnast, kõhukoopast ning tehakse urogramme. Kõik röntgenülesvõtted arhiveeritakse üleriigilises piltide arhiveerimis- ja kommunikatsioonisüsteemis (PACS), mille kaudu need on kättesaadavad kõigile Eesti tervishoiuteenuse osutajatele. Sisseostetava teenusena kirjeldavad Põhja-Eesti Regionaalhaigla radioloogid digitaalse pildi järgi röntgenuuringu tulemusi vahetult infosüsteemis ning vajadusel konsulteerivad raviarste.
- ✓ **Ultrahelikabinetis** tehakse südame-, kõhukoopaelundite, kilpnäärme-, veresoonte, günekoloogilisi ja uroloogilisi uuringuid, samuti looteuuringuid.
- ✓ Raplamaa Haigla juures töötab 1–2 korda kuus AS Mammograaf MRT-buss. Nii saavad eriarsti saatekirjaga patsiendid teha määratud diagnostilise magnetresonantstomograafia uuringu kiiresti ja kodulähedaselt.

Funktsionaaldiagnostika.

Haiglas tehakse vereringeelundite uuringuid (EKG, EKG-koormustestid, Holtermonitooringud), hingamis- ja südamefunktsiooni uuringuid (spirograafia, spiromeetria) ning kuulmisuuringuid (audio- ja tümpanomeetria).

Endoskoopia kabinet

Siin tehakse seedeelundite (ösofagogastroduodeno- ja kolonoskoopiaid) uuringuid.

Polikliiniku koosseisus on:

Hemodialüüsi kabinet 3 dialüüsikohaga

Koostöös Fresenius Medical Eesti OÜ-ga saavad siin abi kroonilise neerupuudulikkusega patsiendid, kellel on näidustatud neerude asendusravi, mille üheks võimaluseks peritoneaaldialüüsi ja neeru siirdamise kõrval on hemodialüüs.

Taastusravi kabinet

Siin annavad taastusraviarst ja füsioterapeudid kompleksset abi patsientidele häirunud funktsioonide taastamiseks või puudega kohanemiseks füsioteraapia, liikumisravi (ravivõimlemine), füüsilise ravi (laserravi, magnetravi, ultraheli, impulssvoolu) jt taastusravi protseduuride abil

Valuravi kabinet

Valuraviarst aitab patsientidel valuga toime tulla, koostab regulaarse raviskeemi, vajadusel teeb täiendavaid uuringuid valu põhjuse selgitamiseks; määrab preoperatiivseid valuravimeid ja ravib fantoomvalusid jäsemete amputatsioonide korral.

Protseduuride kabinet

Vereanalüüside võtmine, vaktsineerimine, lihase- ja veenisisesed süstid.

Lisaks pakutakse Raplamaa Haiglas järgmisi tasulisi uuringud ja teenused:

- ✓ Spordimeditsiiniline terviseuuring
- ✓ Spirograafia
- ✓ Ferritiini uuring
- ✓ D-vitamiini uuring
- ✓ Limiteeritud uneuuring
- ✓ Vaktsineerimised
- ✓ jpm

7.1.4. Kiirabi

Maakonnas töötab 3 Põhja-Eesti Regionaalhaigla kiirabi brigadi:

- ✓ Rapla tugipunkt aadressil Kevade 10, Rapla (Rapla päästeosakonnaga ühes majas)
- ✓ Märjamaa tugipunkt aadressil Lauluväljaku 26, Märjamaa (Märjamaa haigla)
- ✓ Kohila tugipunkt aadressil Tööstuse 5, Kohila

Abivajajaid abistatakse lähima teenusepakkuja printsiibil ehk kui Märjamaa brigad on kutsega hõivatud, siis abivajajat abistab Rapla: abistavad need, kes on lähemal.

7.1.5. Esmatasandi arstiabi – üldarstiabi

Esmatasandi arstiabi osutatakse Raplamaal 17 pereearsti nimistu juures. Raplamaa 17 pereearsti nimistu juures töötab 21 arsti ning 28 õde.

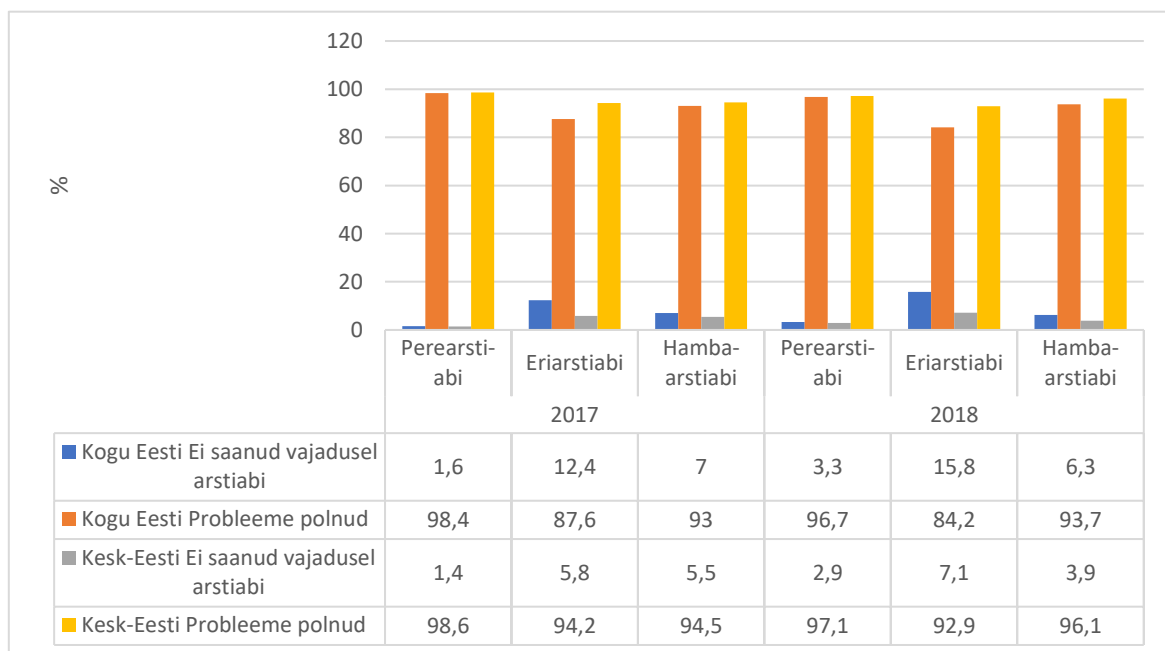
2019. aasta alguses on Raplamaal tegutsemas järgmised perearstipraksised:

Rapla vald: Rapla Perearstikeskus OÜ – perearstid dr Kadri Luga, dr Maarika Kull, dr Siiri Kivimäe, dr Tiina Paeorg; asendusarstid dr Roman Lantov ja dr Argo Lätt; nimistute juures töötavad arstid: dr Katrin Lätt, dr Krista Pinka ja dr Tatjana Sokolova, pereõdesid on 10.

Kohila vald: OÜ Perearst Kärsti Kalda (1 pereõde), OÜ Ülle Stern (1 pereõde) ja FIE Sigrid Mau (2 pereõde).

Kehtna vald: Dr Maret Tamme OÜ (1 pereõde), OÜ Aivalus (dr Katrin Abel) – teenus Lelle alevikus (1 pereõde), Perearst Erika Pukspuu OÜ (1 pereõde), Osaühing PA Lega (dr Karin Lega, 1 pereõde).

Märjamaa vald: Märjamaa Arstid OÜ – dr Anne Parnabas, nimistu juures töötav arst dr Helle Ainomäe, 2 pereõde ja dr Katrin Saarma, pereõdesid 3; OÜ Märjamaa Perearstikeskus – dr Maarika Hiiema, pereõdesid 3 ja asendaja dr Triin Altmäe, pereõdesid 2.



Joonis 105. Rahulolu arstiabiga 16- aastaste ja vanemate inimeste arvates võrdluses Kesk-Eesti. Põhja-Eesti ja Eesti 2017-2018. Allikas: Statistikaamet (TH54)

7.1.6. Apteegid

Raplamaal on apteegid kõikides valdades, piirkondlikult on Kohila kõige paremini varustatud, samuti Rapla linn. Oma apteek on ka Rapla Maakonnahaigla juures.

Tabel 30. Apteegid omavalitsustes (2018)

| Omavalitsus | Apteegi nimetus |
|----------------------|--|
| Kehtna | Lelle Apteek, Pärnu mnt 12-14, Lelle (Benu) |
| | Kohila Apteek Järvakandis, Vana-Asula 2, Järvakandi (Benu) |
| | Kehtna Apteek, Viljandi mnt 2-2, Kehtna (Aphoteka) |
| Kohila vald | Kohila Apteek, Lõuna 2 (Benu) |
| | Kohila Risto Apteek, Vabaduse 9B, Kohila (Südamapteek) |
| Märjamaa vald | Märjamaa Apteek, Pärnu mnt 66, Märjamaa (Apotheka) |
| | Märjamaa Südameapteek, Oru 12, Märjamaa (Südameapteek) |
| | Vana-Vigala apteek, Jaama 2, Vana-Vigala |
| Rapla vald | Rapla Selveri Apteek, Tallinna mnt 4, Rapla (Apotheka) |
| | Rapla Tervisekeskuse Apteek, Lasteaia 12, Rapla (Benu) |
| | Rapla Apteek, Hariduse 3, Rapla (Benu) |
| | Mahlamäe Apteek, Tallinna mnt 50A, Rapla (Euroapteek) |

7.1.7. Hambaraviteenus

Tabel 31. Hambaraviteenus Rapla maakonnas. Allikas: ROL

| Omavalitsus | Hambaravi |
|--------------------|---|
| Kohila vald | Kohila Meedik OÜ Hambaravi, Vabaduse 20a, Kohila |
| | Dentallock, Vabaduse 20a, Kohila |
| Rapla vald | Erapolikliinik Praxis OÜ, Koidu 23, Rapla |
| | Dr Helve Riisalu Hambaravi, Mahlamäe 8-18, Rapla |
| | Denta hambaproteesi OÜ, Välja 6, Rapla |
| | Margarita Puusta Hambaravi OÜ, Tallinna mnt 31, Rapla |
| | Gaident OÜ, Viljandi mnt 72, Rapla |
| | Epp Sarapuu Hambaravi OÜ, Mahlamäe 8-31, Rapla |
| | Rapla Hambakliinik, Tallinna mnt 22, Rapla |
| | Heli Schihalejev Hambaravi OÜ, Tallinna mnt 42, Rapla |

| | |
|----------------------|--|
| | Marje Nahkuri Hambaravi, Lasteaia 12, Rapla |
| Kehtna vald | Kohila Meedik OÜ Kehtna filiaal, Staadioni 13b Kehtna |
| | Kohila Meedik OÜ Järvakandi filiaal, Rahu 18, Järvakandi |
| | Margarita Puusta Hambaravi OÜ Märjamaal, Pärnu mnt 64-10, Märjamaa |
| Märjamaa vald | Haldja Hambaravi OÜ, Pärnu mnt 30, Märjamaa |

7.1.8. Koolitervishoid

Vundament tervisele luuakse lapseas, eriti tähtis väärtushinnangute kujundamise periood on kooliiga.

Koolitervishoiuteenuse suuremad tegevused on tervise edendamine, haiguste ennetamine, tervise järelvalve ja esmaabi.

Koolitervishoiuteenuse eesmärgiks on:

- ✓ jälgida õpilaste tervislikku seisundit;
- ✓ kujundada tervislikku eluviisi õpilaste seas;
- ✓ ennetada õpilaste haigestumist ja krooniliste haiguste väljakujunemist; krooniliste haigustega laste tervise kõrgendatud jälgimine;
- ✓ jälgida meditsiiniliselt põhjendatud õppekoormuse rakendamist ja tervisliku keskkonna loomist; teha koolipidajale vastavaid ettepanekuid;
- ✓ osutada vajadusel vältimatut abi;
- ✓ õpetada õpilastele esmaabi ja tervisliku eluviisi põhimõtteid;
- ✓ nõustada lapsevanemaid õpilase terviseküsimumustes.

Koolitervishoiu raames viiakse läbi profülaktilised läbivaatused I, III, VII ja XI klassi õpilastele. Koolitervishoiuteenuse osa on ka koostöö hambahaiguste ennetamiseks ning perearstide juurde ennetavatele tervisekontrollidele suunamiseks, samuti koostöö õpilaskodude õpilastele vajalike teenuste saamise abistamisel. Koolitervishoiu teenust osutatakse õppetöö toimumise ajal kooli pidajaga kooskõlastatud tööaja graafiku alusel.

Raplamaal töötab gümnaasiumides ja suurtes põhikoolides koolitervishoiutöötaja (Kohila Gümnaasium, Märjamaa Gümnaasium, Rapla Kesklinna Kool ja Rapla Vesiroosi Kool). Ülejäänud piirkonnad on perearstide teenindada või pakutakse teenust (Valtu Põhikool). Lisandunud on Rapla Gümnaasium, kellele pakub teenust Rapla Kesklinna Kooli tervishoiutöötaja.

7.1.9. Töötervishoiuteenus

Teenust saab Raplamaa ettevõtja tellida väljapoolt maakonda - Tallinnast ja Viljandist.

7.2. Nõustamisteenuste kättesaadavus

7.2.1. Suitsetamisest loobumise nõustamine

Suitsetamisest loobumise nõustamine toimub Raplamaa haiglas. Oodatud on kõik soovijad, erilist tähelepanu pööratakse haiglas ravil olevatele suitsetavatele patsientidele, samuti suitsetavatele rasedatele ja noortele emadele. Suitsetamisest loobumise nõustamise kabinetis toimub aastas umbes 200 esmanõustamist. Tegevust toetab Tervise Arengu Instituut.

7.2.2. Muud nõustamised

Raplamaa haigla juures toimuvad veel:

- ✓ Toitumisalane nõustamine (kaalujälgimise eesmärgil).
- ✓ Diabeedialane nõustamine (toitumise teemad ja diabeedi ravi küsimused).
- ✓ Vaimse tervise nõustamine

7.2.3. Raseduskriisi nõustamine

SA Väärtustades Elu alustas raseduskriisi nõustamise teenuse pakkumist Raplas 2008. aasta jaanuaris. Raseduskriisi nõustamise sihtrühm on lapseootel naised ja nende lähedased, kes on erinevatel psühholoogilistel, sotsiaalsetel või tervislikel põhjustel raseduskriisis ja soovivad asjatundlikku abi rasedusega seotud otsuste ja valikute tegemisel ning erinevate tagasilöökidega toimetulemisel. Nõustamine on suunatud ka peredele ja aitab kaasa lapseootuse, lapse sündimise ja sünnitusjärgse perioodiga seotud sotsiaalpsühholoogiliste küsimuste ja probleemide lahendamisele. Nõustatakse ka peresid, kes planeerivad rasestumist (sh ka viljatusega seotud teekond), oluliseks toeks on nõustaja vajadusel abordijärgsel ja lapse/raseduse kaotuse järgsel perioodil.

Peale väikest pausi jätkus 2017. a novembrist raseduskriisi nõustamine Raplas Erapolikliinik Praxis ruumides kahel korral kuus. Raseduskriisi nõustamine on suunamiskirjaga tasuta ning seda toetab Haigekassa. Raseduskriisi nõustamisele tulemiseks sobib tervishoiutöötaja saatekiri (nt günekoloogilt, ämmaemandalt, perearstilt või pereõelt).

2017. aastal nõustati kuut inimest kokku kaheksal korral ja 2018. aastal oli Rapla maakonnas nõustamiste arv 16.

7.2.4. Seksuaalalane nõustamine

Seksuaalnõustamine ja paariteraapia võimalus Erapolikliinik Praxises.

AMOR kabinet noorte seksuaalalaseks nõustamiseks kuulub üleriigilisse võrgustikku ja töötab Erapolikliinik Praxis juures. Kõige suurema külastatavusega probleem on sugulisel teel levivate haiguste kontroll (Z11.3 – seksuaalsel teel levivate haiguste skriinimine, kasutatakse siis kui on võetud analüüsid seksuaalsel teel levivatele haigustele, veregrupi, reesusfaktori, erütrotsütaalsete antikehade määramiseks). Esmakordseid

külastajaid on ajas vähenenud, samuti korduvkliente. Alati on nõustamisele leidnud tee rohkem tütarlapsi kui noormehi. Kahekümnendates noored külastavad keskest rohkem kui kooliealised.

Noorte nõustamist osutatakse tasuta nii tervisekindlustatud kui ka tervisekindlustamata kuni 24. a (kaasa arvatud) mõlemast soost noortele.

Tasuta nõustamine:

- ✓ nõu saab küsida seksuaalsuse ja lähedaste suhete, seksuaalvägivalla, seksuaalse identiteedi, sugulisel teel levivate haiguste (k.a HIV) kohta;
- ✓ vajadusel läbivaatus koos vajalike analüüsidega;
- ✓ nõustamist saav sobiva rasestumisvastase meetodi leidmisel;
- ✓ väljastatakse kordusretsepte rasestumisvastasele vahendile;
- ✓ võimalus on pidada nõu tekkinud kaebuste korral;
- ✓ võimalus rasedust diagnoosida;
- ✓ nõustamist saab soovimatu raseduse korral;
- ✓ võimalus küsida nõu seksuaalsel teel levivate infektsioonide osas ja end haiguste suhtes testida;
- ✓ psühho-seksuaalne nõustamine erinevatel seksuaaltervise teemadel;
- ✓ nõustamine telefoni teel;
- ✓ seksuaalkasvatuse loengud koolides

Tabel 32. Noorte nõustamiskabineti külastatavus. Allikas: Rapla kabinet

| Teenus | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 I-III kvartal |
|-------------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|--------------------------|
| Esmakordselt külastajad tütarlapsed | 251 | 273 | 84 | 82 | 66 | 68 | 61 | 40 |
| Esmakordselt külastajad noormehed | 12 | 14 | 10 | 10 | 10 | 10 | 5 | 1 |
| Korduvkliendid tütarlapsed | 482 | 542 | 435 | 478 | 373 | 506 | 304 | 189 |
| Korduvkliendid noormehed | 15 | 19 | 7 | 13 | 7 | 14 | 16 | 2 |
| s.h. kuni 14.a | 0 | 2 | 2 | 3 | 0 | 0 | 4 | 1 |
| 15 – 19 .a. | 223 | 215 | 163 | 159 | 140 | 197 | 124 | 34 |
| 20 – 24.a. | 259 | 344 | 275 | 328 | 240 | 323 | 192 | 156 |
| Kindlustamata noored 15 – 19.a. | 0 | 0 | 1 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Kindlustamata noored 20 – 24.a. | 12 | 8 | 5 | 3 | 3 | 4 | 1 | 0 |

7.2.5. Psühholoogiline nõustamine

Rapla Maakonna Psühholoogiateenistus

Rapla Maakonna Psühholoogiateenistus on loodud 1994. aastal ja keskuses töötab kaks psühholoogi (kliinilised psühholoogid), kes töötavad ka Raplamaa Haiglas.

Teenused:

Psühholoogiline nõustamine lastele, noortele, peredele jt

Kriisinõustamine (nt surmajuhtumite, õnnetuste korral) on üks psühholoogiateenistuse töövaldkondi alates 1994. aastast. Peamisteks pöördujateks on inimesed ise, koolid, aga lisandunud on ka töökollektiivid. Märkatav ja hinnatav on üldise kriisitööd ja -nõustamist puudutava harituse (teadmiste ja oskuste) kasv ühiskonnas; kui algusaastatel paluti psühholooge õnnetus- või surmajuhtumite puhul õnnetuspaigale (kooli, peresse, kogukonda jm), siis viimastel aastatel soovitakse järjest enam konsulteerida telefoni teel, saada kinnitust kohapealsele kriisiabile.

Koolitused: lisaks nõustamisele ja uuringutele on psühholoogiateenistuse oluliseks tegevuseks psühholoogiaalaste teadmiste levitamine erinevatel koolitustel, loengutel, õppepäevadel. Pikematest kursustest on läbi viidud Gordoni perekooli lapsevanematele, sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste õpetust õpilastele.

Supervisioon: pakutakse supervisiooni teenust kollektiividele, võrgustikele, spetsialistidele.

Ülevaade olukorrast:

- ✓ Võrreldes varasemate aastatega on perioodil 2017–2018 oluliselt kasvanud psühholoogiateenistusse pöördumiste arv (sisaldab ka tööd Raplamaa haiglas st perearstide ja psühhiaatrite poolt suunatud inimeste vastuvõtte)
- ✓ Vastuvõtule pöördub järjest rohkem noori vanuses 15–19, kes tulevad ise, üksinda, ilma vanemateta, omal initsiatiivil või vanemate, pereliikmete või sõbra soovitusel. Sageli on esmaseks märkajaks-soovitajaks ka perearst, samuti internetifoorumid ja -nõustajad (nt peaasi.ee). Kool (õpetaja) on suunajaks pigem harva.

Peamised probleemid pöördujatel: depressioon, ärevushäired, ebakindlus ja alaväärsustunne, sotsiaalne ärevus, ka üldisem tühjusetunne ja ebaselgus eesmärkides, samuti kriisiolukorrad ja nendega toimetulek

Positiivne on siinkohal noorte teadlikkuse kasv ja üha enam levinud teadmine, et on võimalik ja vajalik otsida psühholoogilist abi.

Probleem: üsna tihti ei ole noorel saatekirja, mis võimaldaks teenuse rahastamist (kõigil noortel ei ole oma perearstiga olnud eriti kokkupuuteid või valmisolekut oma hingemuredest rääkida). Et noortele oleks psühholoogi teenus kättesaadav, peaks see olema võimalikult „madala lävega“. Kohila ja Kehtna vallad on eelarves eraldanud raha laste, noorte ja kriisiklientide nõustamiseks ja võimaldanud nõustamist ka neile, kes soovivad jääda anonüümseks. Rapla valla rahastuse saamiseks peab alates 2018. aastast isik tegema esmalt avalduse või avaldama oma andmed, peab olema eelnev kokkulepe/garantii valla sotsiaaltöötajatelt ja otsus tehakse lähtuvalt pere sissetulekutest.

Raplamaa noorte nõustamiskeskus (MTÜ Rapla Noorte Nõukoda)

Keskus tegutseb aastast 2000. Teenus on suunatud lastele ja peredele. Töötab 1 psühhoterapeut, kes võtab kuus vastu 4–5 külastust (aastas ca 60 tundi).

Peamised probleemid: vanemad töötavad kodust kaugel, vanemate alkoholism, vanemate ja iseendaga pahuksis olemine, mõnel juhul ka ahistamine, koolikiusamine. Oluliselt rohkem kui varem on katkiste perede lapsed, kellel on koolis õppimiskeskused ja käitumishäired. Emadel on lisandunud sügavad depressioonid. Peamine klientuur on Rapla ja Kehtna valdadest.

7.2.6. Usaldustelefon

Üleriigiline usaldustelefon 126 vastab igal öhtul kell 19–23. Usaldustelefoni eesmärk on pakkuda helistajaile emotsionaalset toetust ja esmast kriisiabi mistahes probleemide korral.

Raplamaa Usaldustelefoni vastajad osalevad üleriigilise usaldustelefoni töös. Vaatamata mitmetele muudele kriisitelefonidele (lastemure telefon, vägivallohvrite kriisitelefon jm) on vajadus usaldustelefoni järele endiselt olemas.

Usaldustelefoni eesmärk on pakkuda helistajaile emotsionaalset toetust ja esmast kriisiabi mistahes probleemide korral. Nii on usaldustelefon kindlasti üheks ühiskonna üldise turvalisuse ja inimeste heaolu indikaatoriks. Kuigi veerandsaja aasta jooksul on kõnede temaatika ja helistajate sotsiaaldemograafiline jaotus mõneti muutunud, peegeldades muutusi ühiskonnas ja maailmas, on läbivaks teemaks ikkagi inimeste üksindus – nii füüsiline, otsene kui tajutud üksildus. Enamasti ei ole usaldustelefonile helistajal teist lähedast inimest, kelle poole pöörduda. Olulised teemad on helistajate sotsiaalne frustratsioon – sotsiaalse ebavõrdsuse tajumine, rahulolematuse riigi juhtimise ja valitsemisega, seaduste ebaselgusega jpm. Sagedased on terviseprobleemid, eriti vaimse tervise seotud probleemid – depressioon vm psüühikahäire, suitsidaalsus jm, häiritud lähisuhted, pere- ja muu vägivald, ainete kuritarvitamine, eriti alkoholi liigtarvitamisega seotud probleemid (nii helistajatel endil kui nende lähedastel). Helistajatest ca 20% on akuutses kriisis ja/või helistavad suitsiidimõtte või -plaaniga.

7.2.7. Õppenõustamine

Õppenõustamine toimub Innove Rajaleidja keskkuses.

Innove Rajaleidja on üle-eestiline võrgustik, mis pakub tasuta õppenõustamisteenuseid ning annab koolivälise nõustamismeeskonnana hariduslikke soovitusi haridusasutustele ja lapsevanematele. Kliendi valikuvõimalused Rajaleidjasse pöördumiseks ei ole ühe keskkusega piiratud, sest lapsevanem saab lähtuvalt logistikast, elukohast ja -korraldusest ise otsustada, millisesse keskkusesse ta soovib minna. Innove Rajaleidja keskkused asuvad igas maakonnas keskkuses.

Innove Rajaleidja Raplamaa keskus asub aadressil Tallinna mnt 22, Rapla.

Õppenõustamine on tasuta teenus, mille käigus selgitatakse välja lapse õppimise või käitumisega seotud probleemid ning võimalused lapse arengu ja toimetuleku toetamiseks.

Rajaleidja keskkustes töötavad logopeedid, psühholoogid, sotsiaalpedagoogid ja eripedagoogid. Rajaleidjalt saavad tuge täiskasvanud, kes kasvatavad lapsi ning noori vanuses 1,5–18 aastat.

Nõustamisteenused on mõeldud:

- ✓ lapsevanematele, kellel on mure lapse arengu ja oskuste pärast;
- ✓ õpetajatele, kes vajavad nõu lapse haridusteel toetamiseks;
- ✓ koolide ja lasteaedade tugispetsialistidele;

- ✓ kohalike omavalitsuste töötajatele.

Koolivälise nõustamismeeskonna ülesanne on soovitude andmine lapse arengu toetamiseks, õppe ja kasvatus korraldamiseks ning tugiteenuste rakendamiseks. Nõustamismeeskonda kuuluvad Rajaleidja keskuste sotsiaalpedagoogid, eripedagoogid, psühholoogid ja logopeedid.

7.2.8. Lepitusteenus

Perelepitus on kohtuväliste perevaidlusküsimuste läbirääkimisprotsess perelepitaja (ehk läbirääkimiste vahendaja) kaasabil. Perelepituse eesmärgiks on aidata vastaspooleid omavahel läbi rääkima neid eraldavate vaidlusküsimuste osas, mille lõpptulemuseks oleks kohtuväliselt konsensuse ning kokkuleppe saavutamine, kuna uuringute põhjal toimivad poolte endi leitud lahendused ja kokkulepped kindlamini kui kolmanda isiku (kohtuniku) otsus. Eriti oluline on see lapsi ja nende elukorraldust puudutavates küsimustes pärast vanemate lahutust või lahku elama asumist.

Tegemist on määratletud protsessiga, kus perelepitaja ehk läbirääkimiste vahendaja (nimetatakse ka *mediator*, inglise keelest kohandatud väljendist *mediator*) on erapooletu ja otsustusõigusega kolmas osapool, kes juhhib läbirääkimiste protsessi ning suunab läbi vastavate tehnikate vaidlevad osapooled leidma kompromisslahendusi. Ühe äärmusena jõutakse kokkuleppele ilma osapoolte hoiakute muutumiseta, teine äärmus on paaride kogetud kergendus, kui vihastest vastastikustest süüdistustest jõutakse teineteise mõistmisele ning koostööle.

Perelepituse keskseks põhimõtteks on osapoolte kontrolli säilimine nende endi vaidlusküsimuste lahenduste üle.

Kõige enam tegelevad perelepitajad Eestis järgmiste küsimustega:

- laste hooldusküsimused, toetuse, elukoha ja mujal elava vanemaga kohtumiste korraldamisega seotud küsimused
- kui endine partner takistab lastega kokkusaamist või endine partner tunneb oma laste vastu liialt vähe huvi ning pakub liiga vähe toetust
- kui partnerite omavahelised suhted on nii pingelised, et see takistab neid lapsevanematena koostööd tegemast

Perelepituse kohta leiate rohkem infot siit: <http://www.lepitus.ee/>.

Raplamaal pakutakse ka koolilepitust, mida osutab Erapraxis Lepitus OÜ. Tegemist on kolme valdkonnaga: kui konflikt on tekkinud õpilase ja õpilase vahel; õpilase ja õpetaja vahel; lapsevanema ja lapse vahel.

7.2.9. Naiste tugikeskus

Eesti Naiste Varjupaikade Liit (ENVL) pakub Raplamaal teenust alates 2018. aastast.

Naiste tugikeskustes pakutakse abi ja toetust naistevastase vägivalga ohvriks langenud naistele ja nendega kaasas olevatele lastele. Teenuse raames pakutakse esmast kriisinõustamist ning juhtumipõhist nõustamist, vajadusel psühholoogilist nõustamist, juriidilist nõustamist või turvalist ajutist majutust.

Esmast kriisinõustamist osutatakse ööpäevaringselt telefoni teel (tel. 54005144) või kohtumisel. Soovi korral võib esmasel kriisinõustamisel jääda anonüümseks.

Infot ja toetust pakutakse ka naistevastase vägivalda ohvri lähedastele.

Kriisikorterid asuvad Raplas ja Märjamaal.

ENVL Raplamaa Naiste Tugikeskuse kontakt on raplamaanaistetugikeskus@gmail.com.

7.2.10. Ohvriabi

Ohvriabisse on võimalik pöörduda kuriteo ohvriks langemisel või kui ollakse kogunud vägivalda, hoolimatust või halba kohtlemist, kui vajatakse nõu ja abi seoses toimunud õnnetusjuhtumiga või vajatakse nõustamist ja tuge seoses läbielatud, ollakse spetsialist ja vajatakse tööalast abi oma kliendi toetamisel või ollakse mures oma lähedase või tuttava olukorraga. Ohvriabi asub Raplamaal Rapla politseiijaoskonna ruumides. Ohvriabi keskustes osutatakse abivajajatele tasuta nõustamisteenust. Raplamaal saab pöörduda abi saamiseks kirjutades rapla.aa@sotsiaalkindlustusamet.ee või helistades numbrile 58669860. Ööpäevaringne ohvriabi kriisitelefoni on 116006. Infot pakutavate teenuste kohta leiab veebilehelt www.palunabi.ee.

Ohvriabitöötaja on toeks ja abiks ka siis, kui inimese vastu toime pandud füüsilise, vaimse või seksuaalse vägivalda tekitaja ei ole teada. Ohvriabitöötajad pakuvad emotsionaalset tuge, jagavad informatsiooni abi saamise võimaluste kohta ja juhendavad abivajajat suhtlemisel teiste vajalike asutustega. Kui mure lahendamiseks on vaja mitmete asutuste koostööd, siis küsitakse selleks alati luba.

Ohvriabikeskusesse nõustamisele võib pöörduda ka anonüümselt, kuid hüvitiste ja teenuste taotlemisel on siiski vaja esitada oma isikuandmed. Vajaduse korral saab ohvriabi suunata ohvri psühholoogilisele nõustamisele või teraapiasse. Juhul kui on alustatud kriminaalmenetlus, on psühholoogiline abi kannatanule ja tema lähedastele tasuta. Ohvriabikeskuses tagatakse abivajajale konfidentsiaalsus.

7.2.11. Teenused sõltlastele

Raplamaal on mitmeid aastaid tegutsenud AA tugirühm, kuid tegevus jäi mõni aeg tagasi soiku. 2019. aasta veebruarist on sõltuvushaigetel võimalik kohtuda kaks korda nädalas (laupäeval kell 15.30 ja teisipäeval kell 18.00) Raplas, Põllu tn 6 Libertas Kliiniku inimeste eestvedamisel. Gruppi oodatakse nii alkoholi- kui narko- või ravimisõltlasi.

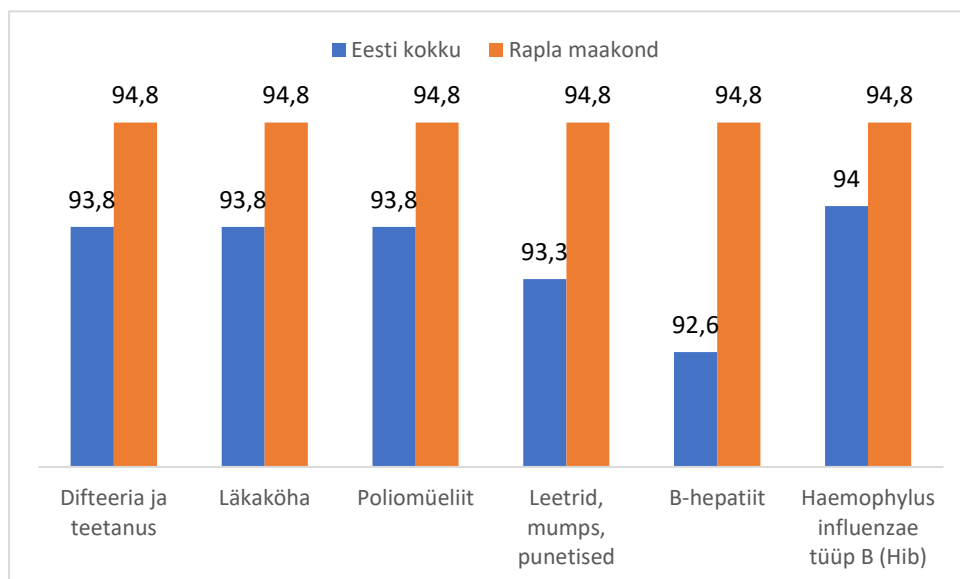
Varemalt Lootuse Küla Järvakandi Keskus ja 2018 aasta kevadest MTÜ Tänavamisjoni nime all tegutseb võõrutuskeskus. Võõrutuskeskuse eesmärgiks on rajada siia Töömaja. Sihtgrupp on sõltlased ja pikaajalised töötud ja vanglast vabanenud. Pakutakse majutust, tööpraktikat ja võõrutust. Voodikohti on 12.

7.3. Kuni 2-aastaste laste hõlmatus immuniseerimisega

Rapla maakonnas on immuniseerimise % veidi kõrgem kui Eestis keskmiselt. Vaktsiinid on tänapäeval ohutud, seetõttu ka vastunäidustusi on väga harva. Vanemaid, kes keelduvad oma lapsi vaktsineerimast, tuleb aga järjest juurde ning 2017. aastal on vaktsineerimise näitajad juba alla 95%, mis on juba alla WHO soovitusliku näitaja.

Tabel 33. 2-aastaste laste immuniseerimisega hõlmatud Raplamaal 2010–2017. Allikas: TAI (NH11)

| | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 |
|-------------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Difteeria ja teetanus | 98,4 | 98,3 | 96,5 | 97,9 | 98,4 | 97,4 | 95,7 | 94,8 |
| Läkaköha | 98,4 | 98,3 | 96,5 | 97,9 | 98,4 | 97,4 | 95,7 | 94,8 |
| Poliomüeliit | 98,4 | 98,3 | 96,5 | 97,9 | 98,4 | 97,4 | 95,7 | 94,8 |
| Leetrid, mumps, punetised | 97,6 | 98 | 95,7 | 97,6 | 98,4 | 96,8 | 94,9 | 94,8 |
| B-hepatiit | 98,7 | 98,3 | 96 | 97,9 | 98,1 | 96,4 | 94,9 | 94,8 |
| Haemophilus influenzae tüüp B (Hib) | 98,4 | 98,3 | 96,5 | 97,9 | 98,4 | 97,4 | 95,7 | 94,8 |



Joonis 106. 2-aastaste laste immuniseerimisega hõlmatud Raplamaal 2017. aastal võrdluses Eestiga Allikas: TAI (NH11)

VIII KOKKUVÕTE

Raplamaa geograafiline asukoht on soodne, mis võimaldab meie inimestel paremini tööd leida, end rakendada ja teostada. Meil on rahulik elukeskkond ja puhas looduskeskkond.

Peame kõiki oma tugevusi ja olemasolevaid väärtusi rohkem hindama ja ära kasutama. Samas peame tegelema kõikide olemasolevate probleemidega, ka nendega, mis tunduvad võib-olla täna tühised ja väikesed. Hoida tuleb olemasolevaid väärtusi, traditsioone, ka tervisedenduse valdkonnas. Ainult järjepidevusega saavutame rahvatervise näitajates tulemusi.

8.1.1. Rahvastik

Raplamaal on lapsi (kuni 14-aastasi) 17%, tööealisi 57% ja üle 65-aastaseid 26%, mis ei erine Eesti keskmistest näitajatest. Raplamaa rahvas on homogeenne – 95 % elanikkonnast on eestlased.

Eeldatav keskmine eluiga järjest suureneb – nii on täna sündivatel lastel tõenäosus elada Eestis 78,2 aastat (naistel 82,3 ja meestel 73,7). 10 aasta jooksul on vähenenud meeste ja naiste eeldatava eluea vahe Raplamaal 5 aasta võrra, kuid ka praegu on see vahe ca 7 aastat!

Miks inimesed elavad praegu kauem kui kunagi varem? Kas nad on lihtsalt hästi ravitud? Palju tähtsamaks näitajaks on tervena elatud aastad – Raplamaa naised elavad viimaste andmete järgi tervena 63 aastat ja mehed 55,8 aastat, mis on Eestis head näitajad.

Ühe rahva jaoks on olulisim näitaja iive – kas me oleme jätkusuutlikud? Aastal 2010 olid terves Eestis iibe näitajad head – Eesti iive oli positiivne ja Raplamaal oli see samuti positiivne (+32!). Viimased 5 aastat on iive püsinud Raplamaal ca -100 lähedal ehk siis sadakond inimest sureb rohkem kui sünnib. Maakonna arengustrategia üheks eesmärgiks on Raplamaa positiivne iive aastaks 2035!

Sündide arv on langenud (2007 – 441, 2017 – 325), ent viimastel aastatel püsima jäänud. Aborte tehakse Raplamaal neli korda vähem kui on elussünde (2000. aastate alguses oli Eestis aborte sama palju kui sünde).

8.1.2. Rahvastiku tervise seisund

2009. aastal hindas 65% Rapla maakonna tööealisest elanikkonnast oma tervise heaks või üsna heaks, mis oli Eestis parimaid tulemusi, paraku aastal 2018 on see näitaja 54,9%, olles üsna sarnane Eesti keskmisega (53,5%).

Rahvastiku terviseseisundit mõõdetakse suremuse ja haigestumise kaudu. Kolm peamist suremuse põhjust on südame- ja veresoonehaigused (SVH), pahaloomulised kasvajad ja vigastused ning mürgistused.

SVH suremuse juures on huvitav vaadata trendi: jõudsalt on viimase veerandsaja jooksul vähenenud nii meeste kui naiste suremus südame isheemiatõvedesse, samuti peaaegu veresoonte haigustesse. Väikese langustrendiga on infarkt, tõusnud on seoses eluea tõusuga meeste ja naiste hüpertooniatõvesse (kõrge vererõhk) suremus.

Pahaloomulistesse kasvajatesse suremus on ajas järjest suurenenud. Eestis on naiste vähkisuremuse peamised paikmed rind, käärsool, pärasool, kops. Meestel kops, eesnäärre, käärsool, lümfoid ja magu. Eestis on peamine

vähisuremuse põhjus kopsuvähk (5% kogu suremusest). Vähki haigestumine suureneb vanemas elueas, 60+ eluaastates. Raplamaal on vähkisuremuse näitajad Eestis ühed kõrgemad.

Õnnetussurmade osakaal on meestel alati olnud suurem kui naistel. Raplamaal oli 2017. aastal õnnetussurmade osakaal meestel 9% ja naistel 3%. Vigastussurmad on kümne aasta jooksul vähenenud meeste puhul poole võrra (2007 – 38, 2017 – 19). Viimastel aastatel (2011–2017) on vigastussuremuse üheks oluliseks põhjuseks enesetapp. Vaadates suitsiide soo järgi on näha, et enesetappe sooritavad eeskätt mehed. Alkoholisurmade osakaal on viimastel aastatel olnud ca 4% ja see on üldjuhul meeste probleem.

Varajane suremus näitab, kui suur on suremuse tase elujõuliste ja produktiivsete (sh tööealiste) elanike seas. Raplamaa naistest suri varajaselt 10% ning meestest 32% (2017), 10 aasta jooksul on varajane suremus siiski langenud nii meestel kui naistel.

Haigestumine vähki on Raplamaal Eesti näitajatest kõrgem huule ja suuõõne kasvajate ja meeste ning naiste kopsuvähi puhul. Kas leiame siin seoseid oluliselt suurema suitsetamisega?

Sõeluuringutes osalevad Raplamaa naised küll aktiivsemalt kui Eestis keskmiselt, kuid ikkagi puudutab see emakakaevähi puhul vaevu pooli naisi (2017. a 53,2%) ja rinnavähi puhul 62,6% naistest.

Laste vaksineerimine väheneb aasta-aastalt, on vanemaid, kes keelduvad vaktsiinidest ning juba on ka Raplamaal vaksineerimise protsent alla 95%, mis on WHO analüüside põhjal soovituslik piir, kus nakkuspuhanguid ei teki. Eesti keskmised näitajad on veel madalamad.

Eesti riigi terviseprofiilis nimetatakse oluliseks probleemiks Eestis diabeeti, mis on viiendikul elanikkonnast. Diabeeti haigestub igal aastal Eestis 6000–7000 inimest. 7% diabeedihaigestumusest moodustab I tüüpi diabeet, 93% on aga II tüüpi diabeet, mis kujuneb välja paljuski elustiilist tulenevalt. II tüüpi diabeeti haigestumine tõuseb kõikides vanuserühmades alates 35. eluaastast. Kõige rohkem esmahaigestumisi on vanuses 55–64.

Raplamaal on HIV-nakatumus tagasihoidlik, kuid võimalik, et registreeritud andmed ei näita tegelikku olukorda ja seetõttu ei tohi HIV probleemi pidada sugugi mitte vähemtähtsaks. Nakkushaigustest on puukborrelioosi maakonnas võrreldes Eesti näitajatega väga palju (2017 – 103 juhtu), puukentsefaliiti on Raplamaa inimestel diagnoositud harva (2017 – 0, kuid 2014. a 7 juhtu), mis tähendab, et Raplamaa ei ole ohtlik kant, kuid inimesed käivad ringi ning selle haiguse ennetamiseks on vaksineerimine vajalik.

8.1.3. Võrdsed võimalused

Väga oluliseks tervisemõjuriks on töö olemasolu ja sissetulek. Raplamaal on nii tööhõive kui töötuse määr võrreldes kogu Eestiga paremas olukorras. Töötust on tänasel hetkel 4% (kuid nt aastal 2010 oli see 19,6 ehk viiendik tööelistest). Brütotulu on täna Raplamaal üks kõrgeimaid Eestis – oleme Harju- ja Tartumaa järel kolmandal kohal.

Raplamaal on puudega inimeste osakaal üks väikseimaid Eestis (4,4%).

Ravikindlustusega kaetus on ca 92%. Raplamaal, nagu Eestis tervikuna, elab viiendik peredest suhteliselt vaesena, mida ei saa kuidagi pidada normaalseks.

8.1.4. Tervislik eluviis

Kiiresti suurenev rasvunute osakaal on kasvav rahvatervise probleem kogu maailmas. Võrreldes Eesti tulemustega on Raplamaa lapsed ühed ülekaalusisemad ja rasvunudamad Eestis. Raplamaal olid 2016. aastal toimunud uuringu andmetel 32% I klassi lastest (7–8-aastased) ülekaalusised. Vanuserühmade võrdluses on mehed igas vanuses naistest ülekaalukamad: näiteks vanuserühmas 16–24 on 4 korda rohkem ülekaalusisi mehi kui naisi ja vanuses 25–34 rohkem kui kolm korda rohkem. Naiste kehakaal hakkab kasvama peale 35. eluaastat.

Suitsetamine väheneb kogu riigis järjepidevalt, kuid Raplamaal ja Kesk-Eestis on suitsetajate osakaal suhteliselt suur – ligi kolmandik meestest ja 14% naistest suitsetavad igapäevaselt. Raseduse ajal suitsetab Raplamaal ca 8% naistest.

Teismeliste rasedused on vähenenud viimase 10 aasta jooksu 3-4 korda (2017 – 6).

Tervislik toitumine – see on imelihtne. Raplamaalased söövad siiski näiteks puu- ja köögivilja oluliselt vähem kui soovitatakse (soovituslik norm on 5 peotäit puu- ja köögivilja päevas).

Kolmandik tööealisest elanikkonnast tegeleb liikumisharrastusega kaks ja rohkem korda nädalas. Kaks kolmandikku ei tegele vabal ajal sportimisega praktiliselt üldse. Naised on aktiivsemad kui mehed. Laste ja noorte liikumisaktiivsus on vähenenud, sest alternatiive on juurde tulnud. Ekraaniaeg suureneb järjest. Liikumisvõimalusi on täna Raplamaal väga palju – on palju erinevaid spordialasid, spordiobjekte, kergliiklusteid jne.

Noorte riskikäitumine. Suitsetamine on noorte seas vähenenud, viimase uuringu andmetel suitsetas 15–16-aastastest noortest 10%. Kui suitsetamine ja alkoholi tarvitamine on vähenenud, siis paraku on narkootiliste ainete tarvitamine sagenenud – Raplamaal on kanepit proovinud pea 30% noortest.

Vaesematel ja madalama haridustasemega inimestel on suuremad käitumuslikud terviseriskid. Näiteks suitsetajaid on Eestis põhiharidusega inimeste hulgas peaaegu neli korda rohkem kui kõrgelt haritute hulgas.

8.1.5. Toetav elukeskkond

Raplamaal on turvaline elukeskkond ja inimesed tunnevad siin end kindlalt - rohkem kui 92% Raplamaa elanikest peavad oma kodukohta väga turvaliseks.

Raplamaa on kuritegude poolest turvalisuse mõttes Eesti keskmine. Isikuvastased kuriteod on läbi aastate olnud suhteliselt sarnasel tasemel. Oluline vähenemistrend on aga varavastastel kuritegudel, kus nt vargusi on võrreldes „hiilgeaegadega“ (2009) ligi neli korda vähem.

Tööõnnetusi on viimasel kümnendil olnud Raplamaal aastas vähem kui sada ja väga harva lõppeb tööõnnetus ka surmaga.

Liikluses hukkunute ja vigastatute arv on viimasel kümnendil langenud (2007 – 138 vigastatut ja 13 hukkunut, 2017 – 53 vigastatut ja 3 hukkunut), 2018 on taas kord kurvem aasta, kui hukkus 8 inimest.

Joobes juhte tabatakse igal aastal rohkem kui 200. Joobes juhtide tabamine sõltub palju ka politsei aktiivsusest – kui palju joobes juhte tegelikult liikluses on, seda me ju ei tea.

Perevägivalda on viimase 4 aasta jooksul registreeritud keskmiselt 130 juhtu aastas. Neist umbes 2/3 moodustavad kehalised väärkohtlemised. Perevägivalda osatakse juba ka rohkem märgata ning abi otsida.

Tuleõnnetused on viimase 10 aasta jooksul vähenenud rohkem kui kolm korda, ka tules hukkunuid on viimastel aastatel üksikud. Peamine tulesurma põhjus on voodis suitsetamine. Raplamaa kutseline päästevõrgustik koosneb neljast üksusest, kõigi reageerimiskiirus on 1 minut. Raplamaal on 10 vabatahtlikku päästekomandot, kus tegutseb üle 250 inimese.

Uppumissurmasid on maakonnas olnud läbi aastate vähe, mõnel aastal ka 0 (2010, 2013, 2015). 2003. aastal uppus Raplamaal 6 ja 2004. aastal 4 inimest. Eestis tervikuna on uppumissurmade osakaal oluliselt vähenenud võrreldes varasema ajaga. Uppumise oluliseks põhjuseks on alkoholi tarvitamine veekogu ääres.

8.1.6. Terviseteenused

Koostöös Põhja-Eesti Regionaalhaigla ja kohalike omavalitsustega valmib 2019. aastal praeguse SA Raplamaa Haigla hoonetekompleksi renoveerimise ja kaasajastamise tulemusena multifunktsionaalne maakondlik tervisekeskus, kus on ühine taristu esmatasandi tervishoiupõhiteenuste (perearstiabi teenus 6 perearsti nimistuga Raplas ning 2 nimistuga Kehtnas, koduõendusteenus, iseseisev ämmaemandusabi teenus, füsioteraapiateenus), esmatasandi tervishoiuteenuseid toetavate teenuste (psühholoogilise nõustamise ja vaimse tervise õe teenus, sotsiaalnõustamise teenus ning ambulatoorse (sh päevaravi- ja päevakirurgia teenuse) ja statsionaarse eriarstiabi teenuse osutamiseks ning ühiskasutuses perearstidega teostatakse kvaliteetsel tasemel diagnostikauuringuid (endoskoopilisi, funktsionaaldiagnostilisi, labori- ja radioloogilisi uuringuid). Rapla Esmatasandi Tervisekeskuse ja Raplamaa Haigla samal kinnistul paiknevad lähima viie aasta jooksul ka eakate hooldekodu ja sotsiaalse rehabilitatsiooni keskus.

Eriti teravaks muutub tulevikus olukord arstikohtade täitmisega, sest paljud arstid on kas saavutanud pensioniea või lähenemas sellele. Tallinna lähedust saab kasutada peamiselt mittekoos-seisuliste arstide kaasamiseks. Õendustöötajatega on haigla suhteliselt paremini kindlustatud, kuid napib õdesid koduõendusteenu arendamiseks.

Raplamaa on perearstide vähesuse tõttu olnud Eestis kõige kehvemas olukorras. Loodavate perearstikeskustega paranevad arstide töötingimused ja see toob kaasa loodetavasti ka noorte perearstide siiakanti tuleku. Raplamaal on oma haigla, mis on oluline nii turvatunde kui saadava abi pärast, eriti vanemaelastele inimestele. Suur puudus on näiteks sõltuvushaigete rehabilitatsiooniteenustest.

Elanikkond vananeb ja koos sellega suureneb krooniliste haigustega patsientide hulk, samal ajal kasvavad elanike ootused tervishoiuteenuste paremale kättesaadavusele ja kvaliteedile. Tervishoiu- süsteemi materiaalsete võimaluste piiratus nõuab Raplamaa Haigla tihedat koostööd esmatasandiga nii ravi koordineerimise ja kui ka ratsionaalse ressursikasutuse huvides.

Üldjoontes vastab tervishoiuteenuste maht maakonnas inimeste vajadustele ja võimalustele. Vajadusel on olemas transpordi võimalus kõrgema etapi raviasutustesse.

8.1.7. Prioriteetid 2019–2022

Kokkuvõtteks võib öelda, et kuigi Raplamaal on võrreldes teiste maakondadega oluliselt paremad näitajad enamuses rahvatervise valdkonda puudutavates indikaatorites, oleme me Euroopa võrdluses siiski kesiste näitajatega. Nelja-aastase tegevuskava olulisteks probleemideks, mida tervise ja turvalisuse võrgustik on pidanud tähtsamateks, on ülekaal nii laste kui täiskasvanute seas ja vähene liikumisaktiivsus, vaimne tervis (sh uimastiennetus ja koolikiusamine), perevägivald ja tervisedendus töökohal. Siseturvalisuse valdkonnas on kujunemas uueks ja oluliseks teemaks elanikkonna kaitse.

IX LISAD

9.1. Ülevaade maakonna terviseprofili koostamise protsessist

Raplamaal anti esimene terviseprofiil välja aastal 2005. Esimese profiiliga ei kaasnud pikemaajalist tegevuskava. 2006. aastal alustati uue versiooniga – koostati profiil koos pikaajalise laiapõhjalise programmiga aastateks 2007–2009. 2010. aastal koos Euroopa Sotsiaalfondi tervislikke valikuid toetava programmiga valmis versioon, mida on aastate jooksul täiendatud.

Terviseprofili on andnud sisendeid erinevad organisatsioonid ja institutsioonid, kohalikud omavalitsused, valdkondade juhid. Statistika pärineb ametkondade statistikabaasidest, Statistikaametist, Tervise Arengu Instituudi tervisestatistika ja terviseuuringute andmebaasist, samuti erinevatest arengukavadest ning arengudokumentidest.

Rapla maakonna terviseprofili koostas Ülle Laasner, Raplamaa Omavalitsuste Liidu turvalisuse ja rahvatervise spetsialist perioodil aprill 2018 – veebruar 2019.

Suur aitäh kõikidele meeskondadele ja koostööpartneritele, kes andsid oma panuse profiilidokumendi valmimisel!

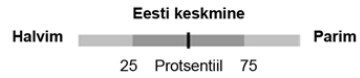
Terviseprofili tegevuskavasse on saadud sisendid järgmistelt kokkusaamistelt:

- ✓ Rapla maakonna arengustrateegia teemarühmade arutelud mai-november 2018.a.
- ✓ Tervist edendavate lasteaedade suvekool 22.08.2018.a.
- ✓ Rapla maakonna tervist edendavate koolide suvekool 28.08.2018.a.
- ✓ Uimastiennetusnõukogu arendusseminar 30.08.2018.a.
- ✓ Kohalike omavalitsuste tervisenõukogude arendusseminar 11.10.2018.a.
- ✓ Puuetega inimeste arendusseminar 25.10.2018.a.
- ✓ Turvalisuse ümarlauad kohalikes omavalitsustes perioodil oktoober-november 2018.
- ✓ Rahvastiku tervise arengukava ja siseturvalisuse arengukava seminar 10.12.2018.a.
- ✓ Rapla maakonna tervise ja turvalisuse nõukogude arendusseminar 10.01.2019.a.

9.2. Raplamaa tervise ja heolu ülevaade 2108

Joonis võrdleb maakonna tervisenäitajaid ülejäänud Eestiga. Maakonna positsiooni Eesti keskmise suhtes näitab värviline ring, halli ribana on toodud kogu Eesti näitajate jaotus.

- Parem kui Eesti keskmine
- Ei erine oluliselt Eesti keskmisest
- Halvem kui Eesti keskmine



| | Näitaja | Maakond | | Eesti keskmine | Eesti halvim | Positsioon Eesti keskmise suhtes | Eesti parim |
|---|---|---|------------|----------------|--------------|----------------------------------|-------------|
| | | Arv | Kordaja, % | | | | |
| Rahvastik | 1 Meeste keskmine eluiga | 74 | 74,5 | 73,2 | 69,5 | | 74,9 |
| | 2 Naiste keskmine eluiga | 82 | 81,6 | 81,9 | 79,7 | | 83,1 |
| | 3 Meeste tervena elatud aastad | 57 | 57,3 | 53,9 | 42,2 | | 62,0 |
| | 4 Naiste tervena elatud aastad | 62 | 61,5 | 57,4 | 48,5 | | 67,3 |
| | 5 Loomulik iive*1000 | -83 | -2,4 | -1,2 | -8,3 | | 2,2 |
| | 6 Laste (0–14-aastaste) osatähtsus (%) | 5563 | 16,3 | 16,2 | 11,6 | | 18,5 |
| | 7 Eakate (>65-aastaste) osatähtsus (%) | 6575 | 19,3 | 19,3 | 22,7 | | 17,3 |
| Võrdsed võimalused | 8 Tööhõive määr (%) | .. | 62,8 | 65,6 | 48,5 | | 71,3 |
| | 9 Keskmine brutokuupalk (€) | 929 | 929,0 | 1146,0 | 864,0 | | 1271,0 |
| | 10 Suhtelise vaesuse määr (%) | .. | 18,6 | 21,1 | 32,2 | | 16,0 |
| | 11 Registreeritud töötuse määr (%) | .. | 7,5 | 6,8 | 12,8 | | 3,6 |
| | 12 Laste suhtelise vaesuse määr (%) | .. | 23,4 | 18,5 | 46,4 | | 13,1 |
| | 13 Abivajavad lapsed*1000 | 212 | 6,2 | 6,0 | 15,9 | | 0,8 |
| | Rahvastiku tervise seisund | 14 Positiivne tervise enesehinnang (>16a) (%) | .. | 52,4 | 55,0 | 28,5 | |
| 15 Tervisest tingitud piirangud (>16a) (%) | | .. | 33,8 | 34,4 | 56,5 | | 28,2 |
| 16 Depressiooni esinemine - mehed (>16a) (%) | | .. | 5,2 | 5,8 | 12,0 | | 2,8 |
| 17 Depressiooni esinemine - naised (>16a) (%) | | .. | 11,5 | 10,3 | 21,7 | | 4,7 |
| 18 Haiglaravil viibinud vigastuste tõttu*1000 | | 287 | 8,4 | 10,2 | 13,3 | | 8,4 |
| 19 Pahaloomuliste kasvajate esmasjuhud*1000 | | 206 | 6,0 | 6,6 | 8,4 | | 6,0 |
| 20 Tuberkuloosi esmahaigestumus*100 000 | | 3 | 8,7 | 16,0 | 28,7 | | 0,0 |
| 21 Seksuaalsel teel levivad haigused (va HIV)*100 000 | | 40 | 117,2 | 116,3 | 186,6 | | 37,7 |
| 22 HIV nakkusjuhud*100 000 | | 2 | 6,8 | 22,1 | 76,2 | | 0,0 |
| 23 Puudega inimeste osatähtsus (%) | | 2926 | 8,6 | 11,4 | 24,8 | | 6,9 |
| 24 Puudega laste (0–15a) osatähtsus (%) | | 260 | 4,4 | 5,3 | 10,2 | | 3,2 |
| 25 Surmad enne 65. eluaastat*100 000 | | 96 | 3,5 | 3,1 | 5,3 | | 2,3 |
| Terviseik eluviis | | 26 Surmad vigastustesse ja mürgistustesse*100 000 | 17 | 40,4 | 58,2 | 101,2 | |
| | 27 Alkoholisurmad*100 000 | 10 | 28,1 | 36,0 | 70,6 | | 22,6 |
| | 28 Surmad vereringeelundite haigustesse*100 000 | 210 | 339,3 | 312,1 | 401,0 | | 288,9 |
| | 29 Surmad pahaloomulistesse kasvajatesse*100 000 | 102 | 199,2 | 175,7 | 240,9 | | 142,5 |
| | 30 Purju joomine viimasel kuul (mehed, >16a) (%) | .. | 25,3 | 63,8 | 40,9 | | 21,9 |
| | 31 Purju joomine viimasel kuul (naised, >16a) (%) | .. | 11,7 | 27,9 | 11,8 | | 2,2 |
| | 32 Ülekaalulisel ja rasvunud (16–74a) (%) | .. | 48,4 | 47,6 | 61,9 | | 41,3 |
| | 33 Suitsetajad (>16a) (%) | .. | 28,4 | 25,2 | 30,1 | | 19,1 |
| | 34 Raseduse ajal suitsetajad (%) | 20 | 6,9 | 5,9 | 12,0 | | 3,1 |
| | 35 Teismeliste (15–17a) rasedused*1000 | 7 | 13,3 | 16,2 | 35,8 | | 6,3 |
| | 36 Piisav puu- ja köögiviljade söömine (16–74a) (%) | .. | 4,7 | 2,2 | 0,7 | | 100,0 |
| | 37 Piisav liikumine (16–74a) | .. | 65,2 | 70,8 | 44,1 | | 89,5 |
| | 38 Vaktsineerimisega hõlmatud 2-aastaselt (%) | .. | 95,4 | 93,4 | 90,9 | | 98,8 |
| Toetav elukeskkond | 39 Rinnavähi sõeluuringutega hõlmatud (%) | 773 | 56,9 | 56,4 | 54,2 | | 68,3 |
| | 40 Emakakaelavähi sõeluuringutega hõlmatud (%) | 617 | 46,3 | 46,0 | 40,0 | | 53,7 |
| | 41 Elukoha turvaliseks hindamine (15–70a) (%) | .. | 92,3 | 84,7 | 70,0 | | 97,1 |
| | 42 Isikuvastased kuriteod*1000 | 167 | 4,9 | 5,1 | 7,3 | | 2,5 |
| | 43 Varavastased kuriteod*1000 | 288 | 8,4 | 12,0 | 15,2 | | 3,8 |
| | 44 Rasked ja surmavad tööõnnetused*100 000 | 17 | 1,1 | 1,5 | 2,8 | | 0,8 |
| | 45 Liikluses hukkunud ja vigastatud*1000 | 57 | 1,7 | 1,4 | 1,7 | | 0,8 |
| | 46 Tabatud joobes juhid*1000 | 246 | 7,1 | 5,4 | 10,3 | | 4,0 |
| | 47 Tuleõnnetustes kannatanud*100 000 | 5 | 14,5 | 17,8 | 45,7 | | 11,3 |
| | 48 Hoonetulekahjude arv*100 000 | 40 | 1,2 | 1,2 | 2,0 | | 0,9 |
| | 49 Uppumised ja veeõnnetustest päästetud*100 000 | 1 | 2,9 | 5,9 | 22,6 | | 2,0 |
| | 50 Perearstide arv*100 000 | 17 | 125,0 | 151,8 | 125,0 | | 183,7 |

* Märkus. *1000 = 1000 elaniku kohta; *100 000 = 100 000 elaniku kohta.

Loe kasutatud näitajate kohta täpsemalt veebiaadressilt <http://terviseinfo.ee/maakonnatervis> või kasuta QR-koodi.

Andmeallikad: 1–12, 14–15, 23–25, 42–43 Statistikaamet; 16–20, 26–37, 39–41, 50 Tervise Arengu Instituut; 13 Sotsiaalministeerium; 21–22, 38 Terviseamet; 44 Tööinspektsioon; 45 Maanteeamet; 46 Politsei- ja Piirivalveamet; 47–49 Päästeamet.



9.3. Rapla maakonna terviseprofili tegevuskava

Visioon aastaks 2022

Raplamaal on väga soodne ja turvaline keskkond elamiseks, töötamiseks, laste kasvatamiseks, puhkamiseks, elu nautimiseks – täisväärtuslikuks ja kvaliteetseks eluks. Siin on turvaline elada: inimestel on sotsiaalsed garantiid – kaitstud on laste õigused, inimestel on tööd ja leiba. Inimesi märgatakse, kaasatakse ja tunnustatakse – nii tippasemel kui kogukonna tasandil.

Lastel on teadlikud ja vastutustundlikud lapsevanemad, kes suudavad tagada oma lastele õnneliku lapsepõlve. Täiskasvanud suudavad probleeme varakult märgata ja neile õigeaegselt reageerida. Raplamaal on lastel ja noortel kõik võimalused – siin saab väga hea hariduse, olemas on head vaba aja sisustamise ja huvitegevuse võimalused, lastel on võimalus õppida ja teha ka tööd.

Rapla maakonna elanikud on hästi informeeritud ja terviseteadlikud. Tervislikud valikud on tehtud inimestele käepäraseks. Raplamaa inimesed on sportlikud, hoolivad iseenda ja oma lähedaste tervisest. Raplamaa inimestele on terviseteenused väga hästi kättesaadavad. Siin on arenguks soodsad tingimused.

Kõige olulisemaks näitajaks ühes turvalises paikkonnas on aga see, et erinevate sektorite spetsialistid teevad koostööd, paljud inimesed on kaasatud ennetus-, edendus- ja abistamistegevustesse, loodud on palju erinevaid võrgustikke, kuhu kuulumine annabki inimesele kindlustunde. Soovime, et maakonna inimesed tunneksid, et neist hoolitakse ja et Raplamaa on parim paik maailmas.

I Sotsiaalne sidusus ja võrdsed võimalused

Üldine eesmärk: sotsiaalne sidusus on suurenenud ja ebavõrdsus tervises vähenenud.

| I | Probleem | Eesmärk |
|-----|--|---|
| 1.1 | <p>Raplamaa elanikkond väheneb nii väljarände kui negatiivse iibe tõttu.</p> <p>Inimestel puudub kindlustunne tuleviku suhtes (mille tõttu ka suur väljaränne), igapäevane hakkamasaamine on läinud järjest raskemaks.</p> | <p>Raplamaa mehhaaniline iive on positiivne aastaks 2035 (maakonna arengustrateegia).</p> |
| 1.2 | <p>Kogukonnad ise ei ole piisavalt aktiivsed sekkujad – paljud kohalikud probleemid saaks lahendada ise käsi külge lüües.</p> <p>Naabrivalve sektoreid on maakonnas vähe, liikumisega võiksid ühineda nii külad kui linna erinevad piirkonnad.</p> <p>Haavatavate rühmade esindajatel on koostöötähe, kuid nad vajavad rohkem toetust avaliku sektori poolt.</p> | <p>Suurendada sotsiaalset sidusust erinevate võrgustike loomise ja arendamise (külaliikumine, naabrivalve, ametkondlikud võrgustikud, ülemaakondlikud ja piirkondlikud ühiskondlikud võrgustikud) kaudu – maakonnas on palju erinevaid võrgustikke, mis on elujõulised.</p> |
| 1.3 | <p>Endast palju andmist nõudvate valdkondade inimesed (meditsiintöötajad, õpetajad, lasteaiaõpetajad, sotsiaaltöötajad) vajavad ka ise motiveerimist ja tunnustamist ning eneseabi õpetust.</p> | <p>Võimestada erinevaid sotsiaalvaldkonna võrgustikke läbi koolituste ja supervisiooni, arendada tunnustussüsteeme – maakonnas on inimesed märgatud ja toetatud.</p> |
| 1.4 | <p>Inimeste tervist puudutavaid andmeid on palju ja inimesed ei orienteeru selles hulgas.</p> | <p>Maakonna terviseinfo on süstematiseeritud ja kergesti kasutatav - maakonna rahva tervise andmed on leitavad terviseprofiilis nii trükisena kui veebiversioonina.</p> |
| 1.5 | <p>Omaavalitsustes ei ole ei ole loodud tervisenõukogusid.</p> | <p>Maakonna kõikidel omaavalitsustel on terviseprofiil ja toimiv tervisenõukogu aastaks 2022</p> |
| 1.6 | <p>Maakonna tervisedenduslik võrgustik võib väsida ja oma tegevuses kalduda rutiini.</p> | <p>Tõsta paikkonna suutlikkust (meeskondade koolitamine, motiveerimine, tunnustamine) tegelemaks haiguste ennetamise ja tervise edendamiseks – paikkonna suutlikkuse indeks on kõrge ja ajas parenev (PSI indeksi mõõtmine).</p> |

| <i>Jrk nr</i> | <i>Tegevused</i> | <i>2019</i> | <i>2020</i> | <i>2021</i> | <i>2022</i> | <i>Rahastamisallikas</i> | <i>Vastutav organisatsioon</i> | <i>Kaasatavad partnerid</i> |
|---------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|--|--------------------------------|---|
| 1. | Uuringud, andmete kogumine | | | | | | | |
| 1.1 | Maakonna tervisestatistika järjepidev kogumine ja esitlemine (terviseprofiili täiendamine) | X | | | X | RTA | ROL | Kõik koostööpartnerid |
| 1.2 | KOV tervisprofiilide loomine ja järjepidev uuendamine (üle kolme aasta) | x | | | x | KOV | KOV, ROL | Kõik koostööpartnerid |
| 2. | Koolitus ja nõustamine | | | | | | | |
| 2.1 | Psühholoogilise nõustamisteenuse arendamine, koostöö parendamine ja laiendamine teenusepakkujate ja kohalike omavalitsuste vahel | X | X | X | x | KOV | Nõustamiskeskused, KOV | |
| 2.2 | Koolitused esmatasandi märkajatele | X | X | X | X | ESF, AF, Just | ROL, PPA | |
| 2.3 | Supervisioon/kovisioon sotsiaal- ja tervisevaldkonna spetsialistidele ja õpetajatele | | X | X | X | RTA, KOV | ROL | |
| 2.4 | Tervisedenduslikud koolitused koostööpartneritele | X | X | X | X | ESF, RTA | ROL | |
| 2.5 | Lastevanemate koolitused ja tugigrupid (HEV, ATH ja Aspergeri sündroomiga laste vanemate, ülekaaluliste laste vanemate tugigruppide tegevus) | X | X | X | X | KOV, RTA, lapsevanemate omafinantseering | Ühendused, ROL | KOVd |
| 2.6 | Koolitused puuetega inimestele, koostöö puuetega inimeste seltside ja liitude vahel | X | X | X | X | RTA, fondid | Rapla PIK | ROL, KOVd, puuetega inimeste ühendused |
| 3. | Võrgustikutöö | | | | | | | |
| 3.1 | Tervisedenduse koostööpartnerite kaardistus | x | | | | | ROL | |
| 3.2 | Sotsiaaltöötajate võrgustiku arendamine, võrgustikutöö edendamine sotsiaaltöötajate, perearstide, noorsootöötajate, koolijuhtide, politsei jt koostöös (ümarlauad, koostöökokkulepped jms). | X | X | X | X | | SKA, ROL | PPA, SKA, perearstid, haridusasutused, noortekeskused, spordiklubid jt. |
| 3.3 | Tervisedenduse võrgustiku koostöö kogudustega | X | X | X | X | ESF | ROL, kogudused | |

| | | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|-------------------------|----------------------------|--|
| 3.4 | Naabrivalve sektorite loomisele kaasaaitamine (teabe jagamine, maakondlikud tegevused nt naabrivalvefoorum vms) | X | X | X | X | Eesti Naabrivalve, KOVd | Eesti Naabrivalve , ROL | KOVd, külad, Raplamaa Külade Liit |
| 3.5 | Vabatahtlike päästekomandode arendamine | x | x | x | x | KOV, toetused | Rapla Tuletõrjekapital MTÜ | KOV, ROL |
| 3.6 | Külaliikumise igakülgne toetamine, tervise teema sisseviimine koolitustesse (ohutuspäevad, uuringud jms) | | X | X | X | Leader, KOP, KOV | MTÜ Raplamaa Külade Liit | MTÜ Raplamaa Partnerluskogu, ROL, KOVd |
| 4. | Tervisedenduse korraldus maakonnas | | | | | | | |
| 4.1 | Tervisedendaja ametikoha olemasolu ja täitmine Raplamaa Omavalitsuste Liidus | X | X | X | X | RAM | ROL | |
| 4.2 | Tervisenõukogude - tervisenõukogu, turvalisuse nõukogu, liikluskomisjon, uimastiennetusnõukogu jt arendustegevused (koolitused, arendusseminarid, õppereisid jms) | X | X | X | X | ESF, RTA | ROL | Koostööpartnerid. SiM, TAI |
| 4.3 | KOV tervisenõukogude loomine | X | X | X | X | RTA, KOV | KOV | ROL |
| 4.4 | KOV tervisenõukogude koolitamine | X | X | X | X | RTA, TAI | ROL | TAI |
| 4.5 | Rapla Puuetega Inimeste Koja oma maja/ruumid, kus saaks tegutseda nii puudega inimesed kui ka eakad. | | X | X | | Fondid | Rapla PIK | KOVd |
| 5. | Avalikud suhted, tunnustamine | | | | | | | |
| 5.1 | Sotsiaaltöö tegijate ja vabatahtlike tunnustamine omavalitsuste tasandil | X | X | X | X | KOV | KOVd | ROL |
| 5.2 | Tervise- ja turvalisuse tunnustussüsteemi arendamine maakonnas (statuut, auhinnad jms) | X | X | X | X | RTA | ROL (TRN, TN) | UEN, KOV TN |
| 5.3 | Sportlaste, sporditöö edendajate, tervise- ja turvalisuse valdkonna tunnustamine (tänuüritused) | x | x | X | x | RTA, SL, AF | ROL, SL | |

II Laste ja noorte tervis

Üldeesmärk: Laste ja noorte tervisenäitajad paranevad, noored annavad oma tervisele järjest positiivsema hinnangu.

| II | Probleem | Eesmärk |
|-----|---|---|
| 2.1 | Lapsed ja noored saavad vigastusi ning laste vigastussuremus ei ole viimase 5 aasta jooksul olnud iga-aastaselt 0. Lapsed ja noored on sooritanud suitsiide. | Laste vigastushaigestumise vähenemine (praegu väikseim Eestis). Laste ja noorte suitsiidide arv peab olema null. |
| 2.2 | Kõrged suitsetamise ja alkoholi tarvitamise näitajad laste ja noorte hulgas, narkootikumide proovijate osatähtsuse tõus. | Laste ja noorte terviseteadlikkus on suurenenud ja riskikäitumine vähenenud (möödetakse kooliõpilaste tervisekäitumise uuringuga). |
| 2.3 | Koolikiusamine – vaimne ja füüsiline, laste ja ka täiskasvanute vahel (uuring 2019). | Koolikiusamine on vähenenud (möödetakse üleriigilise uuringuga, eelmine 2015) Tõsta teadlikkust kaasaegsetest riskidest: küberkiusamine, netiturvalisus jms. |
| 2.4 | Laste halvad tervisenäitajad – vähene kehaline aktiivsus, ülekaalulisus, üha enam rühihäireid, nägemisteravuse langus jms. | Laste ja noorte tervisenäitajad paranevad, noored annavad oma tervisele järjest positiivsema hinnangu. Ülekaalulisuse näitajad peatuvad (COSI uuring 3 aasta pärast). Suurendada liikumisaktiivsust noorte ja laste seas ja tervisliku toitumise alast teadlikkust ning parandada keskkondlikke võimalusi valikute tegemiseks (koolitoit). Luua ja toetada erinevaid lapsevanemate tugigruppe laste tervise edendamiseks. |
| 2.5 | Noorte inimeste vähene kaasatus iseenda eluolu parandamisesse ja probleemidele lahenduste otsimisse (noortekogude jt noortevõrgustike olemasolu). | Soodustada noortevõrgustike arengut noorte tervise edendamiseks - maakonnas on jätkusuutlikud noortevõrgustikud (noortevolikogud, tervist edendavate noorte võrgustik Rapla Gümnaasiumis) |
| 2.6 | Laste huvitegevuse võimalused on maakotades piiratumad kui linnas (ebavõrdsus sõltub näiteks transpordivõimalustest, bussitranspordi korraldusest jms). | Noorte huvitegevuseks on piisavalt võimalusi üle maakonna. |
| 2.7 | Psühholoogilise nõustamisteenuse kättesaadavus ei ole piisav (teenus on kallid ja teenusele saamine aeganõudev ja raskendatud). Tugispetsialistide puudus. | Koostöös kohalike omavalitsustega laiendada ja suurendada nõustamisteenuste kättesaadavuse võimalusi. Jätkata teenustega, mis on kanda kinnitanud ja vajadust tõestanud. |
| 2.8 | Lastega tegelevad inimesed ei märka probleeme õigeaegselt. | Tõsta täiskasvanute teadlikkust ohumärkide avastamisel – märkamine, edasisuunamine, abi otsimine, spetsialisti leidmine jms. Arendada võrgustikutööd spetsialistide vahel varase märkamise ja sekkumise tõhustamiseks – toimivad erinevad varase märkamise ja sekkumise võrgustikud maakonnas. |

| <i>Jrk nr</i> | <i>Tegevused</i> | <i>2019</i> | <i>2020</i> | <i>2021</i> | <i>2022</i> | <i>Rahastamisallikas</i> | <i>Vastutav organisatsioon</i> | <i>Kaasatavad partnerid</i> |
|---------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------|--------------------------------|--|
| 1. | Uimastiennetus ja seksuaalkasvatus | | | | | | | |
| 1.1 | Uimastiennetusliku projektid/pikaajalised kampaaniad koolides, noortekeskustes | X | X | X | X | AF, RTA, Leader | ROL, KOV | ANK, koolid |
| 1.2 | Maakondlikud kampaaniad – sh Suitsuprii klass | | X | X | X | RTA | ROL | Koolid |
| 1.3 | Uimastiennetusalasel koolitused õpilastele, õpetajatele, lapsevanematele | X | X | X | X | RTA, AF | ROL | Koolid |
| 1.4 | Uimastikasutuse uuringu läbiviimine | | X | | | RTA, fondid | ROL, UEN | TAI |
| 1.5 | Noorte tervisekonverentsid ja –foorumid, osaluskohtvikud | X | X | X | X | Leader, RTA, ENL | Noortevolikogud, ROL | PPA, RG |
| 1.6 | Flaierid, äpid jms – noorte tooted | | X | | X | RTA, PPA, sponsorid | ROL, noored | |
| 1.7 | Seksuaalkasvatuse alased kampaaniad – nt ülemaailmse AIDSi vastu võitlemise päeva tähistamine | X | X | X | X | EPR, RTA | EPR, ROL, noored | Kultuurikeskused, noortekeskused |
| 1.8 | Noorte võrgustiku arendamine, koolitused, edulood | | X | | X | RTA, RG | ROL | LFT, RG, EPR jt |
| 1.9 | Koolitused noortelt noortele | X | X | X | X | RTA, fondid, KOV | ROL, ETÜ | Rapla G |
| 1.10 | Töenduspõhiste programmide rakendamine (SPIN, STEP, Puhastulevik jms) | X | X | X | X | KOV, politsei | Politsei, KOV | ROL, prokuratuur |
| 1.11 | Usaldusväärse info vanemateni viimine (VEPA kodu info, "Tark vanem" keskkonna, narko.ee jt kaudu) | X | X | X | X | TAI | TAI | ROL |
| 1.12 | Testostlemised maakonna kauplustes ja tanklates | X | | | X | RTA | ROL | Noorte tervisedendajate võrgustik (Rapla Gümnaasium) |
| 2. | Vigastuste ja ohtude ennetus | | | | | | | |
| 2.1 | Kaitse end ja aita teist ohutuskoolitused ja ohutuslaager | X | X | X | X | PPA, Päästeamet, EPR, MNT, RTA, KOV | Raplamaa päästepiirkond | ROL PPA, EPR, MNT Kaitseleit jt |

| | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|--------------------------|--------------------------------------|-------------------------|
| 2.2 | Preventiivsed etendused (Foorumteater, interaktiivne etendus „Õpin tänaval liiklema“ jms) | X | X | X | X | AF, RTA, KOV | ROL | |
| 2.3 | Oti-nädalad ja Otsi Otti õpetus lasteaias | X | X | X | X | KOV, fondid | Kodanikekaitse Selts, ROL | Lasteasutused |
| 2.4 | Oti-õpetajakoolitus | | | | X | KOV | Kodanikekaitse Selts, ROL | |
| 2.5 | Koolide kriisikaustade täiendamine | X | | | | | ROL, UEN, koolid | PPA, Ohvriabi jt |
| 2.6 | Koolitused küberkiusamise, netiturvalisuse, hasartmängusõltuvuse, identiteedivarguste teemadel | X | X | X | X | PPA | PPA | |
| 2.7 | Lastevanemate esmaabialased koolitused | | | X | X | Omaosalus, koolid | EPR | |
| 2.8 | Noorte riskivältimise koolitused „Georgi ja Kaspari lugu“, „Selge pilt!“, „Viimane piknik!“ | X | | | | MNT | MNT | Koolid |
| 2.9 | Reguleerijakoolitus lasteaednikele | X | X | X | X | MNT | MNT | Lasteaiad |
| 2.10 | Vägivallateema käsitlemine koolis- turvalise sekkumise/ teatamise info, olulised kontaktid, usaldusisik igale lapsele | X | X | X | X | PPA | PPA | ROL, koostööpartnerid |
| 3. | Toitumine | | | | | | | |
| 3.1 | Toitlustuse järelevalve lasteasutustes (koolid, lasteaiad) sh puhvetid | X | X | | | RTA | ROL | Terviseamet, Kehtna KHK |
| 3.2 | Toitumisalased koolitused õpilastele ja lapsevanematele | X | X | X | X | RTA, koolid | ROL, koolid | Kehtna KHK |
| 3.3 | Konkurss „Parim lasteaiatoit“/“Parim koolitoit“ | X | X | | | RTA | ROL | |
| 3.4 | Hambatervisealased koolitused ja kampaaniad | X | X | X | X | RTA, ESF, EHL, sponsorid | ROL | koolid |
| 3.5 | Tugigrupp ülekaaluliste laste vanematele | | X | X | X | KOV | KOV, koolid, koolitervishoiutöötajad | ROL |
| 4. | Vaimne tervis | | | | | | | |
| 4.1 | Tugiteenuste osutamise süsteemi toetamine (eripedagoog, logopeed, psühholoog, sotsiaalpedagoog jt) haridusasutustes | x | x | x | x | KOV eelarve | KOV | SoM, HTM |

| | | | | | | | | |
|-----------|--|---|---|---|---|---------------------------|-------------------------------------|--|
| 4.2 | Psühhoteraapia ja psühholoogilise nõustamise toetamine maakonnas | X | X | X | X | KOVd, ESF, Just | KOV-d | ROL |
| 4.3 | Laste ja lastevanemate harimine (koolitused, trükimaterjalid, vallalehed, maakonnaleht, raadio, ümarlauad, tugigrupid, kogemusnõustamine jms) | X | X | X | X | RTA, koostööpartnerid | ROL, lasteasutused (kool, lasteaed) | PPA, Rapla päästepiirkond, perearstid jt |
| 4.4. | Lepitusteenuse võimaldamine lahus elavatele peredele | X | X | X | X | KOV | Lepitaja | Kohus |
| 4.5 | Nutiajastu sekkumised – Nutiprii klass, reeglid nutivahendite kasutamisel jms. | X | X | X | X | | Koolid | ROL |
| 4.6 | „Vaikuseminutite“ (tähelepanu ja meelerahu harjutused) meetodika rakendamine (koolitused, rakendamine lasteasutustes), rahutubade sisseviimine lasteaedades | X | X | X | X | KOV | Lasteaiad, koolid | |
| 4.7 | Koolikiusamise uuringu presentatsioon ja tegevuskava koostamine ja rakendamine | X | | | | Leader, RTA | ROL, ETÜ | ERSI |
| 5. | Liikumine | | | | | | | |
| 5.1 | Kehalise kasvatus õpetajate ja treenerite koolitused, õppereisid, ainesektsiooni tegevus | X | X | X | X | AF | SL | ROL |
| 5.2 | Spordiringide kaardistamine (teabe levitamine, kättesaadavus) | X | X | X | X | | KOVd | |
| 5.3 | „Liikuma kutsuv kool“ pilootprojekti laiendamine ja põhimõtete laialdane kasutuselevõtt | X | X | X | X | KOV, RTA | ROL, koolid | |
| 5.4 | Mittesportivate laste kaardistamine ja lastele tegevuse leidmine | X | X | X | X | Koolid, KOV, lapsevanemad | KOV, koolid | ROL |
| 5.5 | Liikumiskampaaniate elluviimine | X | | | X | ROL, koolid, KOV | ROL | KOV, koolid |
| 5.6 | Õuesõpe ja kõikvõimalikud tegevused õues (lasteaia, koolis) | X | X | X | X | KOV | Lasteaiad, koolid | ROL |
| 6. | Tunnustamine, PR | | | | | | | |
| 6.1 | Võimalus kasutada Raplamaalt sirgunud või siin elavaid edukaid inimesi eeskujudeks – sportlased (Gerd Kanter), noored muusikud (Pärt Uusberg, Vaiko Eplik, Birgit Öigemeel, Arop), näitlejad (Märt Avandi, Uku Uusberg, Priit Võigemast jt). | X | X | X | X | RTA | ROL | Noored, noortekogud |
| 6.2 | Osalemine rahvusvahelistel konverentsidel ja koolitustel | X | X | X | X | Fondid, KOV | Koolid | ROL |

| | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|----------------------------|-----------------------------------|-----|
| 6.3 | Inimeseõpetuse aineolümpiaadi ja 5. klasside tervisevõistluse korraldamine, parimate ainetundjate tunnustamine | X | X | X | X | AF, RTA | Inimeseõpetajate ainesektsioon | ROL |
| 7. | Noorte vaba aeg | | | | | | | |
| 7.1 | Riskilaste projektid ja tegevused (seiklusringid, matkad jms) | X | X | X | X | SiM, Just | KOV | ROL |
| 7.2 | Avatud noortekeskuste tegevus, tegevust toetavad projektid | X | X | X | X | ENTK, Leader, KOV, fondid | ANK, KOV | ROL |
| 8. | Koolitused ja supervisioon sidusrühmadele | | | | | | | |
| 8.1 | Inimeseõpetuse õpetajatele koolitused ja õppereisid, ainesektsiooni tegevus | X | X | X | X | AF, RTA | ROL, inimeseõpetuse ainesektsioon | |
| 8.2 | Kooli- ja lasteaiajuhtide koolitused ja võrgustikule pidev informatsiooni andmine | X | X | X | X | ESF, AF, RTA | ROL, lasteasutuste TNd | |
| 8.3 | Lasteaia- ja kooliõpetajate TE-alased koolitused | X | X | X | X | RTA, KOV | Koolid, ROL | KOV |
| 8.4 | Sotsiaaltöötajate, tugispetsialistide ja huvijuhtide koolitused ja supervisioon | | X | | X | KOV, koolid, RTA, HTM, SoM | Rajaleidja, SKA, koolid jt | ROL |
| 8.5 | Turvaline kodukant meetodikal põhinevad arutelud koolides ja nende järgselt koostööseminar | X | | | | PPA, ESF | PPA | ROL |
| 9. | Teavitust | | | | | | | |
| 9.1 | Abisaamise kohtade kaardistus ja info levitamine | X | | | | | ROL | KOV |

III Tervislik elu-, töö- ja õpikeskkond

Üldeesmärk: Elu-, õpi- ja töökeskkonnast tulenevad terviseriskid on vähenenud.

| III | Probleem | Eesmärk |
|-----|---|---|
| 3.1 | Tervist edendavate lasteaedade (9) ja töökohtade osakaal on madal, koolide osas ka arenguruumi. | Laiendada tervisedenduslike koolide ja lasteaedade võrgustikku – 100% koolid tervisedenduslikuks, ¾ lasteaedadest võrgustiku liikmeks. Arendada tervist edendavate töökohtade võrgustikku. |
| 3.2 | Ühiskondlike avalike asutuste toitlustuse madal kvaliteet (hooldekodud, lasteasutused). | Parendada hooldekodude toitlustust. Tõsta lasteasutuste toitlustuse taset. |
| 3.3 | Vigastushaigestumus ja -suremus, kuigi Eesti keskmisest parem, on siiski suur murekoht. Liikluses vigasaanute suur arv ning joores liiklejad. Isiku- ja varavastaste kuritegude ja perevägivalga olemasolu. Tuleõnnetustes ja tööõnnetustes on hukkunud inimesi. | Saavutada iga aasta lõpuks täiskasvanud elanikkonna vigastushaigestumuse ja vigastussuremuse vähenemine. |
| 3.4 | Suitsuandureid ei kasutata hoolimata seaduse olemasolust 100%. Suitsuandurite hooldusteadlikkus on vähene. Ahjuküttega kodudes vinguandurite vähene kasutamine. | Suitsuandurite ja vinguandurite kõrge kasutusprotsent. Tõhustada järelevalvet suitsuandurite kasutuse üle ja suurendada vinguanduri kohta teavet. |
| 3.5 | Tervise- ja matkaradade ning spordirajatiste kaardistus ja info kättesaadavus ei ole piisav. Maakonnas on vähe matka- ja terviseradasid, osad olemasolevad halvas seisukorras. Talispordivõimalused võiksid olla paremad (hooldatud suusarajad ja liuväljad). | Parendada tervise- ja matkaradade kaardistust ja info levitamist. Tervise- ja matkarajad on hooldatud ning võimalusel luuakse neid juurde. |
| 3.6 | Avalike ujumiskohtade puudus ja olemasolevate kohtade ebapiisav korrasolek. | Maakonnas on rohkem hooldatud ujumiskohti, mis on turvalised. |
| 3.7 | Tuletõrje veevõtukohtad on vallati erineva hooldusastmega, veevõtukohtade arv ebapiisav. | Parandada veevõtukohtade hooldust omavalitsuste ja omanike seas. |

| Jrk nr | Tegevuskava | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | Rahastamisallikad | Vastutav organisatsioon | Kaasatavad partnerid |
|------------|--|------|------|------|------|----------------------------------|--------------------------|---|
| 1. | Tervist edendavad asutused | | | | | | | |
| 1.1 | TEK ja TEL nõukogude arenduskoolitused ja suvekoolid | X | X | X | X | ESF, AF, RTA, KOV | TEL, TEK | ROL |
| 1.2 | Tervisliku ja turvalise töökohta kontseptsiooni edendamine, tervist edendavate töökohtade võrgustiku arendamine, tervist toetavate ettevõtete tunnustamine | X | X | X | X | Riigieelarve, SoM, töökohad | ROL | KOV, TAI |
| 1.3 | Tervist Edendav KOV liikumise algatamine | X | | | | | ROL | KOV |
| 2 | Keskkond | | | | | | | |
| 2.1 | Avalike mänguväljakute rajamine ja korrashoid | X | X | X | X | KOV, toetused | KOV | Vabaühendused |
| 2.2 | Kooli ja lasteaia territooriumi, kooli- ja lasteaia ümbruse ja ühiskondlike mänguväljakute ohtude kaardistamine ja ohtude likvideerimine | | X | | X | KOV | KOVd, lasteaiaid, koolid | |
| 2.3 | Terviseradade ja rajatiste kaardistamine, info levitamine, terviserajad.ee portaali tutvustamine laiemalt, info levitamine | X | X | X | X | KOV, SL | KOV, SL, RMK | ROL |
| 2.4 | Terviseradade arendamine ja loomine ning hooldus | X | X | X | X | KOV, Leader | KOV | |
| 2.5 | Tuletõrje veevõtukohtade parendamine | X | X | X | X | KOV | KOVd, omanikud | |
| 2.6 | Ujumis- ja puhkekohtade arendamine ning hooldus, sh infotahvlid | X | X | X | X | Leader, KOV | KOVd, külade MTÜ-d, RMK | |
| 2.7 | Tühjade ja alakasutatud hoonete kaardistamine, nende kasutamisevõimaluste analüüs ja lammutusprogrammi koostamine | x | x | | | KOV | KOV | RAEK, ROL, MKA, omanikud |
| 2.8 | „Koleehitiste“ lammutamine | x | x | x | x | Riiklikud toetused, omanike raha | Omanikud | KOV |
| 2.9 | Spordiväljakute, spordisaalide jm spordirajatiste korrastamine ja arendamine valdades | x | x | x | x | KOV, toetused | KOV | Spordiklubid, haridusasutused, teised partnerid |
| 2.10 | Spordihoonete arendamine (Valtu Spordimaja kompleks, Rapla spordikooli hoone, Kohila spordihoone) | x | x | x | x | KOV, toetused | Valtu Spordimaja OÜ | KOV |

| | | | | | | | | |
|-----------|--|---------------|---|---|---|-----------------------------|----------------------|--------------------------------|
| 2.11 | Ujulate arendus (Märjamaa ujula) | x | x | x | x | KOV, toetused | KOV | |
| 2.12 | Staadionite rekonstrueerimine ja arendus (Rapla staadioni, Kohila staadion, Märjamaa staadion, Kehtna staadion) | Erinevad ajad | | | | KOVd, toetused | KOVd | Spordiklubid |
| 2.13 | Paluküla spordi- ja puhkekeskuse arendamine | X | X | X | X | KOV, toetused | KOV | Spordiklubid |
| 2.14 | Tervisespordikeskuste arendamine (Kohila Ülejõe vabaaja- ja tervisespordikeskuse rajamine, Järta tervisespordikeskus, Kuimetsa motokrossirada, Rapla kardirada, Rapla Vesiroosi tervisepark(sh terviserajad), Pirgu terviserada) | | x | x | x | KOV, erasektor, toetused | KOV | Erasektor, vabühendused |
| 2.15 | Kergliiklusteede hooldus | x | x | x | x | KOV | KOV | |
| 2.16 | Kergliiklusteede võrgustiku vajaduspõhine järk-järguline väljaarendamine Raplamaa kergliikluse teemaplaneeringu alusel | x | x | x | x | KOV, riigieelarve, toetused | KOV | MNT |
| 3. | Koolitused ja nõustamine | | | | | | | |
| 3.1 | Kooli- ja lasteaiakokkade koolitused | X | | X | | RTA, TAI | ROL, Kehtna KHK | |
| 3.2 | Hooldekodude ja haigla toitlustuse nõustamine | | X | | | RTA | ROL, Kehtna KHK | |
| 3.3 | Hooldusasutuste kokkade koolitused | | X | | | RTA, asutused | Kehtna KHK | ROL |
| 3.4 | Pääste kodukülastused kontrolli ja nõustamise eesmärgil | x | x | x | x | | Rapla päästepiirkond | KOV |
| 4 | Arendustegevus | | | | | | | |
| 4.1 | Maakonna liiklusohutusprogrammi uuendamine Liiklusohutuskomisjoni tegevus | x | | | X | AF | MNT, ROL | PPA, KOV, Rapla päästepiirkond |

IV Tervislik eluviis

Üldeesmärk: Elanikkonna füüsiline aktiivsus on suurenenud, toitumine muutunud tasakaalukamaks ja riskikäitumine on vähenenud.

| IV | Probleem | Eesmärk |
|-----|---|--|
| 4.1 | Täiskasvanute tervise- ja riskikäitumise kohta kättesaadavad andmed on piirkondlikud. On vaja viia läbi vastavad uuringud kohalikul tasandil. | Leida võimalused monitoorida elanikkonna tervise- ja riskikäitumist maakonna ja ka KOV tasandil. |
| 4.2 | Inimesed ja ka otsustajad ei pea tervise teemat tähtsaks. Traditsioonilised hästitoimivad tegevused võivad toetuse puudusel katkeda (tervispäevad, südamekuu, kampaaniad, rahvaspordiüritused jms). | Suurendada elanikkonna ja otsustajate seas tervise ja tervisedenduse valdkonna tähtsust. Võimaldada inimestele tervisealast informatsiooni läbi erinevate kohalike meediakanalite. Tervist edendavate traditsiooniliste tegevuste jätkumine ja toetamine. |
| 4.3 | Tervisespordiüritusi, rahvasporti populariseerivaid kampaaniaid maakonnas ja mitmekülgseid sariüritusi on vähe, osavõtt ei ole suur. | Suurendada kvaliteetseid terviseliikumise võimalusi – sariüritused, rahvamatkad, pereüritused, massiüritused. |
| 4.4 | Nagu Eestis kõikjal, on ka Raplamaal probleemiks täiskasvanute riskikäitumine – alkoholi tarvitamine ja suitsetamine; vähene liikumisaktiivsus, ülekaalulisus. Suitsetavate rasedate naiste suur osakaal. Alkoholi liigtarbimise kõrged näitajad maakonna elanike seas. | Rasedate suitsetajate osakaal väheneb. Täiskasvanud elanikkonna liikumisaktiivsus on suurenenud, ülekaal vähenenud kõikides vanuserühmades (täiskasvanud elanikkonna tervisekäitumise uuring). Saavutada alkoholi tarvitamise ja suitsetamise järjepidev vähenemine. |

| Jrk nr | Tegevused | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | Rahastamisallikad | Vastutav organisatsioon | Kaasatavad partnerid |
|--------|---|------|------|------|------|---------------------------|----------------------------|----------------------------------|
| I | Vigastuste ja kriiside ennetamine | | | | | | | |
| I.1 | „Aita end ja kaitse teist“ vm eakate inimeste ohutuslane õppus | X | X | X | X | PPA, Päästeamet, MNT, KOV | Rapla päästepiirkond, PPA, | EPR, Eesti Naabrivälve, MNT, ROL |
| I.2 | Eakate liiklusohutuskoolitused (Väärikas mootorsõidukijuht, eakate kergliiklejate koolitused jms) | X | X | X | X | KOV, MNT, inimene ise | ROL | MNT, KOV |

| | | | | | | | | |
|----------|--|---|---|---|---|--------------------|----------------------------------|---|
| 1.3 | Elanikkonnakaitse ja koduohutuse koolitused elanikkonnale, kriisikoolitused (76 h jms) külates | | X | X | X | SiM, KOVd | Rapla päästepiirkond, Kaitseliit | ROL, PPA, Tsiviilkaitse Selts |
| 1.4 | Koduohutuse äpi Ole valmis! reklaamimine ja laialdane kasutuselevõtt ja levitamine koostöös Kaitseliiduga | X | X | X | X | | Kaitseliit | ROL |
| 1.5 | Lähisuhtevägivald - teema käsitlemine meedias, info jagamine abisaamise võimalustest (naiste varjupaik, ohvriabi jms) | X | X | | | RTA | ROL, SKA | PPA |
| 1.6 | Võrgustikutöö perevägivald riskigruppidega, sotsiaaleluruumi, tugikodu jm võimaluste pakkumine | X | X | X | X | KOV, riik | KOV, SKA | |
| 2 | Südametervis | | | | | | | |
| 2.1 | Südamekuu tähistamine kõikides valdades | X | X | X | X | KOV, RTA | KOV, ROL | Kohalikud MTÜd, perearstikeskused jt |
| 2.2 | Maailma südamepäeva, eakate päeva jt märgiliste tähtpäevade tähistamine | X | X | X | X | KOV | KOV | Erinevad koostööpartnerid |
| 2.3 | Suitsetavate rasedate harimine ja motiveerimine suitsetamisest loobuma; suitsetamisest loobumise nõustamine rasedatele. (nt kampaania – loobu suitsetamisest enne, kui rasestud) | X | X | X | X | | Naistearstid, perearstid | Ämmaemandad, perekool, perearstid ja -õed |
| 2.4 | Koostöö toitlustusettevõtetega, tervisliku toitumise koolituse korraldamine | X | X | | | Leader | Kehtna KHK, RAEK, | Ettevõtjad |
| 2.5 | Maakondlikud kampaaniad – Suitsuprii asutus, Suitsuprii kollektiiv jms | | X | X | X | RTA | ROL | Ettevõtted, asutused |
| 3 | Liikumisharrastuse edendamine | | | | | | | |
| 3.1 | Väljõusaalide ja õuespordivahendite arendamine | X | X | X | X | KOV, fondid | KOV | |
| 3.2 | Sisejõusaalid ja –terviserajad, venituspingid jms asutustes | X | X | X | X | Asutused | Asutused | |
| 3.3 | Seeriasariüritused (kepikõnd, jooks, orienteerumine jms) | X | X | X | X | SL, KOV | Spordiliit, KOVd | |
| 3.4 | Rahvajooksud (Selveri Suurjooks, Konsumi jooks jpt) | X | X | X | X | SL, sponsorid, KOV | Spordiliit, ettevõtjad | KOV, spordiklubid |
| 3.5 | Rahvatkad (teemamatkad: helkurkõnd, borreliaosimatk jms) | X | X | X | X | KOV | Spordiliit, KOVd | |
| 3.6 | Autovaba päev 22. september, üleriigiline aktisoon | | X | X | X | MNT, KOP, KOV | ROL | KOV, MNT |

| | | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|--|--|-------------------------------------|
| 3.7 | Jüriöö teatejooksud asutustele ja organisatsioonidele (täiskasvanud) | X | X | X | X | KOV, sponsorid | KOV, ettevõtted | |
| 4. | HIV/AIDSi ja uimastiennetus | | | | | | | |
| 4.1 | Maailma AIDSi vastu võitlemise päeva tähistamine | X | X | X | X | | ROL, EPR | |
| 5. | Terviseeteave | | | | | | | |
| 5.1 | Koostöö maakonnalehega | X | X | X | X | | ROL | Raplamaa Sõnumid |
| 5.2 | Terviseinfo vallalehtedes | X | X | X | X | KOV | ROL | KOV |
| 5.3 | Teabematerjalide levitamine (trükised vastavale eagrupile) | X | X | X | X | TAI | ROL | |
| 5.4 | Tervisemessid (sh ohutuspäev) | X | X | X | X | KOV, AF, ESF, KOP, RAEK, HMN, Päästeamet, PPA, sponsorid | ROL, KOV, PPA, Rapla päästepiirkond, EPR | Kõik koostööpartnerid |
| 5.5 | Tervisedendusliku ja turvalisuse info jagamine internetis (ROLi koduleht), FB leht Raplamaa tervisedendus | X | x | X | x | ROL | ROL | PPA, Rapla päästepiirkond |
| 5.6 | Tervisekonverentsid | X | X | X | X | ESF, AF, MV, HMN, Leader | ROL | |
| 5.7 | Raplamaa raadioga koostöö (Tre Raadio) Tervist! Iganädalane saade | X | X | X | X | ESF, RTA | ROL | TRE raadio ja kõik koostööpartnerid |
| 5.8 | Loengud <i>lives</i> – (nutiseadmetes) eduakadeemia | | X | | | RTA, fondid | ROL | |

V Terviseteenus

Üldeesmärk: Kõikidele abivajajatele on kindlustatud kvaliteetsete tervishoiuteenuste ja erinevate terviseteenuste kättesaadavus.


| V | Probleemid | Eesmärgid |
|-----|---|--|
| 5.1 | Rapla Maakonnahaigla kindlusetu positsioon riiklikus tervishoiupoliitikas. | Kaasaegne, paljude teenustega Raplamaa Haigla. |
| 5.2 | Perearstide lahkumisel või pensionile jäämisel tekib tõsine probleem praksisele uue arsti leidmisel. | Tagada perearstide olemasolu piirkondades. Optimaalse inimeste arvuga teeninduspiirkondade tekkimine. |
| 5.3 | Inimesed, kel ei ole akuutset tervisehäda, ei käi profülaktilisel läbivaatusel perearsti juures (paljud ei jõua perearsti juurde aastaid). | Suurendada info levikut (sh üleskutsed perearstide poolt). |
| 5.4 | Haiglas tuleks tähtsustada paranemise protsessile kaasaaitavaid faktoreid rohkem – täisväärtuslik toitlustus, unerahu, tingimused palatites jms | Parima toitlustuse (menüü) ja une võimaldamine haigetele inimestele. Kogukonna mõistev suhtumine haiglas olijatesse. |
| 5.5 | Alternatiivmeditsiini pealetung ja akadeemilise meditsiini eiramise tõttu terviseprobleemide süvenemine. | Toetada tõenduspõhist meditsiini, tõsta inimeste teadlikkust ravivõimalustest. |
| 5.6 | Rehabilitatsioonivõimalusi ei ole maakonnas piisavalt (sõltlastele). | Toetada erinevate rehabilitatsiooniteenuste pakkumist ja arendamist maakonnas (AA, rehabilitatsioonitalud jms) |

| Jrk nr | Tegevused | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | Rahastamisallikad | Vastutav organisatsioon | Kaasatavad partnerid |
|-----------|---|------|------|------|------|---------------------|-------------------------|----------------------|
| I. | Infrastruktuur | | | | | | | |
| I.1 | Rapla maakonnahaigla kui üldhaigla ning piirkonna olulisima tervishoiu- ja meditsiinikeskuse rolli säilitamine ning kvaliteetsete raviteenuste kättesaadavuse tagamine | x | x | x | x | EH, KOVD, EL | Raplamaa Haigla SA | ROL, KOV, EH, SoM |
| I.2 | Rapla terviselinnaku (üldhaigla, ambulatoorium, esmatasandi tervisekeskus, spordimeditsiinikeskus, hooldekeskus) väljaarendamine kvaliteetsete ravi- ja hooldusteenuste pakkumiseks | x | x | x | | PERH, KOV, toetused | Raplamaa Haigla SA, KOV | ROL |

| | | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---------------------------|
| 1.3 | Esmatasandi tervisekeskuste võrgustiku väljaarendamine (sh investeeringud ehitusse ja sisseseadesse) kvaliteetse tervishoiuteenuse tagamiseks | x | x | | | KOV, toetused | KOV | EH, SoM |
| 1.4 | Hoolekandeesutustes (sh erihoolekandeesutustes) tingimuste parandamine, vajadusel uute ehitamine | x | x | x | x | KOV, fondid, erasektor | KOV | SoM |
| 1.5 | Juuru SOS Lasteküla tegevuse toetamine | x | x | x | x | Erasektor | SOS lasteküla | KOVd |
| 1.6 | Koostöö maakonna hoolekandesüsteemi partnerite vahel spetsiifiliste teenuste pakkumisel, nt dementsete eest hoolitsemine jt | x | x | x | x | KOV, erasektor | KOV | |
| 1.7 | Kriisitubade võrgustiku välja arendamine maakonnas | x | x | | | KOV | ROL | |
| 2. | Teenuste arendamine | | | | | | | |
| 2.1 | Nõustamisteenuste laiendamine – haiguspõhine nõustamine, spordinõustamine, sõltuvushaigete nõustamine, kogemusnõustamine, tugiisikute võimaldamine jms | X | X | X | X | Raplamaa Haigla, fondid, inimese omaosalus, RTA | Raplamaa Haigla, perearstid, erasektor, ROL | Libertas Kliinik |
| 2.2 | Raseduskriisi nõustamine | X | | | | EH | Väärtustades Elu MTÜ | Erapolikliinik Praxis |
| 2.3 | Koduõenduse teenuse laiendamine | | | X | X | EH | Raplamaa Haigla, KOV | |
| 2.4 | Taastusravi võimaluste arendamine (füsioteraapia, veeprotseduurid, muda jms) | X | X | X | X | EL | Raplamaa Haigla | |
| 2.5 | Eriarstiabi jätkumine haiglas, teenuste avardamine | x | X | X | X | PERH | Raplamaa Haigla | |
| 2.6 | Laste psühhiaatri ametikoha võimaldamine või patsientidele parimate võimaluste leidmine teiste haiglate baasil | X | | | | PERH | Raplamaa Haigla | |
| 2.7 | Suitsetamisest loobumise nõustamiskabineti tegevuse jätkamine | x | x | x | x | TAI | Raplamaa Haigla | |
| 2.8 | Suitsetamisest loobumise nõustamine rasedatele: teenust võimalik pakkuda Rapla haigla baasil, olemas vastava väljaõppe saanud ämmaemand ja günekoloogid | X | X | X | X | Raplamaa Haigla | Raplamaa Haigla | Ämmaemandid, günekoloogid |
| 2.9 | Töötervishoiu teenuse võimaluse loomine Raplasse | | X | | | Raplamaa Haigla | Raplamaa Haigla | |
| 2.10 | Inimeste kutsumine korralisele tervisekontrollile perearsti juurde | x | x | x | x | EH | Perearstid | |

| | | | | | | | | |
|-----------|--|---|---|---|---|------------------|--------------------------------|----------------------------|
| 2.11 | Tervisliku toitumise nõustamisvõimaluste toetamine ja sellest teavitamine | x | x | x | x | EH, inimesed ise | Eraettevõtjad, Raplamaa Haigla | |
| 2.12 | Tervisliku toitumise tõenduspõhiste portaalide tutvustamine ja propageerimine | x | x | x | x | TAI | ROL | TAI |
| 2.13 | Koostöö Terviseameti ja Tartu Ülikooliga perearstide leidmiseks. | x | x | x | x | | KOVd | Tartu Ülikool, Terviseamet |
| 2.14 | Perearstide maale meelitamise paketi väljatöötamine (elamispind jms) | x | x | x | x | KOV | KOV | Terviseamet |
| 3. | Koolitused, nõustamised | | | | | | | |
| 3.1 | Perearstide ja -õdede tervisedendusosalased koolitused | | X | X | X | RTA | ROL | TAI |
| 3.2 | Supervisioon pereõdedele ja -arstidele | | X | | X | Fondid | Perearstikeskused | ROL |
| 3.3 | Haiguste ennetuse alane teavitus (infopäevad, koostöö maakonnalehega, haiguste ennetamise info jagamine) | x | x | x | x | RS | ROL | RS, Raplamaa Haigla |
| 4. | Info levitamine | | | | | | | |
| 4.1 | Infobaas eriarstide kohta | X | X | X | X | | Raplamaa Haigla | |
| 4.2 | Teabe levitamine tervishoiuasutuste kohta (arstiabi, kiirabi, apteegid, hambaravi, olulised nõustamisvõimalused jms) KOV kodulehtedel ja raplamaa.ee portaalil | x | x | x | x | | KOV, RAEK | ROL, Raplamaa Haigla jt |

Lühendite ja tähiste selgitused

| | | | |
|------|---|--|---|
| ROL | Raplamaa Omavalitsuste Liit | SoM | Sotsiaalministeerium |
| KOV | Kohalik omavalitsus | Just | Justiitsministeerium |
| ESF | Euroopa Sotsiaalfond | LEADER maaelu edendamise programm | |
| RTA | Rahvastiku Tervise Arengukava (maakondlik programm) | SL | Rapla Maakonna Spordiliit |
| EL | Euroopa Liit | PR | avalikud suhted ja imago |
| TAI | Tervise Arengu Instituut | TEK | tervist edendav kool |
| MNT | Maanteeamet | TEL | tervist edendav lasteaed |
| PPA | Politsei- ja Piirivalveamet | TET | tervist edendav töökoht |
| ETÜ | Eesti Tervisedenduse Ühing | EHL | Eesti Hambaarstide Liit |
| EH | Eesti Haigekassa | RS | Raplamaa Sõnumid |
| AF | Raplamaa Omavalitsuste Liidu Arengufond | UEN | uimastiennetusnõukogu |
| KOP | Kohaliku Omaalgatuse programm | TN | tervisenõukogu |
| EPR | Eesti Punane Rist | TRN | turvalisuse nõukogu |
| RAEK | Raplamaa Arendus- ja Ettevõtluskeskus | KOV TN kohaliku omavalitsuse tervisenõukogu | |
| ERSI | Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia Instituut |  | maakonna arengukava tegevuskava tegevus |
| HTM | Haridus- ja Teadusministeerium | | |