

**LINNATÖÖTAJATE
LIIKUMISHARRASTUSTE TEEMALINE
KÜSITLUS**

Kevad 2021

**Tallinna Kultuuri- ja Spordiamet
Tallinna Strateegiakeskus**

Sisukord

1. KÜSITLUSE KORRALDUSEST	3
2. KÜSITLUSE KOKKUVÕTE	4
3. TULEMUSTE ANALÜÜS	5
3.1. Suhtumine sporti ja liikumisharrastustega tegelemisse	5
3.2. Liikumisharrastustega tegelemine	6
3.3. Osalemine liikumisharrastuste sündmustel	12
3.4. Ootused tööandjale	14
3.5. Tervislik seisund	18

1. KÜSITLUSE KORRALDUSEST

Tallinna Kultuuri- ja Spordiamet korraldas koostöös Tallinna Strateegiakeskuse sotsioloogidega linnaorganisatsiooni töötajate liikumisharrastuste teemalise küsitluse. Küsitluse tulemused on aluseks linnatöötajate liikumisharrastusega tegelemise ja tervislike eluviiside toetava programmi välja töötamisel.

Küsitlus toimus ajavahemikul 6.-16. aprill 2021. Veebiankeet saadeti e-postiga kõikidele Tallinna linna ametiasutuste töötajatele (1475 töötajat). Hallatavatest asutustest valiti uuringusse Tallinna Kultuuri- ja Spordiameti hallatavad asutused töötajad, neile saadeti samuti veebiankeet e-postiga (682 töötajat). Veebiankeet oli küsitlusperioodi vältel kättesaadav ka linna ametiasutuste siseveebis ehk intranetis. Ankeet oli suunatud kõigile töötajatele, ka neile, kes liikumisharrastustega üldse ei tegele. Küsitlusele vastas kokku 800 vastajat, linna ametiasutustest 643 ning Tallinna Kultuuri- ja Spordiameti hallatavatest asutustest 157 vastajat. Küsitluse üldine vastamismäär oli 37% (ametiasutustes 44% ja hallatavates asutustes 23%), mis on veebiküsitluse kohta hea tulemus. Vastajate seas on üldkogumiga võrreldes üleesindatud ametiasutuste töötajad, naised, juhid ja vanusegrupid 40-49 ja 50-59. Alljärgnevas tabelis on näha vastajate jaotused asutuste, ametipositsiooni, vanuse ja soo lõikes.

Vastajate jaotus asutusetüübi, ametipositsiooni, soo ja vanuse lõikes		Vastajate arv	Protsent vastajatest
Asutusetüüp	Ametiasutus	643	80,4
	Hallatav asutus	157	19,6
Ametipositsioon	Juht, sh keskastmejuht, kellel on alluvaid	175	21,9
	Spetsialist	625	78,1
Vanus	Alla 30	72	9,0
	30 – 39	202	25,3
	40 – 49	230	28,7
	50 – 59	169	21,1
	60 või vanem	127	15,9
Sugu	Naine	612	76,5
	Mees	188	23,5

2. KÜSITLUSE KOKKUVÕTE

Küsitlus näitas, et linnaorganisatsiooni töötajad on spordilembesed inimesed. Tervisespordiga tegelemist peetakse tähtsaks ning valdav enamus tegeleb ka ise vabal ajal regulaarselt mõne liikumisharrastusega. Vähemalt kaks korda nädalas tegeleb tervisespordiga koguni 73% vastajatest. Enamus küsitluses osalenud linnaorganisatsiooni töötajatest on oma tervisega pigem rahul.

Ülekaalukalt kõige populaarsem liikumisharrastusega tegelemise viis on kõndimine (kiirkõnd, kepikõnd või matkamine), teisel kohal on jalgrattasõit. Enamasti tehakse tervisesporti kas üksi või koos lähedastega. Kindlasti on tervisespordiga tegelemise valikutele ja võimalustele jätnud oma jälje koroonakriis – nii piirangud kui inimeste elustiili ja ajakasutuse muutused.

Tervisespordiga tegeletakse eelkõige hea enesetunde ja nii füüsilise kui ka vaimse tervise pärast. Tervisespordiga tegelemine annab ka võimaluse värskes õhus ja looduses viibida, igapäevaelule vaheldust leida ning koos sõprade või perega aega veeta.

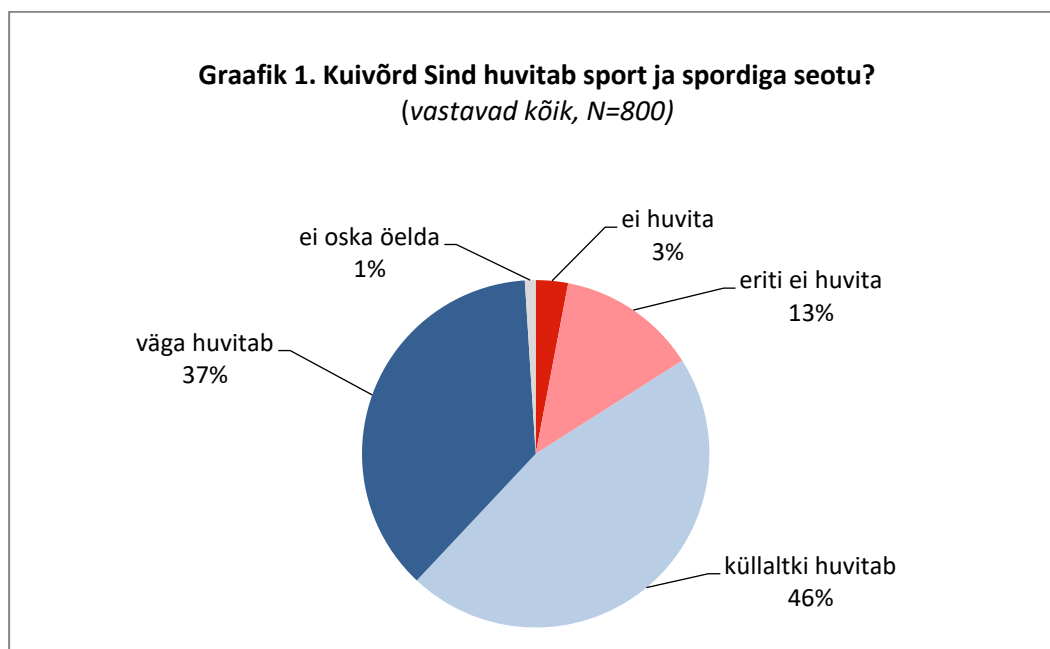
Liikumisharrastuste sündmustel on viimase 3 aasta jooksul harrastajana osalenud 39% küsitlusele vastanud linnaorganisatsiooni töötajatest. Kõige populaarsemad sündmused on erinevad jooksuüritused, eelkõige Tallinna Maratoni erinevad distantsid ja Maijooks.

Liikumisharrastustega tegelemiseks oodatakse tuge ka tööandjalt. Praegu linnaorganisatsioon liikumisharrastustega tegelemist paljude vastajate arvates ei toeta. Kõige rohkem soovitakse rahalist toetust vabalt valitud trennis käimiseks ning võimalust tööajast liikumisharrastustega tegeleda.

3. TULEMUSTE ANALÜÜS

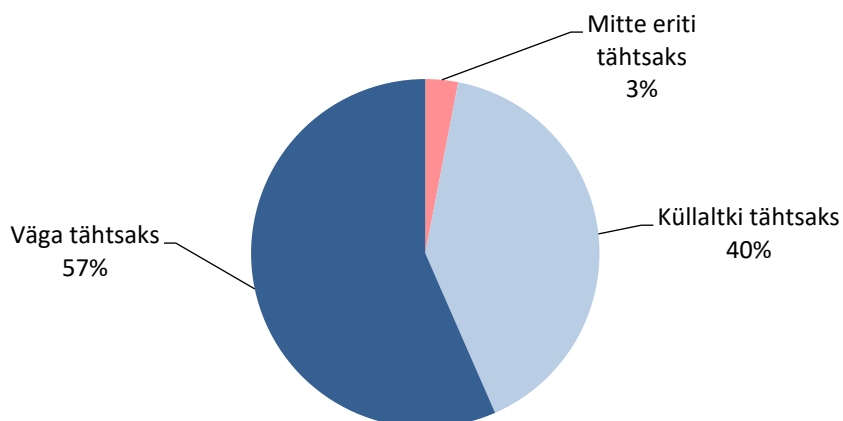
3.1. Suhtumine sporti ja liikumisharrastustega tegelemisse

Enamus küsitluses osalenud linnaorganisatsiooni töötajatest on spordist huvitatud, spordist ei huvitu ainult 15% vastajatest (vt graafik 1). Mehed on spordist mõnevõrra rohkem huvitatud kui naised (meeste seas on spordist väga huvitatuid rohkem kui naiste seas). Huvi spordi vastu on seotud ka vanusega – nooremad vastajad on spordist veidi enam huvitatud kui vanemad vastajad. Asutusetüübi ja ametipositsiooni lõikes erinevusi ei ole. Mida rohkem vastaja ise liikumisharrastustega tegeleb, seda rohkem ta ka spordist huvitatud on.



Veelgi tähtsamaks peavad küsitluses osalenud linnaorganisatsiooni töötajad tervisespordi ja liikumisharrastustega tegelemist. Koguni 57% vastajatest peab seda väga tähtsaks, küllaltki tähtsaks peab seda 40%, mitte eriti tähtsaks peab seda ainult 3% ja ei olnud ühtegi vastajat, kes ei pea seda üldse tähtsaks (vt graafik 2). Tervisespordiga tegelemist peavad juhid mõnevõrra tähtsamaks kui spetsialistid ning 30-49-aastased vastajad mõnevõrra olulisemaks kui nooremad ja vanemad vastajad. Meeste ja naiste ning asutusetüübi lõikes vastused ei erine. Ootuspäraselt peavad liikumisharrastustega tegelemist tähtsamaks need vastajad, kes ka ise liikumisharrastustega rohkem tegelevad.

Graafik 2. Kuivõrd tähtsaks Sa pead, et inimesed tegeleksid tervisespordi ja liikumisharrastustega nagu jooks, rattasõit, võimlemine, pallimängud, jõuharjutused või muu?
(vastavad kõik, N=800)



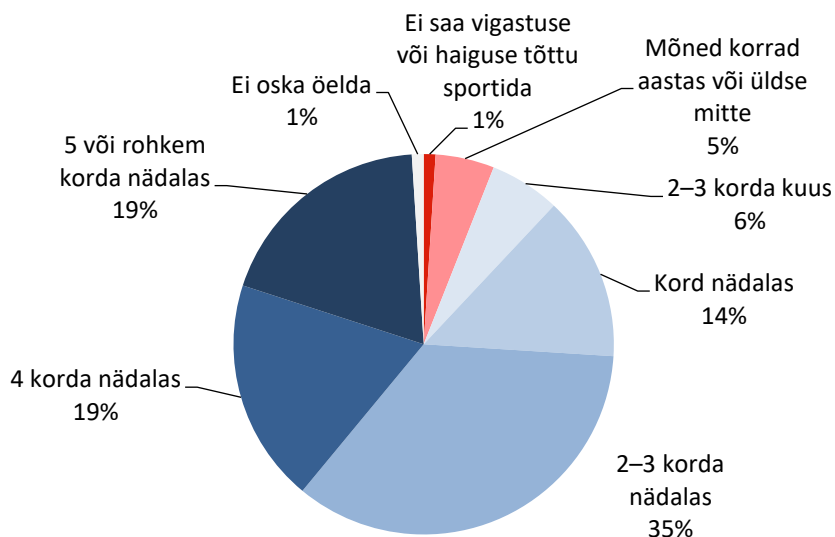
3.2. Liikumisharrastustega tegelemine

Küsitluses osalenud linnaorganisatsiooni töötajad on aktiivsed liikumisharrastustega tegelejad – vähemalt kaks korda nädalas liigub aktiivselt koguni 73% vastajatest, kord nädalas 14%, mõned korrad kuus või harvem 11% ning 1% vastajatest ei saa haiguse või vigastuse tõttu sportida (vt graafik 3). Mehed on veidi aktiivsemad kui naised, juhid veidi aktiivsemad kui spetsialistid ja alla 30-aastased veidi aktiivsemad kui vanemad vastajad, aga erinevused ei ole suured. Ametiasutuste ja hallatavate asutuste töötajate liikumisaktiivsus ei erine.

Kui võrrelda tulemusi Tervise Arengu Instituudi (edaspidi TAI) Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise 2020. aasta uuringu tulemustega¹, siis selgub, et linnaorganisatsiooni töötajad on oluliselt aktiivsemad liikumisharrastustega tegelejad kui Eesti elanikud keskmiselt. TAI uuringu tulemuste kohaselt liigub vähemalt kord nädalas aktiivselt 59% Eesti elanikest, 32% liigub mõned korrad kuus või harvem ning 9% ei saa haiguse või vigastuse tõttu sportida. Tõenäoliselt on see vähemalt osaliselt seletatav sellega, et kõrgharidusega inimesed on üldiselt terviseteadlikumad ja linnatöötajate keskmine haridustase on kõrgem kui Eesti keskmine.

¹ Kuna kahe uuringu valimid ja küsitlusmeetodid olid veidi erinevad, siis on võimalik uuringute tulemusi omavahel ainult tinglikult võrrelda. TAI küsitluse valimi moodustasid 16–64 aastased Eesti elanikud ning küsitlusmeetodiks oli postküsitlus. Meie küsitluse valimi moodustasid linnaorganisatsiooni töötajad vanusest sõltumata ning küsitlusmeetodiks oli veebiküsitlus.

Graafik 3. Kui sageli Sa tegeled vabal ajal liikumisharrastustega vähemalt poole tunni vältel, nii et hakkad kergelt hingeldama ja higistama? (vastavad kõik, N=800)



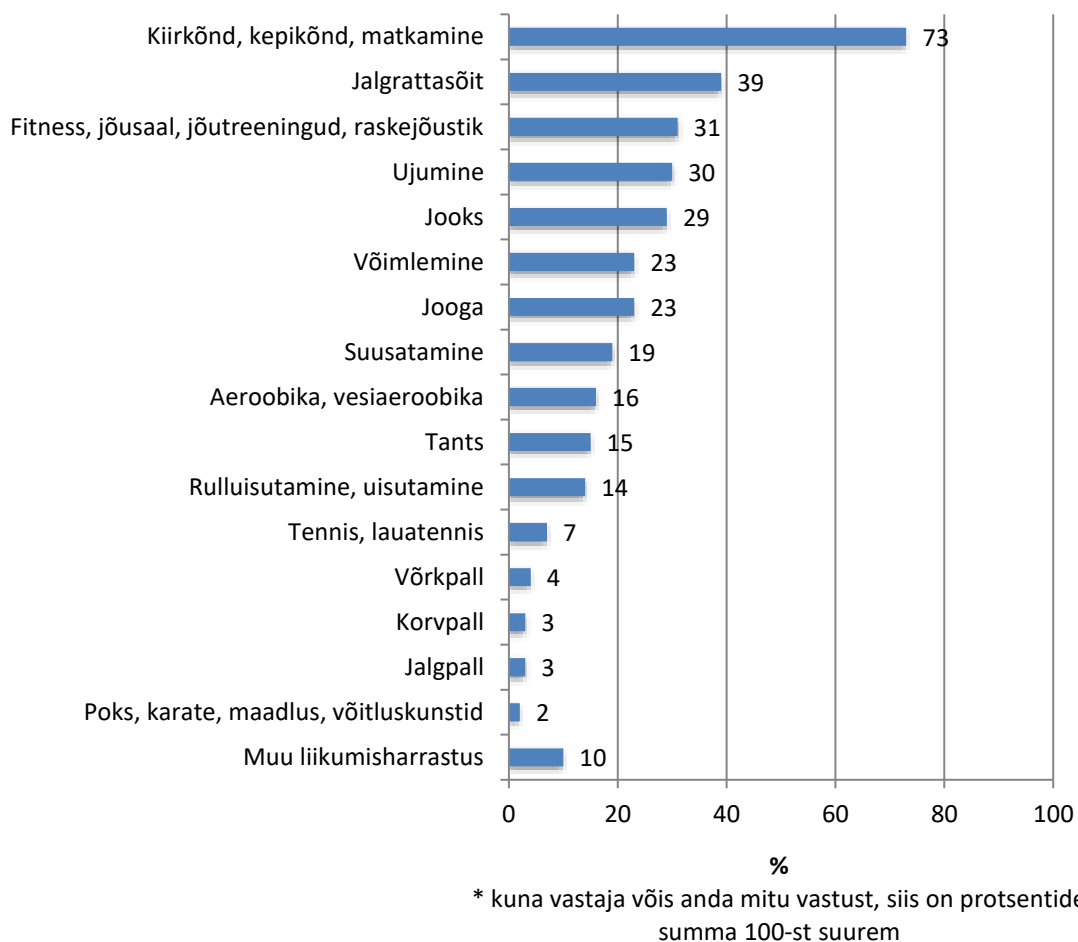
Nendelt vastajatelt, kes tegelevad liikumisharrastustega vähemalt 2-3 korda kuus küsisime, milliste liikumisharrastustega on nad viimase 12 kuu jooksul tegelenud, tulemused on näha graafikul 4. Ülekaalukalt kõige populaarsem tegevus on kõndimine (kiirkõnd, kepikõnd või matkamine) ja teisel kohal on jalgrattasõit. Võib oletada, et nii kõndimise kui jalgrattasõidu suur populaarsus on osaliselt seletatav koroonakriisi piirangutega ehk siis neid tegevusi piirangud niipalju ei puudutanud kui näiteks siseruumis harrastatavaid või meeskondlikke ja teisi kontaktseid spordialasid.

Muu liikumisharrastuse all toodi välja kõige sagedamini sulgpalli ja pilatest, aga ka aiatööde tegemist, lume rokimist jms füüsilist pingust nõudvaid kodutöid.

Naised tegelevad meestega võrreldes sagedamini (vesi)aeroobikaga, joogaga, kõndimisega, tantsuga ja võimlemisega, mehed seevastu sagedamini jõutreeningutega, jalgrattasõiduga, jooksuga ja pallimängudega. Noored tegelevad rohkemate aladega kui vanemad inimesed, sh jõutreeningute, jalgrattasõidu, jooga, jooksu, pallimängude, (rull)uisutamise ja tantsuga. Kõndimisega tegelevad 40+ vastajad rohkem kui alla 40-aastased vastajad. Ujumine, suusatamine ja võimlemine on sellised alad, mis vanusest oluliselt ei sõltu.

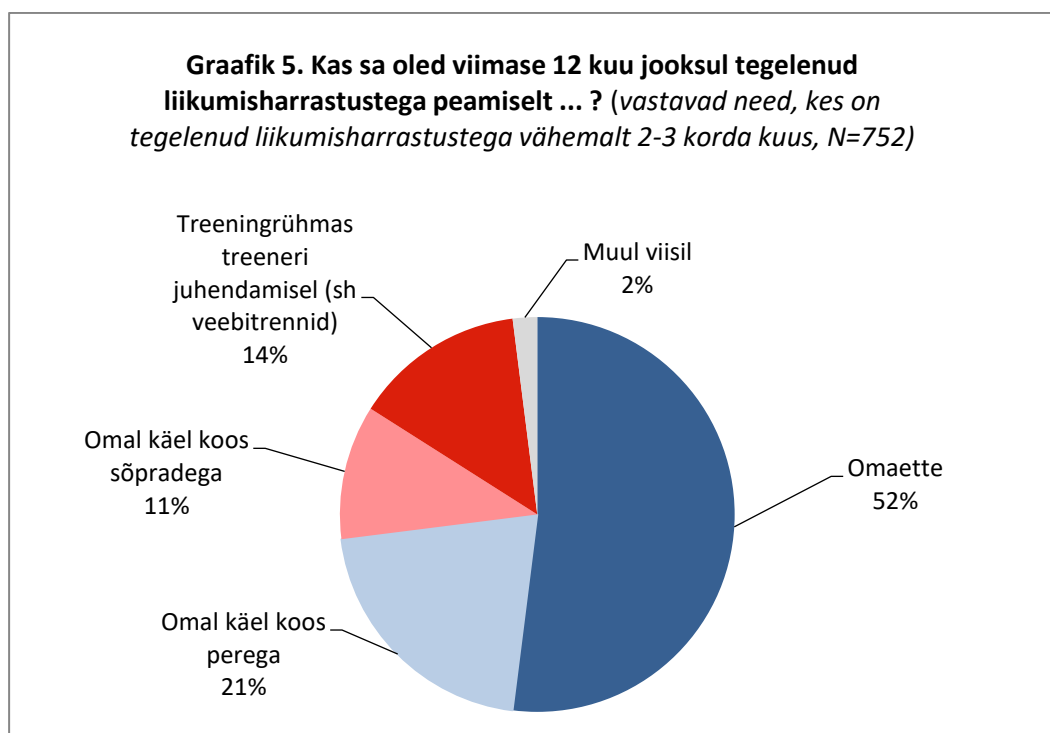
On ootuspärane, et aktiivsemad liikujad tegelevad rohkemate aladega kui vähem aktiivsed liikujad, erandiks on kõndimine, (rull)uisutamine ja võimlemine, millega tegelemine ei sõltu üldisest liikumisaktiivsusest.

Graafik 4. Milliste liikumisharrastustega oled Sa viimase 12 kuu jooksul tegeleud? (vastavad need, kes on tegeleud liikumisharrastustega vähemalt 2-3 korda kuus, N=752)



Umbes pooled vastajatest on viimase 12 kuu jooksul tegeleud liikumisharrastustega peamiselt omaette, koos sõprade või pereliikmetega on sportinud umbes kolmandik vastajatest ning treeningrühmas või treeneri juhendamisel on sportinud ainult 14% vastajatest (vt graafik 5). On väga tõenäoline, et ka selle küsimuse puhul on mänginud rolli koroonakriisi piirangud. Muu viisina toodi välja erinevate variantide kombinatsiooni (näiteks teatud alad üksi ja teatud alad koos sõpradega jne), treeneritööd, võistlustel osalemist, koos lemmikloomaga sportimist ja mõne organisatsiooni liikmetega koos sportimist.

Naised spordivad meestega võrreldes sagedamini treeningrühmas, mehed seevastu rohkem omaette. Nooremad vastajad spordivad keskmisest sagedamini omaette ja koos sõpradega. Koos perega spordivad kõige rohkem 40-49-aastased, treeningrühmades kõige rohkem 30-39-aastased.

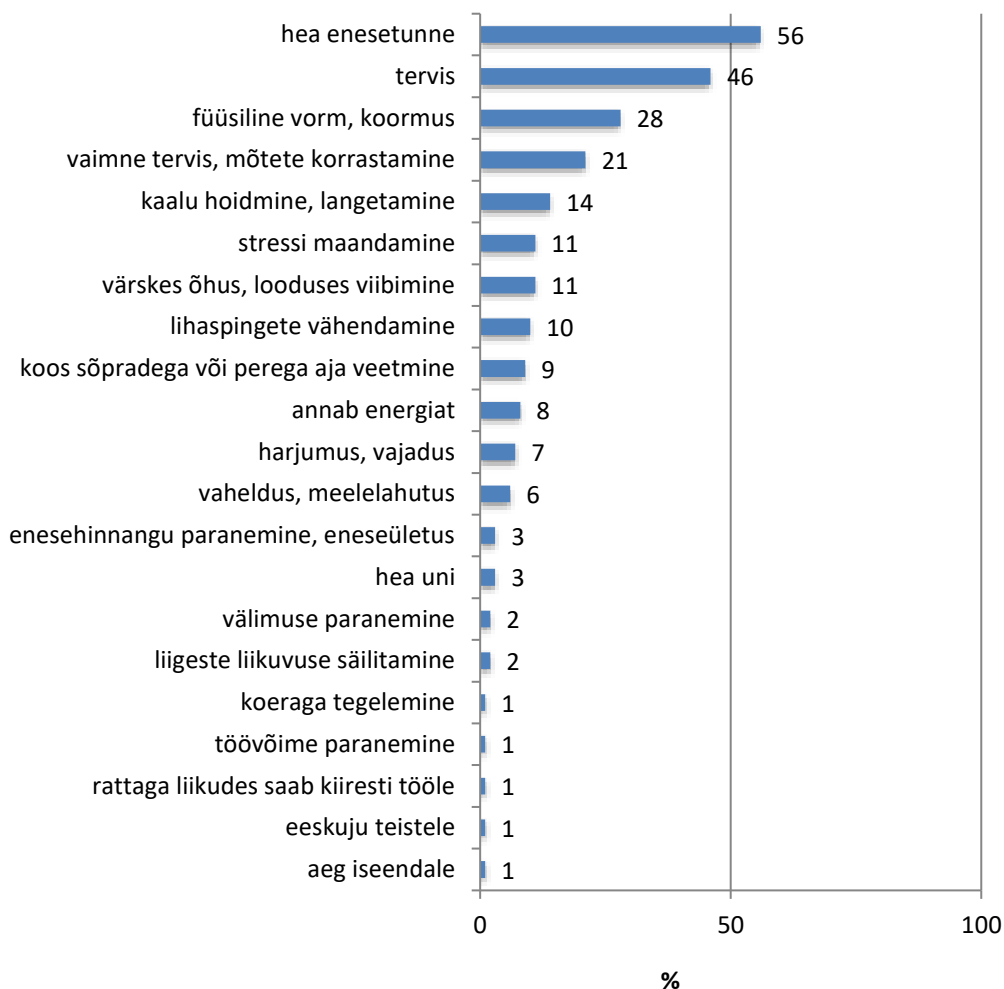


Palusime liikumisharrastustega tegelevatel inimestel loetleda kolm olulisemat põhjust, miks nad liikumisharrastustega tegelevad. Kõige rohkem nimetati liikumise positiivset mõju üldisele enesetundele ja nii kui füüsilisele kui ka vaimsele tervisele (vt graafik 6).

Naised mainisid meestega võrreldes veidi rohkem värskes õhus ja looduses viibimist, vaimse tervise paranemist, energia saamist ja lihasingete leevendamist, mehed seevastu mainisid rohkem koos sõpradega või perega aja veetmist ning vaheldust ja meelelahutust. Nooremate vastajate jaoks on vanemate vastajatega võrreldes veidi olulisem füüsiline vorm ja koormus, vaimne tervis ja stressi maandamine, vanemate vastajate jaoks tervis üldiselt ning lihasingete leevendamine.

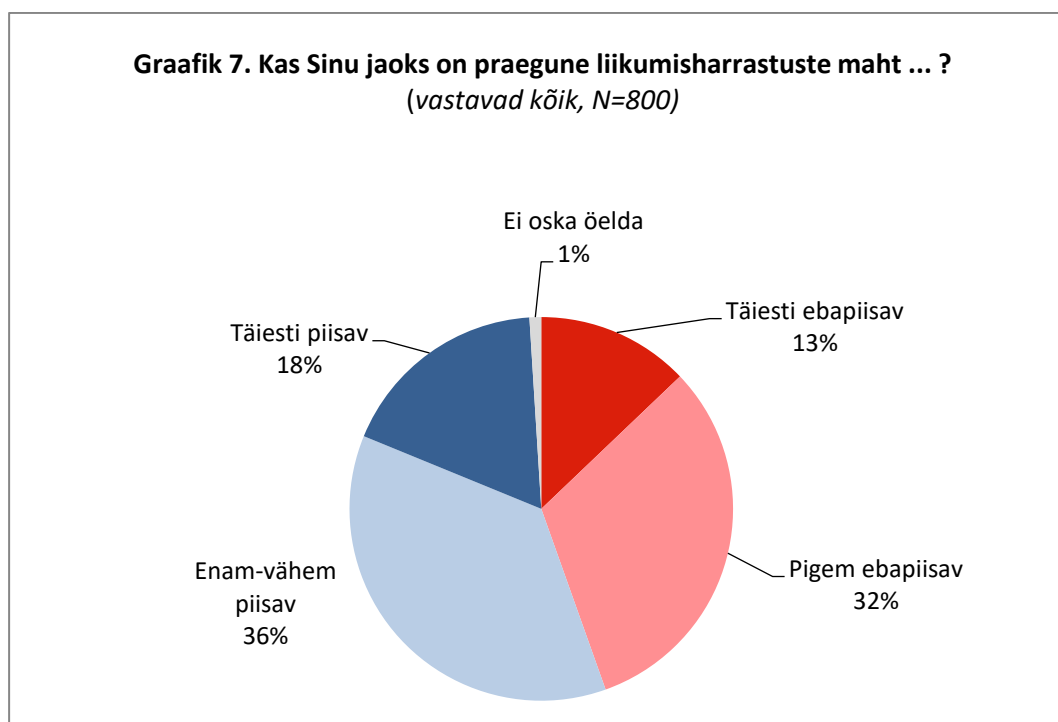
Aktiivsemate liikujate jaoks on vähem aktiivsete liikujatega võrreldes olulisemateks põhjusteks harjumus ja vajadus, eneseületus ja teistel antav eeskuju, vähem aktiivsete liikujate jaoks aga värskes õhus ja looduses viibimine ja koos sõprade ja perega aja veetmine.

Graafik 6. Mis on peamised põhjused, miks Sa tegeled liikumisharrastustega?
(vastavad need, kes on tegelenud liikumisharrastustega vähemalt 2-3 korda kuus, N=752)



* kuna vastaja võis anda mitu vastust, siis on protsentide summa 100-st suurem

Veidi üle poole vastajatest leiab, et nende praegune liikumisharrastuste maht on piisav ja veidi alla poole leiab, et see on ebapiisav (vt graafik 7). Mida aktiivsem vastaja ise on, seda enam peab ta oma praegust liikumisharrastuste mahtu piisavaks. Kui vähemalt 2-3 korda nädalas sportivad vastajad peavad mahtu valdavalt piisavaks, siis harvemini kui 2-3 korda nädalas sportivad vastajad peavad mahtu valdavalt ebapiisavaks. Mehed on naistega võrreldes veidi enam rahul oma liikumisharrastuste mahuga. Vanusegruppide võrdluses on kõige enam rahul nooremad, alla 30-aastased vastajad ja kõige vähem rahul 40-49-aastased vastajad.

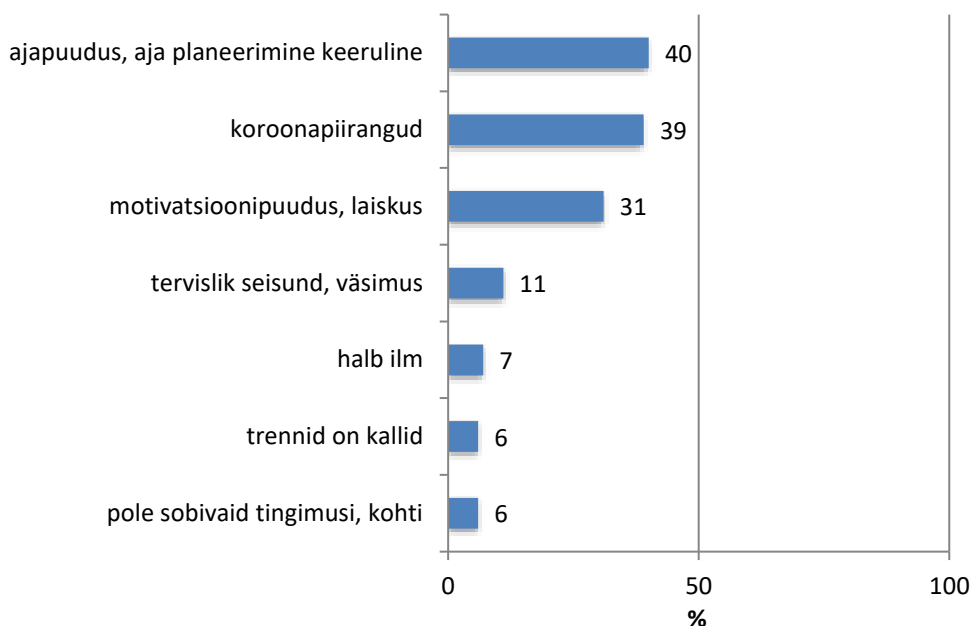


Küsisime vastajatelt, kelle praegune liikumisharrastuste maht on nende endi arvates ebapiisav, mis neid takistab liikumisharrastustega rohkem tegelemast. Kolm olulisimat põhjust on ajapuudus, praegused koroonapiirangud ning motivatsioonipuudus, laiskus (vt graafik 8). Praegusel koroonapiirangute ning kodukontorite ja distantsõppe ajal on kindlasti neid inimesi, kes on hakanud varasemaga võrreldes rohkem liikuma, aga vastuste põhjal võib väita, et osade inimeste jaoks on praegune keeruline aeg teinud liikumise varasemaga võrreldes keerulisemaks – aja planeerimine on keerulisem, harjumuspärastes treenides ei ole võimalik käia ning sõpradega pole võimalik koos trenni teha.

Sobivate tingimuste/kohtade puudumise all toodi välja eelkõige turvaliste ratta- ja jalutamisteede puudumist.

Meeste ja naiste vastused on üksühele samad, erandiks on treenide hinna küsimus, seda takistust mainisid ainult naised. Vanusegruppide võrdlus näitab, et nooremad vastajad mainivad erinevaid takistusi rohkem kui vanemad vastajad. Aktiivsemate liikujate jaoks on vähem aktiivsete liikujatega võrreldes olulisemaks takistusteks koroonapiirangud, vähem aktiivsete liikujate jaoks aga motivatsioonipuudus ja tervislik seisund.

Graafik 8. Mis on peamised takistused, et Sa ei saa piisavalt liikumisharrastustega tegeleda?
(vastavad need, kes ei saa liikumisharrastustega tegelda piisavalt, N=356)



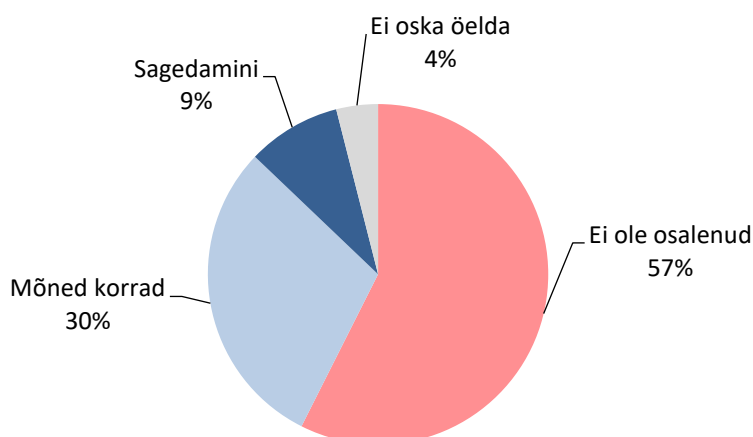
* kuna vastaja võis anda mitu vastust, siis on protsentide summa 100-st suurem

3.3. Osalemine liikumisharrastuste sündmustel

Kuna koroonakriisi tõttu jäid nii eelmisel kui ka käesoleval aastal paljud liikumisharrastuste sündmused ära, siis küsisime vastajatelt, et kas nad on pikema perioodi jooksul ehk viimase 3 aasta jooksul osalenud harrastajana mõnel liikumisharrastuste sündmusel. Selgus, et sündmustel on osalenud alla poole vastajatest ehk 39% (vt graafik 9).

Mida aktiivsem spordiharrastaja vastaja on, seda enam on ta ka osalenud liikumisharrastuste sündmustel. Vanusegruppidest on kõige vähem osalejaid olnud kõige vanemas ehk 60+ vanusegrupis. Kui võrrelda mehi ja naisi, siis osalejate protsent on meeste ja naiste seas enam-vähem võrdne, aga meeste seas on rohkem sagedasi osalejaid. Ametiasutuste töötajad on olnud aktiivsemad liikumisharrastuste sündmustel osalejaid kui hallatavate asutuste töötajad. Ametipositsiooni lõikes selle küsimuse puhul erinevusi ei ole.

Graafik 9. Kui sageli Sa oled viimase 3 aasta jooksul liikumisharrastuste sündmustel harrastajana kaasa löönud?
(vastavad kõik, N=800)

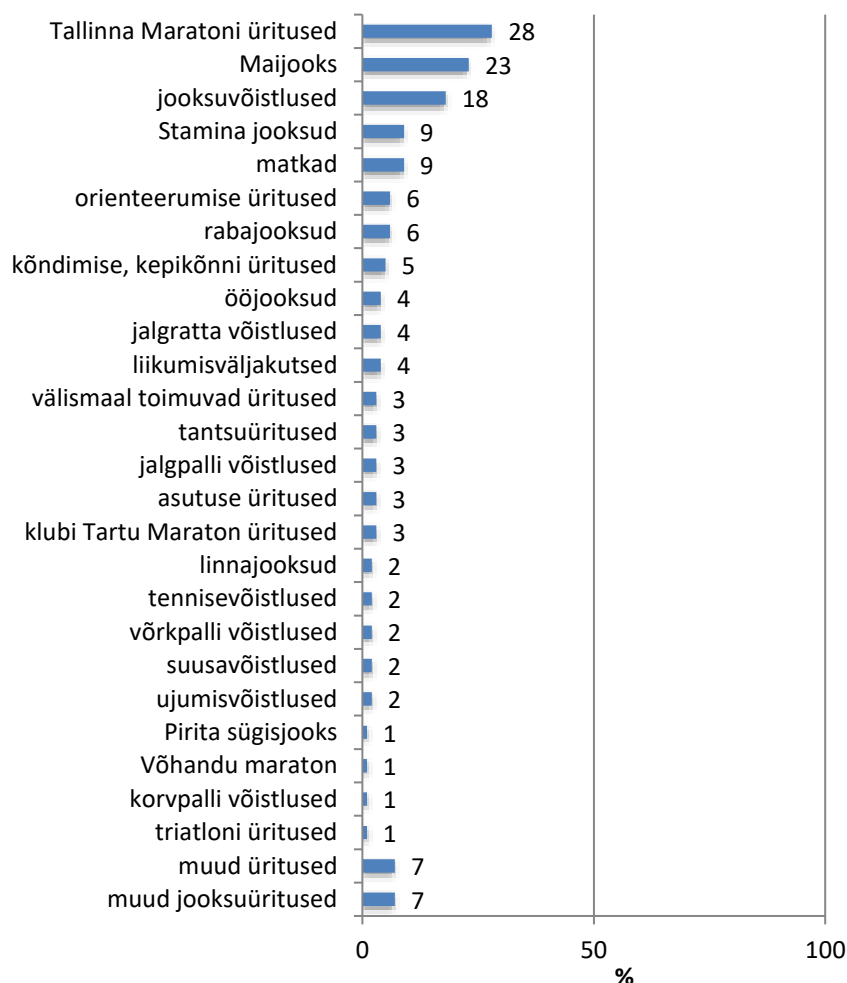


Kõige populaarsemad liikumisharrastuste sündmused linnaorganisatsiooni töötajate seas on Tallinna Maratoni erinevad distantsid ja Maijooks. Erinevad jooksuüritused ongi ülekaalukalt kõige suurema osalusega sündmused (vt graafik 10). Aladest järgnevad matkamine, orienteerumine, kõndimine/kepikõnd ja jalgrattasport.

Ootuspärastelt on aktiivsed spordiharrastajad osalenud rohkematel sündmustel/üritustel kui väiksema aktiivsusega spordiharrastajad. Vanusegruppidest on olnud kõige väiksema aktiivsusega sündmustel osalejad 60+ vastajad. Naiste ja meeste üldine sündmustel osalemise aktiivsus on sarnane, mehed on naistega võrreldes enam osalenud pallimängude võistlustel ja spetsiifilistel oma spordiala üritustel, naised aga rohkem kõndimisüritustel ja matkadel ja liikumisväljakutsetel, ja loomulikult on Maijooks ainult naiste pärusmaa.

Graafik 10. Millistel liikumisharrastuste sündmustel oled viimase 3 aasta jooksul harrastajana osalenud?

(vastavad need, kes on liikumisharrastuste sündmustel osalenud, N=307)

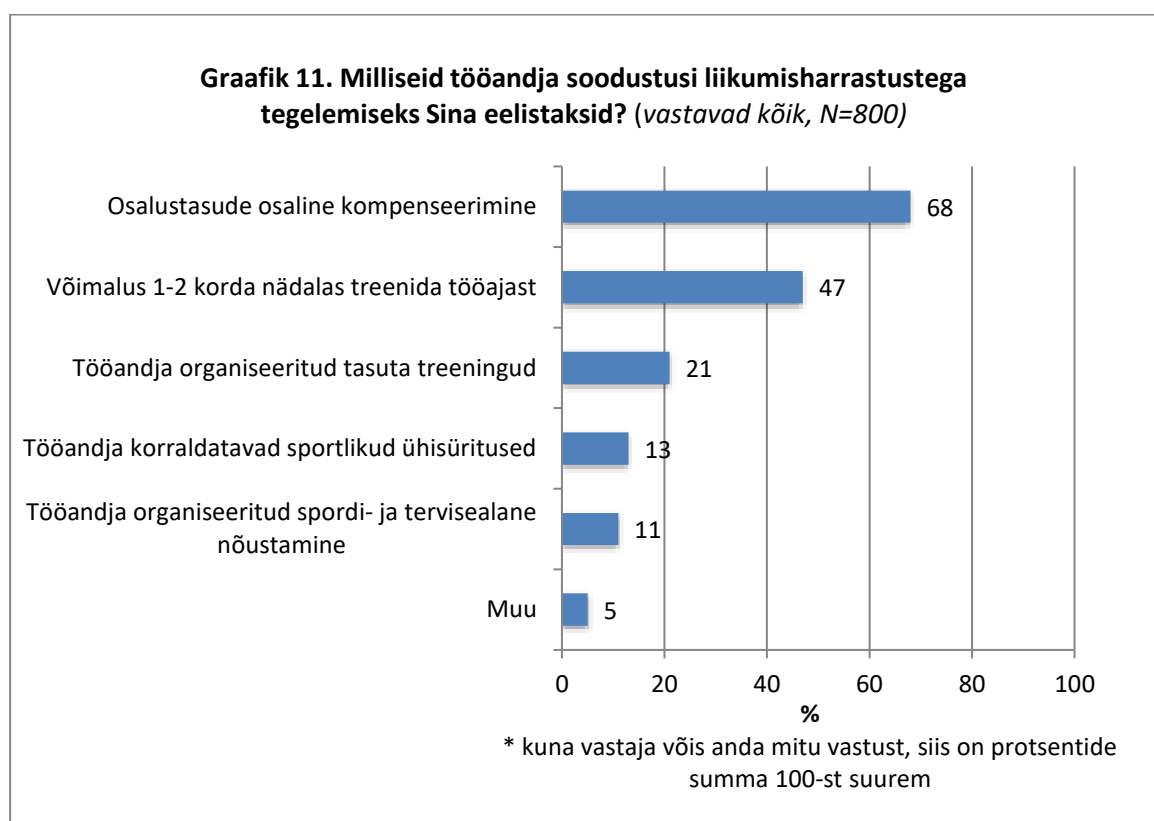


* kuna vastaja võis anda mitu vastust, siis on protsentide summa 100-st suurem

3.4. Ootused tööandjale

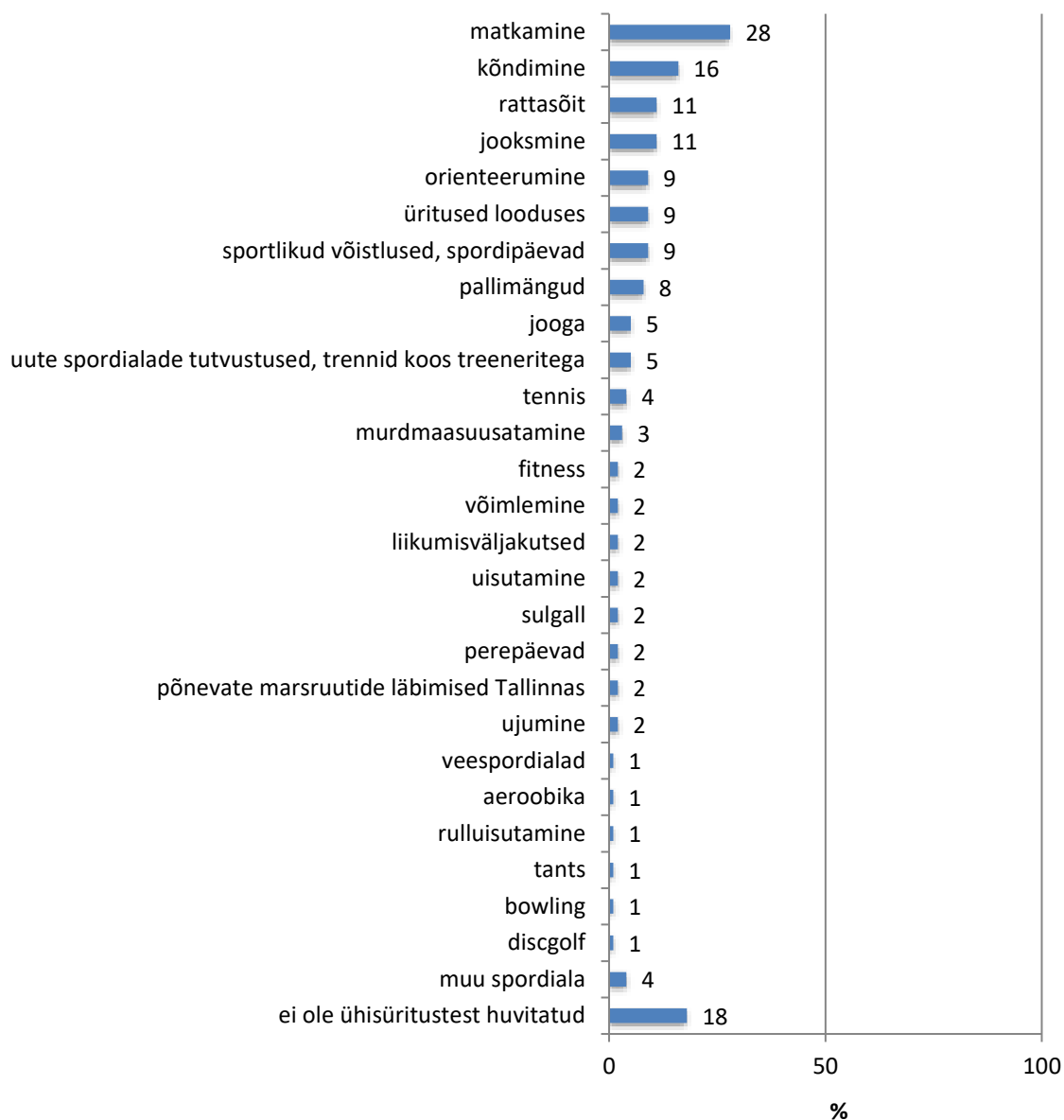
Küsisime vastajatelt, milliseid tööandja soodustusi liikumisharrastustega tegelemiseks nad eelistaksid. Selgus, et kõige enam oodatakse tööandjalt osalustasude osalist kompenseerimist, teisel kohal on võimalus sportida 1-2 korda nädalas tööajast (vt graafik 11). Ülejäänud võimalused osutusid vähempopulaarseteks. Muu vastuse all mainiti sagedamini seda, et tööandja soodustused pole vajalikud, linnas võiks kasutusele võtta SportID/Stebby, võiks olla hüvitis või toetus liikumisharrastustega tegelemiseks sarnaselt tervisehüvitisele, töökohal võiks olla jõusaal või võimlemisruum ja dušši-ruum ning võiks toetada jalgrattaga tööl käijaid.

Meeste ja naiste eelistustes suuri erinevusi ei ole. Vanuse lõikes ei ole samuti suuri erinevusi, nooremad vastajad on samas veidi enam erinevatest soodustustest huvitatud kui vanemad vastajad. Ametiasutuste töötajad sooviksid hallatavate asutuste töötajatega võrreldes rohkem võimalust 1-2 korda nädalas tööajast sportida, hallatavate asutuste töötajad aga seevastu eelistaksid rohkem tööandja organiseeritud tasuta treeninguid. Spetsialistid on juhtidega võrreldes veidi enam huvitatud tööandja korraldatavatest tasuta treeningutest. Aktiivsed liikumisharrastustega tegelevad vastajad on teistega võrreldes veidi enam huvitatud osalustasude kompenseerimisest ja võimalusest tööajast sportida. Väiksema liikumisaktiivsusega vastajad on aga rohkem huvitatud tööandja korraldatud tasuta treeningutest.



Küsisime vastajatelt, milliste spordialade ühisüritusi võiks linnaorganisatsioonis korraldada. Vastajad nimetasid väga palju erinevaid spordialasid, kõige populaarsemaks osutus matkamine, teisel kohal on kõndimine ning kolmandal-neljandal kohal on võrdselt rattasõit ja jooksmine (vt graafik 12). Meestele meeldiks naistega võrreldes rohkem sportlikud võistlused ja pallimängude võistlused, naistele aga meeldiks rohkem kõndimise ja jooga üritused. Nooremad linnatöötajad mainisid erinevamaid spordialasid ja keskmisest rohkem jooksmist ja pallimänge, vanemad linnatöötajad aga üritusi looduses ja kõndimist ja matkamist. Aktiivsed liikumisharrastustega tegelevad vastajad mainisid rohkem erinevaid spordialasid kui väiksema aktiivsusega liikumisharrastajad.

Graafik 12. Milliste spordialade ühisüritusi võiks linna organisatsioonis korraldada, kus Sa ise sooviksid osaleda? (vastavad kõik, N=800)

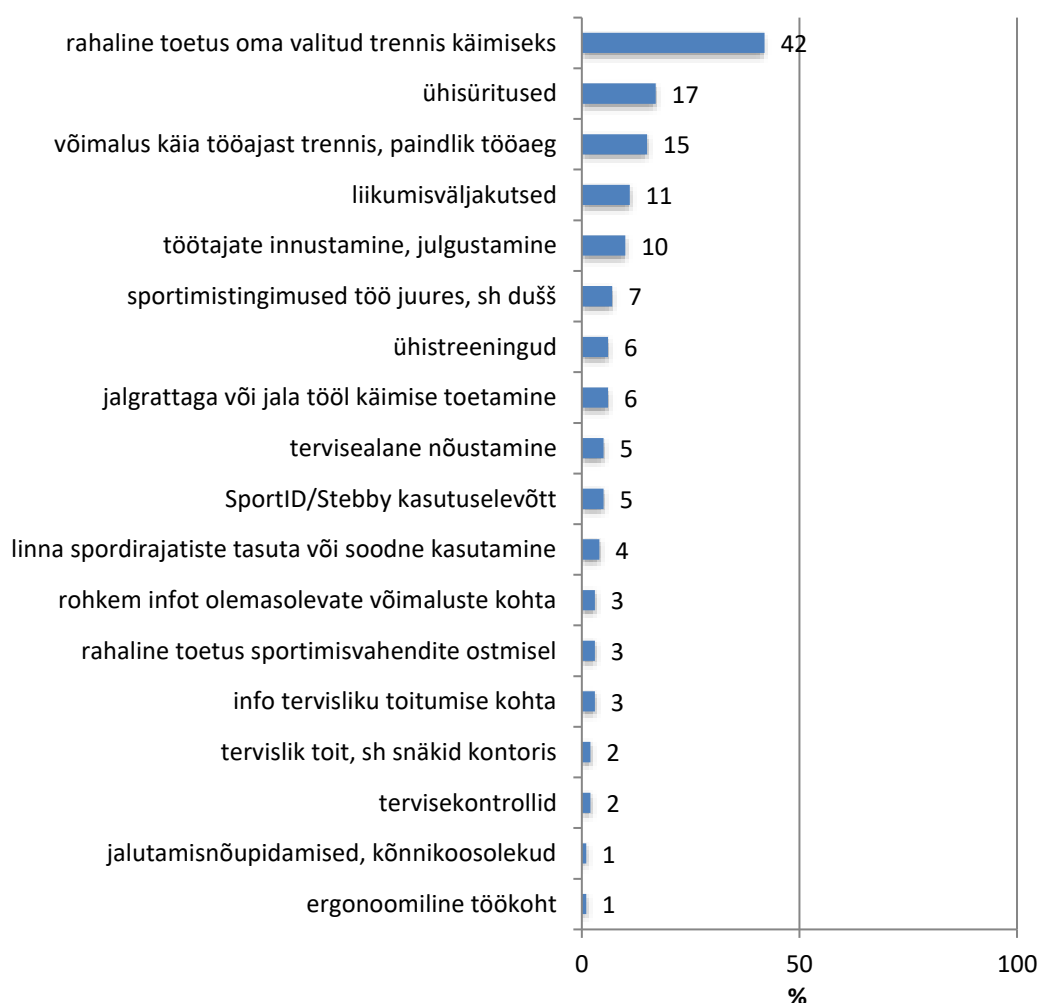


* kuna vastaja võis anda mitu vastust, siis on protsentide summa 100-st suurem

Palusime vastajatel teha ettepanekuid, kuidas võiks linnatöötajate liikumisharrastustega tegelemist ja tervislikku eluviisi edendada. Ülekaalukalt kõige populaarsemaks ettepanekuks osutus vabalt valitud trenni või liikumisharrastuse rahaline toetamine, kas siis osalustasude kompenseerimise või mingi regulaarsusega makstava toetuse näol. Sagedast mainimist leidsid ka sportlikud ühisüritused ja võimalus käia tööajast tennis (näiteks lõunapausi ajal). Palju positiivset tagasisidet said erinevad (mh linnaorganisatsiooni enda korraldatud) liikumisväljakutsed.

Naised mainisid meestega võrreldes rohkem rahalist toetust trennis käimiseks, võimalust töö ajast trennis käia ja ühisüritusi, mehed mainisid rohkem jalgrattaga või jala tööl käimise propageerimist, liikumisväljakutseid ja rahalist toetust spordivahendite ostmisel. Kui võrrelda vanusegruppe, siis rahalist toetust trennis käimiseks mainisid rohkem alla 60-aastased vastajad, võimalust tööajast trennis käia 30-39-aastased vastajad, liikumisväljakutseid alla 30-aastased vastajad. Aktiivsed liikumisharrastustega tegelevad vastajad mainisid väiksema aktiivsusega liikumisharrastajatega võrreldes rohkem rahalist toetust nii trennis käimiseks kui spordivahendite ostmiseks ning ühisüritusi.

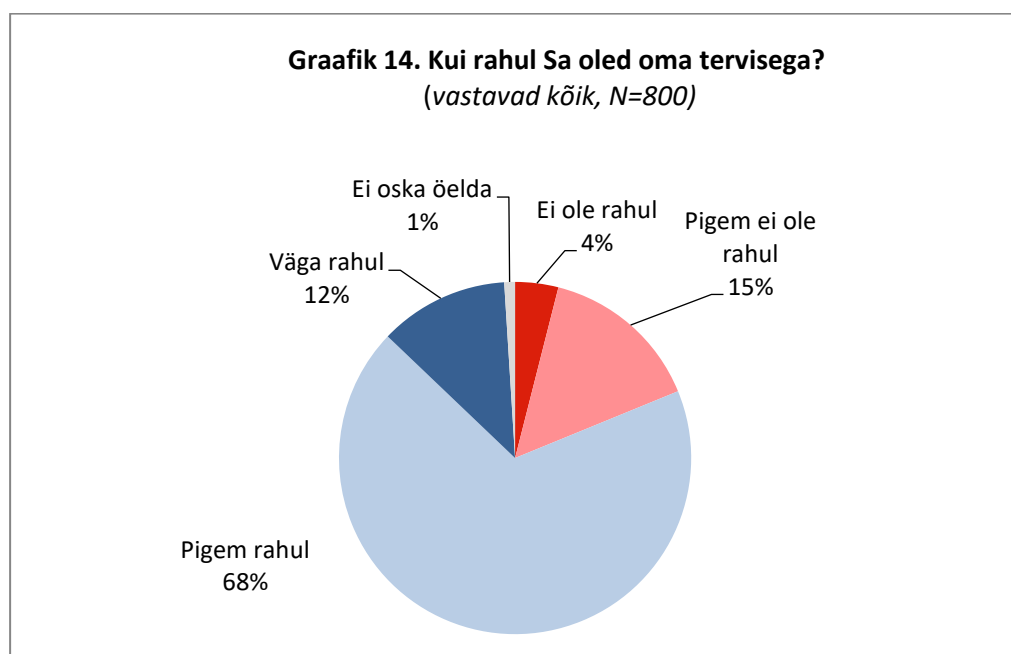
Graafik 13. Kas Sul on ettepanekuid, kuidas võiks linnatöötajate liikumisharrastustega tegelemist ja tervsilikku eluviisi edendada?
(vastavad kõik, N=800)



* kuna vastaja võis anda mitu vastust, siis on protsentide summa 100-st suurem

3.5. Tervislik seisund

Valdav enamus küsitluses osalenud linnaorganisatsiooni töötajatest on oma tervisega pigem rahul, väga rahul on umbes kümnendik vastajatest ning viiendik vastajatest ei ole oma tervisega rahul (vt graafik 14). Nagu võiski eeldada, on rahulolu tervisega seotud liikumisharrastustega tegelemise aktiivsusega - mida rohkem vastaja liikumisharrastustega tegeleb, seda rohkem ta oma tervisega rahul on, ja ka vastupidi. Vanuse kasvades rahulolu oma tervisega veidi väheneb, aga erinevused vanusegruppide vahel on suhteliselt väikesed. Soo, asutusetüübi ja ametipositsiooni lõikes tervisega rahulolu ei erine.



Palusime vastajatel märkida ankeeti ka oma kaalu ning pikkuse, et arutada välja kehamassiindeksid. Vastamine kaalu ja pikkuse küsimusele oli vabatahtlik. Kaalu jättis ankeedis märkimata 22% vastajatest ning pikkuse jättis märkimata 20% vastajatest, seega ei saa me teha järeldusi kõikide küsitluses osalenud vastajate kaalu, pikkuse ja kehamassiindeksi kohta. Arvutused näitavad, et 60% vastajatest on normaalkaalus ja ülekaalulisi või rasvunuid on kokku 39%, alakaalus on 1% vastajatest (vt graafik 15).

Naiste keskmine kaal oli 67,1 kg ja pikkus 167,5 cm. Meeste keskmine kaal oli 86,5 kg ja pikkus 181,4 cm. Naiste keskmine kehamassiindeks oli 23,9 ja meestel 26,3. Mida vanemasse vanusegruppi vastaja kuulub, seda kõrgem on keskmine kehamassiindeks. Mida rohkem vastaja liikumisharrastustega tegeleb, seda väiksem on keskmine kehamassiindeks.

Kui võrrelda tulemusi TAI Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise 2020. aasta uuringu tulemustega, siis selgub, et linnaorganisatsiooni töötajate seas on märkimisväärselt rohkem normaalkaalulisi kui Eesti elanike seas keskmiselt. TAI uuringu tulemuste kohaselt on Eesti elanike seas keskmiselt normaalkaalulisi 46%, alakaalulisi on 3%, ülekaalulisi 31% ja rasvunud 20%.

