



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

PROJEKTI „ABIKS HOOLDUSKOORMUSEGA INIMESTELE“ OSALEJATE TAGASISIDE KÜSITLUS

Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet

Tallinna Strateegiakeskus

Jaanuar 2022

Sisukord

1. KÜSITLUSE KORRALDUSEST	3
2. KÜSITLUSE KOKKUVÕTE	4
3. TULEMUSTE ANALÜÜS	6
3.1. Projekti teenuste kasutamine	6
3.1.1. Omastehoolduse koordinaator-tugiisiku teenus	7
3.1.2. Psühholoogilise nõustamise teenus	8
3.1.3. Kriisinõustamise teenus	8
3.1.4. Leinanõustamise teenus	8
3.1.5. Virtuaalsed vestlusringid hoolduskoormusega inimestele	9
3.1.6. Virtuaalne omastehoolajate koolitusprogramm	9
3.1.7. Virtuaalsed eriarsti-spetsialistide vastuvõtud keskkonnas minudoc.ee	11
3.1.8. Isikuhoolduse- ja koduabi teenus CareMate 40% sooduskoodiga	12
3.2. Milliste projekti teenustega võiks jätkata	12
3.3. Kuidas on projekti teenused projekti osalejate elu mõjutanud	13
3.4. Muud teenused hoolduskoormusega inimestele	15
3.5. Hoolduskoormus	17
4. LISA 1 – ANKEET	18

1. KÜSITLUSE KORRALDUSEST

Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet korraldas koostöös Tallinna Strateegiakeskusega Euroopa Sotsiaalfondi projekti „Abiks hoolduskoormusega inimesele” tagasiside küsitluse. Küsitluse eesmärk oli saada teada, kui rahule jäid projektis osalejad projekti teenustega ning milliste teenuste pakkumisega hoolduskoormusega inimestele võiks Tallinna Sotsiaal- ja Tervishoiuamet jätkata. Rohkem infot projekti kohta leiab siit: <https://www.tallinn.ee/est/Abiks-hoolduskoormusega-inimesele>

Projektis osales 73 inimest, ankeedile vastas 36 inimest, mis teeb küsitluse vastamismääraks 49%. Küsitlus toimus ajavahemikul 13. detsember 2021 kuni 2. jaanuar 2022. Ankeedile oli võimalik vastata nii eesti kui vene keeles. Samuti sai vastaja valida, kas vastata ankeedile veebis või telefoni teel. Kõik küsitluses osalenud olid naised. Kaks kolmandikku vastajatest vastas eestikeelsele ankeedile ja üks kolmandik venekeelsele. Hoolduskoormusega inimese keskmine vanus on 56 aastat. Vastajate seas oli kõikide Tallinna linnaosade elanikke, kõige rohkem Lasnamäe, Mustamäe, Nõmme ja Põhja-Tallinna elanikke.

Vastajate jaotus ankeedi keele, soo, vanuse ja elukoha lõikes		Vastajate arv	Protsent vastajatest
Ankeedi keel	Eesti	23	64
	Vene	13	36
Sugu	Naine	36	100
	Mees	0	0
Vanus	Kuni 50	8	22
	51 – 60	17	47
	60+	11	31
Elukoht	Haabersti	1	3
	Kesklinn	1	3
	Kristiine	1	3
	Lasnamäe	9	25
	Mustamäe	8	22
	Nõmme	7	19
	Pirita	3	8
	Põhja-Tallinn	6	17

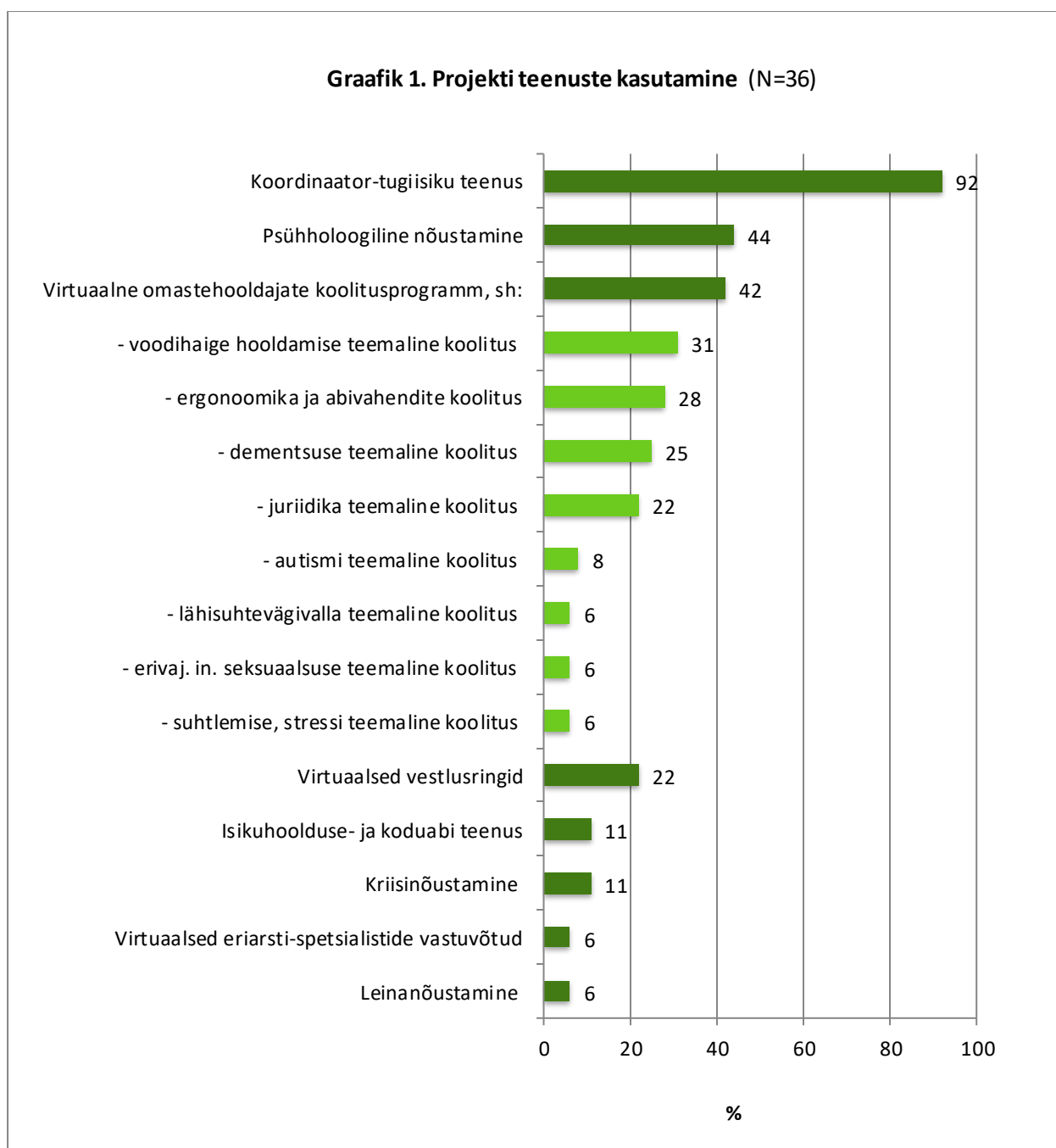
2. KÜSITLUSE KOKKUVÕTE

- Projekti teenustest osutus ülekaalukalt kõige populaarsemaks koordinaator -tugiisiku teenus. Enamus projektis osalejatest kasutas seda teenust, jäi sellega rahule ja sooviks ka edaspidi seda teenust kasutada.
- Kõikide projekti teenustega jäädi valdavalt rahule, negatiivseid kommentaare oli äärmiselt vähe. Teenuste vähese kasutamise põhjuseks oli enamasti see, et vastajad arvasid, et nad ei vaja konkreetseid teenuseid või ei neil ei olnud aega hooldamise või töö kõrvalt sellega tegeleda. Viimane põhjus puudutas eelkõige koolitusi ja vestlusringe. Vähesel määral oli probleemiks infopuudus ja see, et enamus koolitusi ja vestlusringe toimusid virtuaalselt (mõnel vastajal esines probleeme veebikeskkondade kasutamisel).
- Kõige positiivsemalt on projekti teenused mõjutanud projektis osalejate informeeritust ja teadlikkust teenustest ja muudest abi võimalustest. Projekt mõjutas positiivselt ka projektis osalejate psühholoogiat ja sotsiaalseid suhteid (suhted hooldatava ja teiste lähedastega, üldine eluga rahulolu, kontrollitunne elu üle, enesehinnang).
- Umbes kaks-kolmandikku vastajatest pöördus projektis osalemise ajal toetuste, teenuste või muu abi saamiseks oma linnaosa sotsiaalosakonda. Umbes pooled nendest said sellist abi nagu nad soovisid ja umbes pooled ei saanud. Viimased tõid välja soovitud teenuste või toetuste mittesaamist või ebapiisavat mahtu.
- Tööl käimise jätkamiseks või tööle tagasi minemiseks vajaksid hoolduskoormusega inimesed enda sõnul kõige rohkem hooldusabi (hooldaja, hooldusõe abi). Samas, Tallinna linna pakutavat omastehoolaja asendamise teenust olid kasutanud väga vähesed projektis osalejad (ainult kolm). Teenuse mitte-kasutamise põhjused neil, kes tegelikult seda teenust vajaks, on erinevad (ei tea sellisest teenusest, teenust ei võimaldatud, hooldatav ei soovi seda, teenust oleks vaja suuremas mahus, ei julge hooldatavat võõra hooleks jätta, hooldatav ei ole Tallinnasse sisse kirjutatud).
- Kui oleks olemas spetsiaalne veebileht, mis koondaks hoolduskoormusega inimestele vajalikku infot, siis huvi sellise veebilehe vastu oleks suur - pea kõik vastajad märkisid, et nad kasutaksid sellist veebilehte.

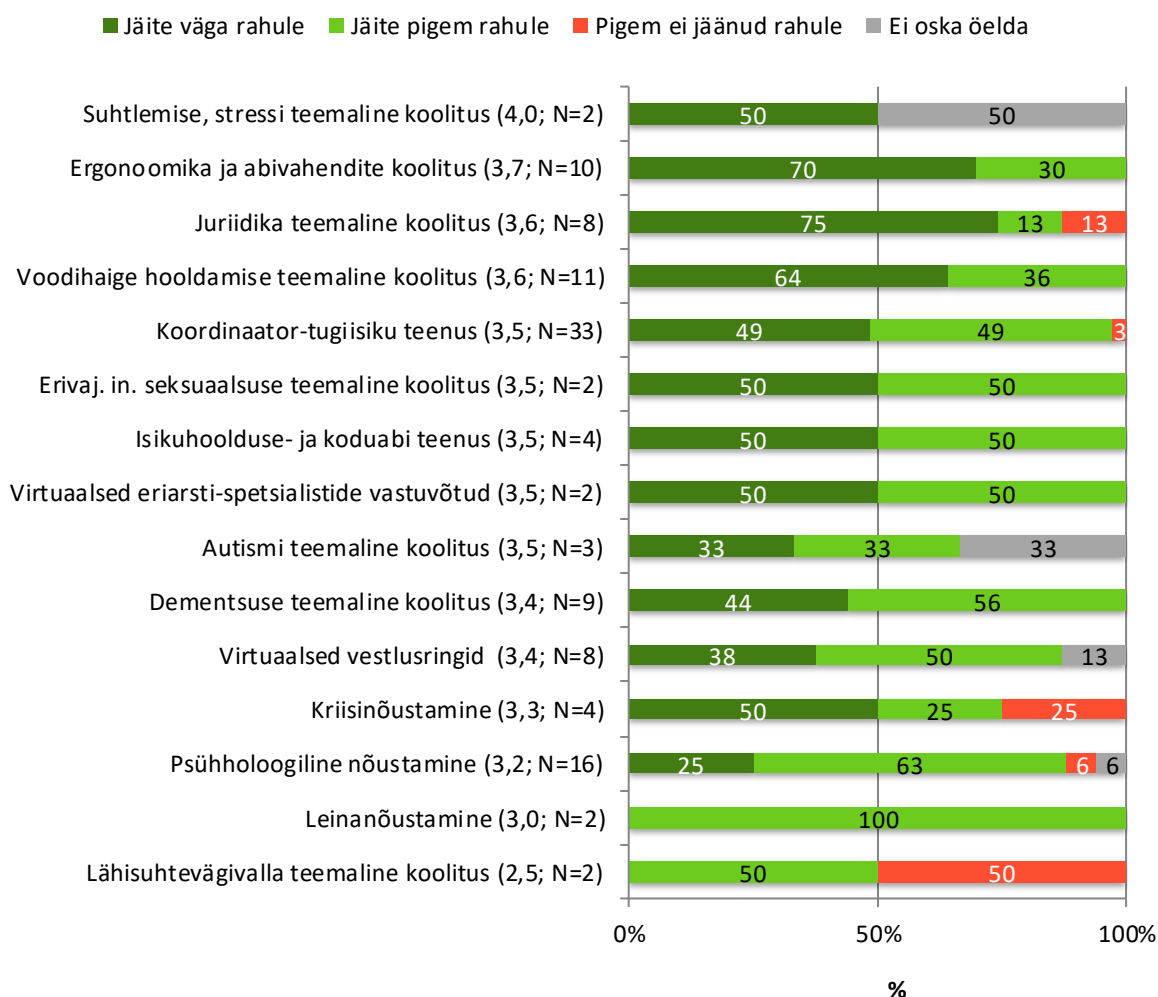
3. TULEMUSTE ANALÜÜS

3.1. Projekti teenuste kasutamine

Ülevaate projekti teenuste kasutamisest ja rahulolust nendega saab graafikutelt 1 ja 2. Rahulolu tulemuste puhul tuleb silmas pidada seda, et mitme teenuse puhul on hinnangu andnud vastajate arv äärmiselt väike ja täpsete protsentjaotuste asemele tuleks vaadata pigem seda, kas anti üldiselt positiivseid või negatiivseid hinnanguid.



Graafik 2. Rahulolu teenustega
(teenused on järjestatud 4-pallilise skaala keskmise hinnangu alusel)



3.1.1. Omastehooluse koordinaator-tugiisiku teenus

Koordinaator-tugiisiku teenus oli projektis osalejate seas kõige kasutatavam teenus, seda kasutas 92% vastajatest. Koordinaator-tugiisikud aitasid projektis osalejaid kõige enam info jagamise ga, moraalse toe pakkumisega (ära kuulamisega, hea nõu andmisega) ning ametiasutustega suhtlemisega. Vähem esines abistamist toetuste-teenuste taotlemisel ning töö otsimisel. Valdavalt kasutati teenust umbes kord kuus. Teenuse kasutajad jäid teenusega võrdses mahus kas väga või pigem rahule, ainult üks vastaja ei jäänud teenusega eriti rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,5. Rahulolu põhjendati sellega, et koordinaator-tugiisikutelt saadi sellist infot, mida mujalt poleks saanud, näiteks infot erinevatest toetustest, teenustest ja muudest võimalustest ning et koordinaator-tugiisikud olid projektis osalejatele toeks - nad kuulasid neid ära ja mõistsid nende muresid. Mainiti ka koordinaator-tugiisikute abi asjaajamisel, näiteks KOViga suhtlemisel. Vastajad, kes teenust ei kasutanud, põhjendasid mittekasutamist sellega, et nad ei vaja seda teenust.

3.1.2. Psühholoogilise nõustamise teenus

Psühholoogilise nõustamise teenus oli kasutatavuselt teisel kohal, seda teenust kasutas 44% vastajatest. Kõik teenust kasutanud vastajad osalesid individuaalsel nõustamisel, üks vastaja ka paarinõustamisel, perenõustamisel ei osalenud ühtegi vastajat. Teenuse kasutamise sagedus oli väga varieeruv, kaks vastajat kasutas teenust kord nädalas, viis vastajat kord kuus ja üheksa vastajat harvem kui kord kvartalis. Teenuse kasutajad jäid teenusega valdavalt pigem rahule, väga rahule jäi neli vastajat, üks vastaja pigem ei jäänud rahule ja üks vastaja ei osanud vastata, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,2. Umbes pooled vastajad põhjendasid oma hinnangut sellega, et nad said psühholoogilt abi, neile meeldis psühholoogi kõrvalpilk ja neile meeldis psühholoogiga rääkida. Umbes sama palju vastajaid kirjutas, et nad ei saanud psühholoogilt päris seda abi mida nad ootasid või et nad ilmselt ei vajanudki seda teenust. Vastajad, kes teenust ei kasutanud, põhjendasid mittekasutamist kõige sagedamini sellega, et nad ei vaja seda teenust, vähem märgiti ajapuudust, ebasobivat ajastust, sarnase teenuse saamist ning vähest infot teenuse kohta. Muu põhjusena toodi välja varasemaid kogemusi psühholoogidega, nii positiivset kui negatiivset kogemust psühholoogi külastamisest.

3.1.3. Kriisinõustamise teenus

Kriisinõustamise teenus oli suhteliselt vähe kasutatud teenus, seda kasutas 4 vastajat ehk 11% kõikidest vastajatest. Kaks vastajat kasutas seda kord kuus ja kaks vastajat harvem kui kord kvartalis. Kaks vastajat jäi teenusega väga rahule, üks pigem rahule ja üks vastaja pigem ei jäänud rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,3. Rahulolu põhjendati sellega, et psühholoogilt saadi abi, rahulolematust aga sellega, et nad ei saanud psühholoogilt sellist abi nagu nad oleksid soovinud. Vastajad, kes teenust ei kasutanud, põhjendasid mittekasutamist kõige sagedamini sellega, et nad ei vaja seda teenust, vähem märgiti ajapuudust, vähest infot teenuse kohta, sarnase teenuse saamist ning ebasobivat ajastust.

3.1.4. Leinanõustamise teenus

Leinanõustamise teenust kasutas ainult kaks vastajat. Mõlemad vastaja käisid nõustamisel vähemalt kord kuus ning jäid teenusega pigem rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3. Kumbki vastaja kahjuks oma hinnangut ei põhjendanud. Vastajad, kes teenust ei kasutanud, põhjendasid mittekasutamist valdavalt sellega, et nad ei vaja seda teenust, lisaks märgiti vähest infot teenuse kohta ja ajapuudust.

3.1.5. Virtuaalsed vestlusringid hoolduskoormusega inimestele

Virtuaalsetes vestlusringides osales kaheksa vastajat, ehk 22% kõikidest vastajatest. Neli vastajat osales vestlusringides ühe korra, kaks vastajat kaks korda ja kaks vastajat rohkem kui kolm korda. Kõige rohkem osaleti eakate vaimse tervise ja toimetuleku ja hoolduskoormusega inimese elu muutuste juhtimise teemalistest vestlusringides. Peresuhete ja sotsiaalse võrgustiku aktiveerimise, hoolealuse väärikuse säilitamise, hoolduskoormusega isiku vaimse ja füüsilise väsimuse ja kaastundeväsimuse ja enesekaastunde teemalistes vestlusringides osales igaühes üks vastaja. Lisaks mainiti veel eeskoste seaduse ja hooldajate vajaduste teemalisi vestlusi.

Vestlusringidega jäädgi kas väga või pigem rahule, üks vastaja ei osanud hinnangut anda, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,4. Rahulolu põhjendati sellega, et kogemuste vahetamine oli kasulik, vestlusringist sai häid nõuandeid ning oli hea oma olukorda teistega võrrelda. Kaks vastajat kirjutasid, et nad ei saanud vestlusringides soovitud määral osaleda, kuna neil esines probleeme arvuti kasutamisel, sh veebikeskkonda sisse logimisel.

Vastajad, kes teenust ei kasutanud, põhjendasid mittekasutamist valdavalt sellega, et nad ei vaja seda teenust või et neil ei olnud aega vestlusringides osaleda. Vähem mainiti ebasobivat ajastust, sarnase teenuse saamist, arvuti kasutamise oskuste ja võimaluste puudumist ning vähest infot teenuse kohta. Üks vastaja kirjutas, et ta ei osalenud sellepärast, et talle ei meeldi virtuaalne suhtlemine.

3.1.6. Virtuaalne omasteholdajate koolitusprogramm

Virtuaalne omasteholdajate koolitusprogramm koosnes kaheksast koolitusprogrammist:

1) Autismi teemaline koolitusprogramm

Selles koolitusprogrammis osales kolm vastajat. Üks vastaja jäi sellega väga rahule, üks jäi pigem rahule ja üks vastaja ei osanud hinnangut anda, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,5. Hinnangut põhjendas ainult üks vastaja, aga selle eest põhjalikult - temal esines probleeme veebikeskkonda sisselogimisel, koolitus oli tema jaoks liiga intensiivne (koolitaja rääkis liiga kiiresti), teemad olid asjalikud, koolitusaeg sattus ebasobivale ajale ning ta oleks soovinud järelkuulamise võimalust.

2) Dementsuse teemaline koolitusprogramm

Dementsuse teemalises koolitusprogrammis osales rohkem vastajaid – üheksa. Koolitusprogrammiga jääd kas väga või pigem rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,4. Rahulolu põhjendati uute teadmiste ja oskuste saamisega, koolituse arusaadavuse ja huvitavusega, rahulolematust aga sellega, et praktilisi nõuandeid ja näiteid oli vähe.

3) Voodikeskse haige hooldamise teemaline koolitusprogramm

Selles koolitusprogrammis osales kõige rohkem vastajaid – kümme. Rahulolu koolitusprogrammiga on kõrge, enamus jäi väga rahule, veidi vähem oli neid, kes jäid koolitusega pigem rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,6. Rahulolu põhjendati uute teadmiste ja oskuste saamisega ja võimalusega tutvuda uute ergonoomiliste vahenditega, ühtegi rahulolematust väljendavat kommentaari ei olnud.

4) Erivajadusega inimese seksuaalsuse teemaline koolitusprogramm

Selles koolitusprogrammis osales kaks vastajat. Üks vastaja jäi koolitusega väga rahule ja üks jäi pigem rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,5. Oma hinnangut põhjendas üks vastaja, ta pidas koolitust väga kasulikuks ja oluliseks ning sai teada, milliste spetsialistide poole oma hooldatavaga edaspidi pöörduda.

5) Lähisuhtevägivalla teemaline koolitusprogramm

Selles koolitusprogrammis osales samuti kaks vastajat. Üks vastaja jäi koolitusega pigem rahule ja teine vastaja pigem ei jäänud rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 2,5, mis on madalaim teenustele antud koondhinne selles küsitluses. Oma hinnangut põhjendas üks vastaja, tema sõnul oli koolitus väheinformatiivne.

6) Suhtlemise, stressi ja konflikti teemaline koolitusprogramm

Ka selles koolitusprogrammis osales ainult kaks vastajat. Üks vastaja jäi koolitusega väga rahule ja teine vastaja ei osanud hinnangut anda, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 4, mis on kõrgeim teenustele antud koondhinne selles küsitluses (aga siin tuleb loomulikult silmas pidada seda, et siin on tegemist ainult ühe inimese hinnanguga). Hinnangu andnud vastajale meeldis koolituse individuaalne lähenemine.

7) Juriidika teemaline koolitusprogramm

Juriidika teemalises koolitusprogrammis osales kaheksa vastajat. Enamus osalejaid jäi koolitusega väga rahule, üks vastaja jäi pigem rahule ja üks vastaja pigem ei jäänud rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,6. Rahulolu põhjendati uute teadmiste, vajaliku info saamisega, oma küsimustele vastuse saamisega. Kaks vastajaid kirjutasid, et nad lootsid koolituselt veidi enam ja üks vastaja kirjutas, et koolitaja vene keele oskus oli kesine.

8) Ergonoomika ja abivahendite füüsiline koolitus

Sellest koolitusest võttis osa kümme vastajat. Rahulolu koolitusega on kõrge, enamus osalejaid jäi koolitusega väga rahule, kolm vastajat jäi pigem rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,7. Koolitust peeti huvitavaks, koolituselt saadi uusi teadmisi ja oskusi, koolitus pakkus võimalust teiste koolitusel osalejatega suhelda ja kogemusi vahetada, üks vastaja kiitiski ka vene emakeelega koolitaja head eesti keele oskust, ühtegi negatiivset kommentaari ei tehtud.

Virtuaalses omastehoolajate koolitusprogrammis mitteosalenud vastajad põhjendasid oma mitteosalemist valdavalt sellega, et nad ei vaja sellist teenust või et neil ei olnud aega koolitusprogrammis osaleda. Vähem nimetati ebasobivat ajastust, sarnase teenuse saamist ja arvuti kasutamise oskuste ja võimaluste puudumist.

3.1.7. Virtuaalsed eriarsti-spetsialistide vastuvõttud keskkonnas minudoc.ee

Eriarsti-spetsialistide virtuaalsetel vastuvõttudel osales ainult kaks vastajat, üks vastaja ühe korra ja teine vastaja kolm korda. Üks vastaja jäi vastuvõttuga väga rahule, teine vastaja pigem rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,5. Üks vastaja tõi välja, et ta sai visiidilt vastused oma küsimustele, teine vastaja oli samuti visiidiga rahul, aga ta avaldas kahetsust, et järgmised visiidid olid tasulised.

Vastajad, kes teenust ei kasutanud, põhjendasid mittekasutamist kõige sagedamini sellega, et nad ei vaja seda teenust. Lisaks mainiti ajapuudust, ebasobivat ajastust, vähest infot teenuse kohta ning arvuti kasutamise oskuste ja võimaluste puudumist. Muude põhjustena toodi välja eriarstide umbusaldamist, oma arsti olemasolu, spetsiifilise meditsiinivaldkonna puudumist teenusel ning hooldatava huvipuudust.

3.1.8. Isikuhoolduse- ja koduabi teenus CareMate 40% sooduskoodiga

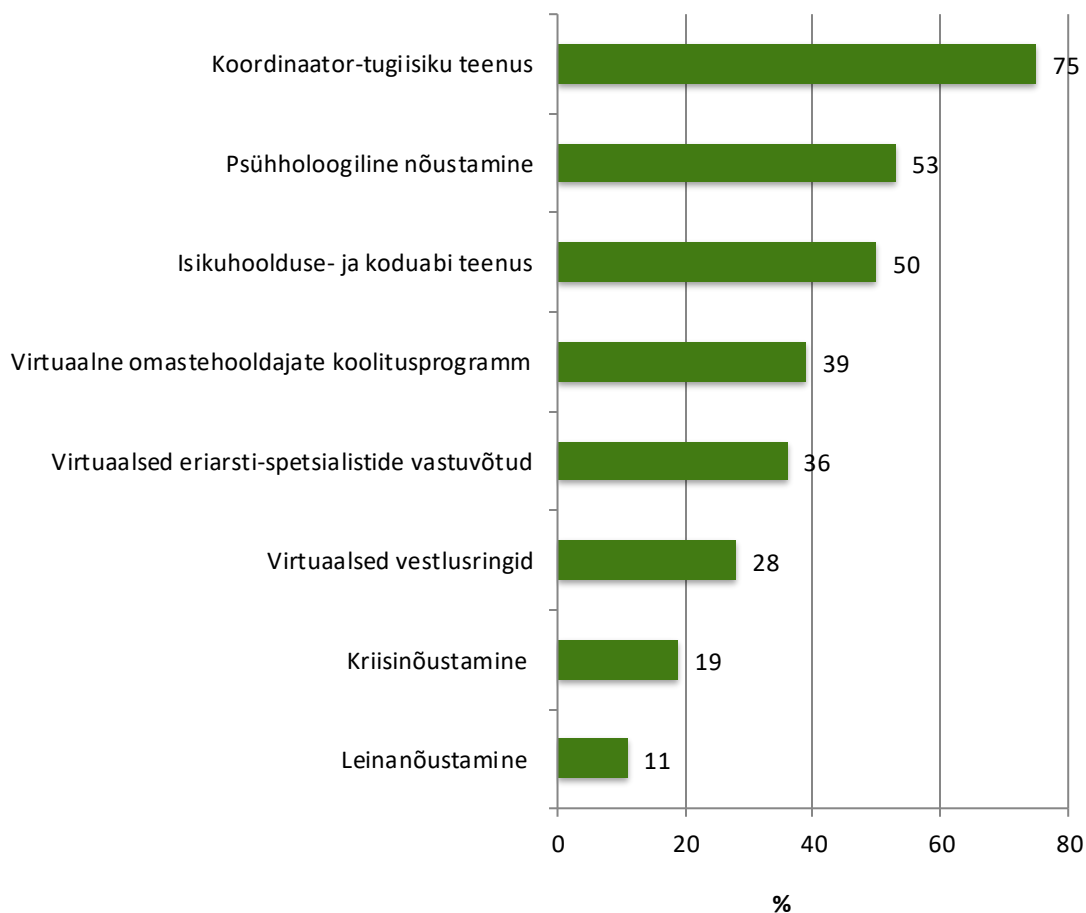
Seda teenust kasutas neli vastajat, kaks vastajat vähemalt kord nädalas, üks vastaja vähemalt kord kvartalis ja üks vastaja harvem kui kord kvartalis. Pooled teenuse kasutajaid jäid teenusega väga rahule ja pooled pigem rahule, keskmine hinne 4-pallilisel skaalal on 3,5. Teenust osutanud töötajatega jäädivi väga rahule ning teenuse kasutajatele meeldis 40%line soodustus. Üks vastaja tõi välja probleeme teenuse broneerimissüsteemiga.

Vastajad, kes teenust ei kasutanud, põhjendasid mittekasutamist kõige sagedamini sellega, et nad ei vaja seda teenust või neil ei olnud teenuse kohta infot. Vähem mainiti ajapuudust, ebasobivat ajastust, sarnase teenuse saamist, arvuti kasutamise oskuste ja võimaluste puudumist ja puudulikke rahalisi võimalusi. Muude põhjuste all märkisid vastajad kõige sagedamini seda, et nad on püüdnud ise hakkama saada, ehk ilmselt on vajadus teenuse järele olemas, aga nii rahalistel põhjustel kui soovist ise hakkama saada ei ole teenust seni kasutatud.

3.2. Milliste projekti teenustega võiks jätkata

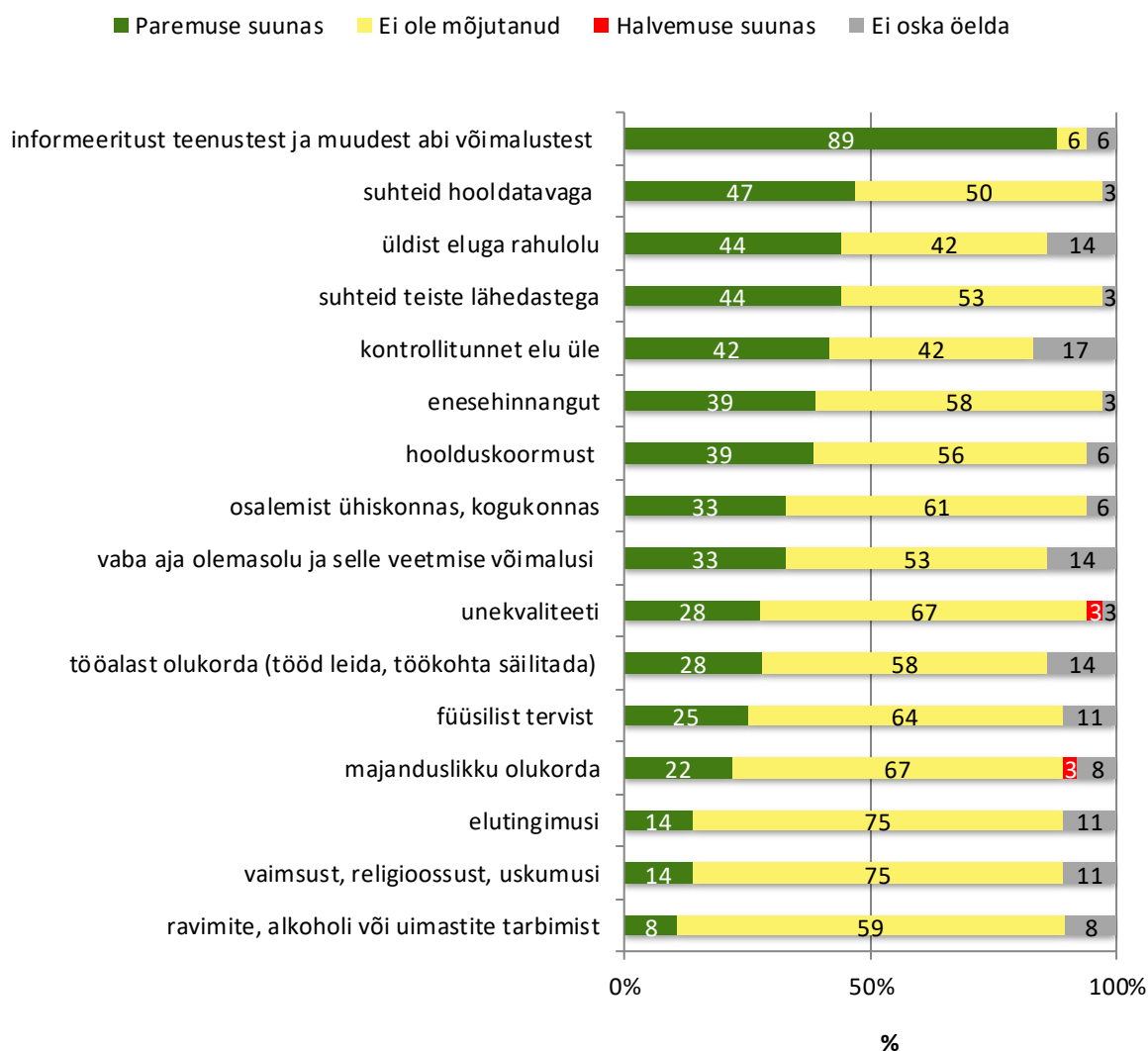
Küsisime projektis osalenud hoolduskoormusega inimestelt, et milliseid projekti teenuseid nad sooviksid ka edaspidi kasutada. Kõige populaarsemaks teenuseks osutus koordinaator-tugiisiku teenus, see oli ka projekti kõige enam kasutatud teenus. Vähemalt pooled vastajad sooviksid edaspidi ka psühholoogilist nõustamist ning isikuhoolduse-koduabi teenust CareMate 40% sooduskoodiga. Ülejäänud teenuste vastu on huviveidi väiksem.

Graafik 3. Milliseid projekti teenuseid Te sooviksite ka edaspidi kasutada?
(N=36)



3.3. Kuidas on projekti teenused projekti osalejate elu mõjutanud

Kuidas on projekti teenused projektis osalejate elu mõjutanud? Tulemused on näha graafikul 4. Kõige positiivsemalt on projekti teenused mõjutanud informeeritust ja teadlikkust teenustest ja muudest abi võimalustest. Paljude projektis osalejate puhul on läinud paremaks ka suhted (nii hooldatava kui teiste lähedastega), üldine eluga rahulolu, kontrollitunne elu üle, enesehinnang ja hoolduskoormus. Negatiivset mõju märgiti väga vähe, ainult üks vastaja märkis, et tema puhul on unekvaliteet halvenenud ning üks vastaja märkis, et tema majanduslik olukord on halvenenud.

Graafik 4. Kas ja kuidas on projekti teenused mõjutanud Teie ... ? (N=36)

Vastajatel oli võimalus ka oma sõnadega kommeneerida ja täpsustada, kuidas on projekti teenused nende igapäevaelu ja toimetulekut mõjutanud. Mitmed vastajad tõid projekti suure väärtusena välja selle, et tänu projektile tekkis neile inimene, kellelt sai tuge ja abi ja et ainuüksi teadmine, et selline inimene on olemas, tegi nende elu kergemaks. Mitu vastajat tõi välja enesekindluse paranemist (vähem enesesüüdistamist, vähem kartust midagi valesti teha, suuremat julgust abi küsida). Projekti väärtusena mainiti ka seda, et tähelepanu pöörati hooldajale, mitte ainult hooldatavale. Paar vastajat mainis praktilise abi saamist, näiteks eluruumi kohandamist, töövõimetuspensioni saamist. Probleemidena toodi välja seda, et hoolduskoormuse tõttu ei olnud võimalik kõiki projekti teenuseid kasutada ja tegelikult oleks rohkem abi vaja just hoolduskoormuse vähendamiseks.

3.4. Muud teenused hoolduskoormusega inimestele

Soovisime teada, kas projektis osalejad on kasutanud ka Tallinna linna pakutavat omastehoolaja asendamise teenust. Teenus tähendab seda, et hoolduskoormusega inimesel on võimalus saada lühiajalist vaba aega iseenda jaoks, et näiteks käia arsti juures, poes või lihtsalt jalutamas. Sel ajal hoolitseb hooldust vajava inimese eest hooldustöötaja. Selgus, et teenust on kasutanud kolm vastajat. Meie soovisime uurida eelkõige teenuse mittekasutamise põhjuseid. Peamiste põhjustena märgiti kõige sagedamini seda, et nad ei vaja seda teenust või et nende hooldatav ei soovi seda. Vähem mainiti vähest infot teenuse kohta, hirmu jätta oma hooldatavat võõra hoolde, teenuse taotlemise keerukust ja teenuse mittesaamist (teenust on küll taotletud, aga seda ei saadud). Muu põhjusena märgiti kõige sagedamini seda, et on olnud võimalus kasutada teiste pereliikmete abi. Kaks vastajat kirjutasid, et nad arvasid, et nad nagunii seda teenust ei saa ja nad ei hakanud proovimagi. Ühel puhul oli põhjuseks see, et hooldatav ei ole Tallinna elanik ja ühel puhul see, et hooldatav oli liiga raskes seisundis.

Palusime nendel vastajatel, kes ei julge oma hooldatavat kellegi võõra hooleks jätta, selgitada, miks nad ei julge seda teha. Kõige rohkem mainiti seda, et hooldatav vajab mitte ainult füüsilist järelevalvet vaid suhtlust ja turvatunnet, mida nii kiiresti ei ole võimalik võõra hooldajaga saavutada. Põhjusena toodi välja ka hooldatava autismi diagnoosi. Mainiti ka negatiivseid varasemaid kogemusi hooldajatega (näiteks lamavat haige asendit ei vahetada piisavalt sageli, empaatiapuudus). Üks vastaja tõi põhjusena välja enda suhtumise (hooldatava võõra inimese hooleks jätmine põhjustab tal suurt stressi).

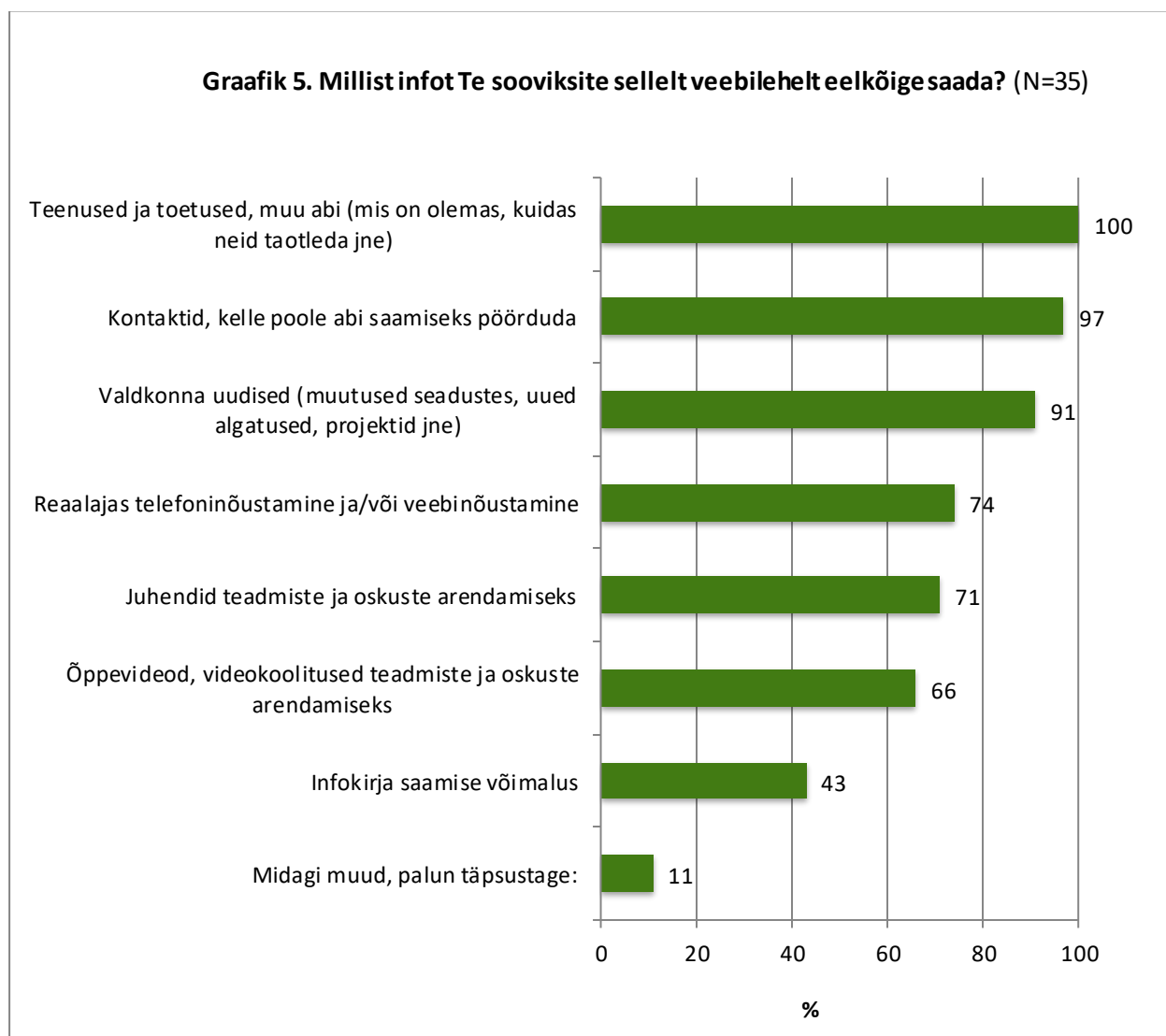
Soovisime ka teada, kas projektis osalejad on projektis osalemise aja jooksul pöördunud toetuste, teenuste või muu abi saamiseks oma linnaosa sotsiaalosakonda. Selgus, et seda on teinud suurem osa vastajatest – 67%. Nendest omakorda 42% (kümme vastajat) sai sellist abi nagu nad soovisid, 29% (seitse vastajat) sai veidi abi, aga oleks soovinud rohkem, 21% (viis vastajat) ei saanud abi ja kaks vastajat ei osanud vastata.

Palusime nendel vastajatel, kes ei saanud sellist abi nagu nad ootasid, selgitada, millist abi nad oleksid oma linnaosa sotsiaalosakonnast soovinud saada. Peamiselt mainiti soovitud teenuste mittesaamist või ebapiisavat mahtu. Teenustena nimetati koduteenust, hooldusabi teenust, hooldekodu tasu kompenseerimist, toidu koju toomise teenust, rahalist abi, puudega inimese transporditeenust, kodu kohandamise teenust, isikliku abistaja teenust, tugiisiku teenust, toetatud elamise teenust. Mõned vastajad mainisid ka linnaosa sotsiaalosakonna töötajate ebameeldivat suhtlemisstiili.

Kui oleks olemas spetsiaalne veebileht, mis koondaks hoolduskoormusega inimestele vajalikku infot, siis seda kasutaks kindlasti kolmveerand vastajatest (78%) ja tõenäoliselt kasutaks seda viiendik (20%) vastajatest. Ei olnud ühtegi vastajat, kes sellist veebilehte enda sõnul ei kasutaks. Üks vastaja ei osanud öelda, kas ta kasutaks sellist veebilehte või mitte.

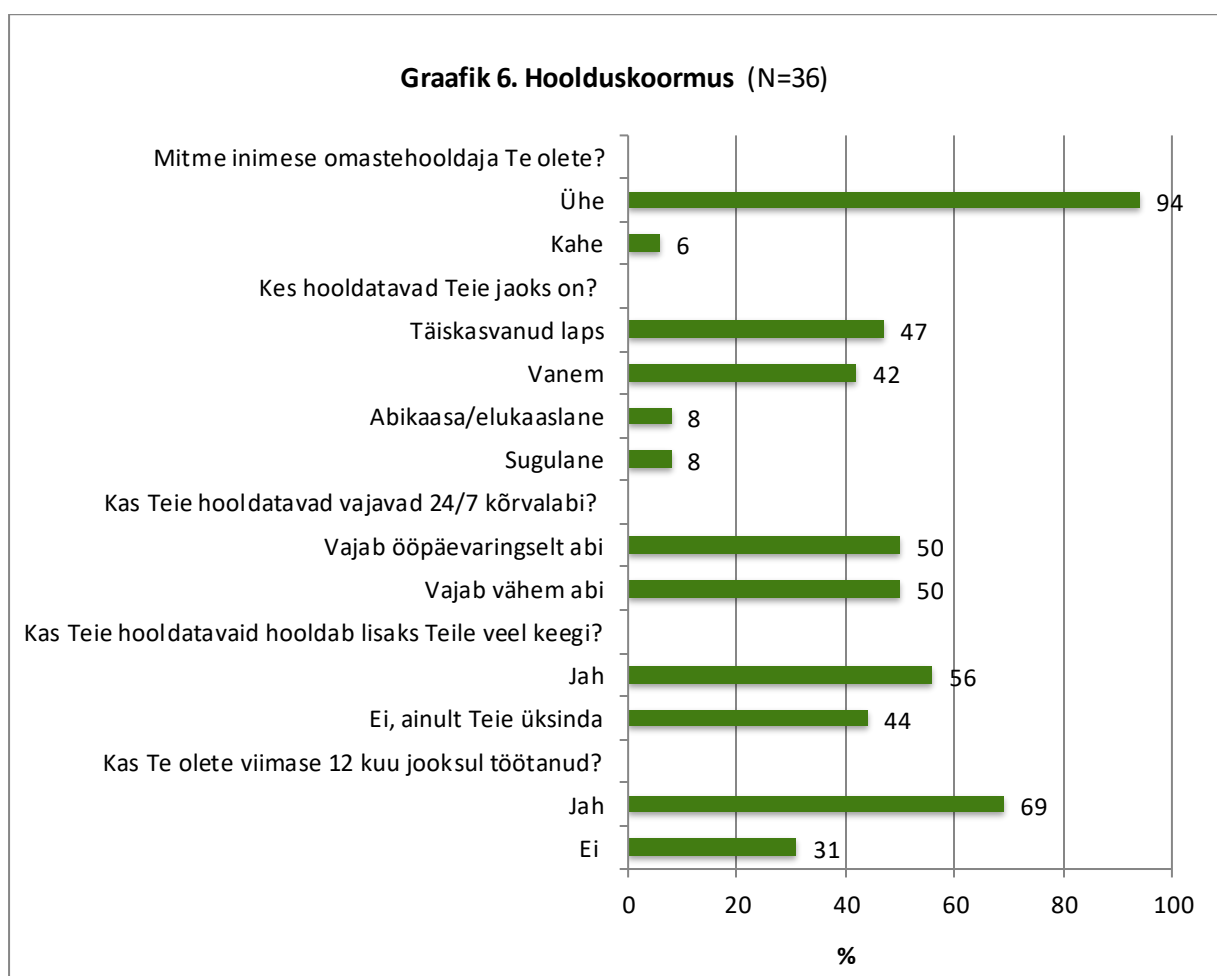
Seda, millist infot sooviksid vastajad sellelt veebilehelt saada, on näha graafikul 5. Pea kõik loetletud infovaldkonnad pakuvad suuremale osale vastajatest suurt huvi, kõige rohkem info teenuste ja toetuste ja muu abi kohta. Vähem pakub vastajatele huvi infokirja saamise võimalus.

Muu vastuse all kirjutas kaks vastajat, et veebileht võib küll olla, aga isiklik kontakt on kõige olulisem ja hoolduskoormusega inimesele on kõige rohkem vaja tugiisikut või koordinaatorit. Üks vastaja tõi välja, et veebilehel olev info peaks olema kõigile arusaadavas keeles, mitte keerulise juriidilise tekstina. Lisaks sooviks üks vastaja saada veebilehelt infot abivahendite ja kodukohanduse kohta.



3.5. Hoolduskoormus

Graafikul 6 on toodud hoolduskoormust ja hooldatavaid puudutavate küsimuste vastused. Valdavalt on küsitluses osalenud hoolduskoormusega inimestel üks hooldatav, kahel vastajal on kaks hooldatavat. Enamasti on hooldatavate puhul tegemist kas vastaja täiskasvanud lapse või vanemaga. Pooled hooldatavatest vajavad ööpäevaringset kõrvalabi ja järelevalvet, pooled vajavad vähem abi. Veidi üle poole hoolduskoormusega inimestest ei tegele hooldamisega üksi vaid keegi aitab neid, veidi alla poole vastanutest aga peab hooldamisega üksi hakkama saama. Viimase 12 kuu jooksul on palgalist tööd teinud umbes kaks kolmandikku küsitluses osalenud hoolduskoormusega isikutest.



Küsisime projektis osalejatelt, et millist abi või teenust nad ise praegu kõige rohkem vajaksid, et jätkata tööl käimist või minna tagasi tööle. Ülekaalukalt kõige sagedamini mainiti hooldusabi (hooldaja, hooldusõe abi). Mitmel korral mainiti psühholoogi teenust nii hooldajatele kui hooldatavatele. Mitmed vastajad kirjutasid, et nad ei vaja abi, peamiselt kas seetõttu, et nad on juba pensionärid või et koroonakriisi tõttu on neil võimalus praegu kodus tööd teha. Lisaks mainiti järgmisi teenuseid ja abisoove: tugiisiku teenus, nõu ja info küsimise võimalus, transporditeenus, rahaline abi teenuste eest tasumiseks, abi sobiva töö leidmisel nii hooldajatele kui hooldatavatele, emotsionaalne tugi, koolitused, tegevusterapeut ja intervall- või ööpäevaringne hooldus.

4. LISA 1 – ANKEET**Omastehoolajate projekti tagasiside küsitlus**

Kõigepealt soovime teada, milliseid projekti teenuseid Te kasutasite.

Kas Te kasutasite omastehoolajat toetava koordinaator-tugiisiku teenust?

☐ Jah☐ Ei**Milles koordinaator Teid aitas?**

Võite märkida mitu vastust

☐ Jagas Teile infot☐ Aitas Teid ametiasutustega suhtlemisel☐ Aitas Teid toetuste--teenuste taotlemisel☐ Aitas Teid töö otsimisel☐ Pakkus moraalset tuge (kuulas Teid ära, andis head nõu)☐ Midagi muud, palun täpsustage:**Kui sageli Te seda teenust keskmiselt kasutasite?**☐ Vähemalt kord nädalas☐ Vähemalt kord kuus☐ Vähemalt kord kvartalis☐ Harvem☐ Ei oska öelda

Kui rahule Te selle teenusega jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis põhjustel Te seda teenust ei kasutanud?

Võite märkida mitu vastust

☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda

☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)

☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta

☐ Olete sarnast teenust juba saanud

☐ Te ei vaja sellist teenust

☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kas Te kasutasite psühholoogilise nõustamise teenust?

☐ Jah

☐ Ei

Kas Te kasutasite psühholoogilise nõustamise teenust individuaalselt või paari- või perenõustamisena?

Võite märkida mitu vastust

☐ Individuaalselt

☐ Paarinõustamisena

☐ Perenõustamisena

Kui sageli Te seda teenust keskmiselt kasutasite?

☐ Vähemalt kord nädalas

☐ Vähemalt kord kuus

☐ Vähemalt kord kvartalis

☐ Harvem

☐ Ei oska öelda

Kui rahule Te selle teenusega jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis põhjustel Te seda teenust ei kasutanud?

Võite märkida mitu vastust

☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda

☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)

☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta

☐ Olete sarnast teenust juba saanud

☐ Te ei vaja sellist teenust

☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kas Te kasutasite psühholoogilist kriisinõustamise teenust?

☐ Jah

☐ Ei

Kui sageli Te seda teenust keskmiselt kasutasite?

☐ Vähemalt kord nädalas

☐ Vähemalt kord kuus

☐ Vähemalt kord kvartalis

☐ Harvem

☐ Ei oska öelda

Kui rahule Te selle teenusega jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis põhjustel Te seda teenust ei kasutanud?

Võite märkida mitu vastust

☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda

☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)

☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta

☐ Olete sarnast teenust juba saanud

☐ Te ei vaja sellist teenust

☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kas Te kasutasite leinanõustamise teenust?

☐ Jah

☐ Ei

Kui sageli Te seda teenust keskmiselt kasutasite?

☐ Vähemalt kord nädalas

☐ Vähemalt kord kuus

☐ Vähemalt kord kvartalis

☐ Harvem

☐ Ei oska öelda

Kui rahule Te selle teenusega jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis põhjustel Te seda teenust ei kasutanud?

Võite märkida mitu vastust

☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda

☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)

☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta

☐ Olete sarnast teenust juba saanud

☐ Te ei vaja sellist teenust

☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kas Te osalesite virtuaalsetes vestlusringides omastehoolajatele?

☐ Jah

☐ Ei

Kui sageli Te nendes vestlusringides osalesite?

☐ Ühe korra

☐ Kaks korda

☐ Kolm korda

☐ Rohkem kui kolm korda

Kui rahule Te nende vestlusingidega jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis teemalistes vestlusingides Te osalesite?

Võite märkida mitu vastust

☐ Eakate vaimne tervis ja toimetulek

☐ Hoolduskoormusega inimese elu muutuste juhtimine

☐ Peresuhete ja sotsiaalse võrgustiku aktiveerimine

☐ Minu hoolealuse väärikuse säilitamine

☐ Vaimne ja füüsiline väsimus hoolduskoormusega isikul

☐ Vabateema grupiliikmete valikul

☐ Kaastundeväsimus ja enesekaastunne

☐ Muu vastus, palun täpsustage:

Mis põhjustel Te nendes vestlusringides ei osalenud?*Võite märkida mitu vastust*

- ☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda
- ☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)
- ☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta
- ☐ Olete sarnast teenust juba saanud
- ☐ Te ei vaja sellist teenust
- ☐ Teil ei olnud arvuti kasutamise võimalusi või oskusi
- ☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kas Te osalesite virtuaalses omastehoolajate koolitusprogrammis?

- ☐ Jah
- ☐ Ei

Kas Te osalesite autismi teemalises koolitusprogrammis?

- ☐ Jah
- ☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

- ☐ Jäite väga rahule
- ☐ Jäite pigem rahule
- ☐ Pigem ei jäänud rahule
- ☐ Üldse ei jäänud rahule
- ☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Kas Te osalesite dementsuse teemalises koolitusprogrammis?

☐ Jah

☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Kas Te osalesite voodikeskse haige hooldamise teemalises koolitusprogrammis?

☐ Jah

☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Kas Te osalesite erivajadusega inimese seksuaalsuse teemalises koolitusprogrammis?

☐ Jah

☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Kas Te osalesite lähisuhtevägivalla teemalises koolitusprogrammis?

☐ Jah

☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Kas Te osalesite suhtlemise, stressi ja konflikti teemalises koolitusprogrammis?

☐ Jah

☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Kas Te osalesite juriidika teemalises koolitusprogrammis?

☐ Jah

☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Kas Te osalesite ergonoomika ja abivahendite füüsilisel koolitusel?

☐ Jah

☐ Ei

Kui rahule Te selle koolitusprogrammiga jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis põhjustel Te selles koolitusprogrammis ei osalenud?

Võite märkida mitu vastust

☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda

☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)

☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta

☐ Olete sarnast teenust juba saanud

☐ Te ei vaja sellist teenust

☐ Teil ei olnud arvuti kasutamise võimalusi või oskusi

☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kas Te osalesite virtuaalsetel eriarsti-spetsialistide vastuvõttudel keskkonnas minudoc.ee?

☐ Jah

☐ Ei

Kui sageli Te virtuaalsetel eriarsti-spetsialistide vastuvõttudel osalesite?

☐ Ühe korra

☐ Kaks korda

☐ Kolm korda

Kui rahule Te nende vastuvõttudega jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis põhjustel Te ei osalenud virtuaalsetel eriarsti-spetsialistide vastuvõttudel?

Võite märkida mitu vastust

☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda

☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)

☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta

☐ Olete sarnast teenust juba saanud

☐ Te ei vaja sellist teenust

☐ Teil ei olnud arvuti kasutamise võimalusi või oskusi

☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kas Te kasutasite isikuhoolduse- ja koduabi teenust CareMate 40% sooduskoodiga?

☐ Jah

☐ Ei

Kui sageli Te seda teenust keskmiselt kasutasite?

☐ Vähemalt kord nädalas

☐ Vähemalt kord kuus

☐ Vähemalt kord kvartalis

☐ Harvem

☐ Ei oska öelda

Kui rahule Te selle teenusega jäite?

☐ Jäite väga rahule

☐ Jäite pigem rahule

☐ Pigem ei jäänud rahule

☐ Üldse ei jäänud rahule

☐ Ei oska öelda

Palun põhjendage oma hinnangut:

Mis põhjustel Te seda teenust ei kasutanud?*Võite märkida mitu vastust*

- ☐ Ei olnud aega hooldamise ja/või töö kõrvalt sellega tegeleda
- ☐ Ebasobiv ajastus (teenus sattus Teie jaoks ebasobivale ajale)
- ☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta
- ☐ Olete sarnast teenust juba saanud
- ☐ Te ei vaja sellist teenust
- ☐ Teil ei olnud omaosaluseks piisavalt rahalisi vahendeid
- ☐ Teil ei olnud arvuti kasutamise võimalusi või oskusi
- ☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Milliseid projekti teenuseid Te sooviksite (ka) edaspidi kasutada?*Võite märkida mitu vastust*

- ☐ Omastehooluse koordinaator-tugiisiku teenus
- ☐ Psühholoogiline nõustamine individuaal, paari- ja grupinõustamisena
- ☐ Kriisinõustamine
- ☐ Leinanõustamine
- ☐ Virtuaalsed vestlusringid omastehoolajatele
- ☐ Virtuaalne omastehoolajate koolitusprogramm
- ☐ Virtuaalsed eriarsti-spetsialistide vastuvõttud keskkonnas minudoc.ee
- ☐ Isikuhoolduse- ja koduabi teenus CareMate 40% sooduskoodiga
- ☐ Muu vastus, palun põhjendage:

Kas ja kuidas on Teie hinnangul projekti teenuste kasutamine mõjutanud Teie ?*Märkige üks vastus igas reas*

	Paremuse suunas	Ei ole mõjutanud	Halvemuse suunas	Ei oska öelda
töölalast olukorda, ehk võimalusi tööd leida või oma töökohta säilitada	☐	☐	☐	☐
informeeritust teenustest ja muudest abi võimalustest	☐	☐	☐	☐
vaba aja olemasolu ja võimalusi veeta seda nii nagu Te soovite	☐	☐	☐	☐
hoolduskoormust	☐	☐	☐	☐
suhteid hooldatavaga	☐	☐	☐	☐
suhteid teiste lähedastega	☐	☐	☐	☐
osalemist ühiskonnas, kogukonnas	☐	☐	☐	☐
füüsilist tervist	☐	☐	☐	☐
une kvaliteeti	☐	☐	☐	☐
ravimite, alkoholi või uimastite tarbimist	☐	☐	☐	☐
enesehinnangut	☐	☐	☐	☐
kontrollitunnet elu üle	☐	☐	☐	☐
vaimsust, religioossust, uskumusi	☐	☐	☐	☐
majanduslikku olukorda	☐	☐	☐	☐
elutingimusi	☐	☐	☐	☐
üldist eluga rahulolu	☐	☐	☐	☐

Kas ja kuidas on projekti teenuste kasutamine veel Teie igapäeva elu ja toimetulekut mõjutanud? Palun kirjeldage:

Kas Te olete kasutanud Tallinna linna pakutavat omastehoolaja asendamise teenust? Teenus tähendab seda, et omastehoolajal on võimalus saada lühiajalist vaba aega iseenda jaoks, et näiteks käia arsti juures, poes või lihtsalt jalutamas. Sel ajal hoolitseb hooldust vajava inimese eest hooldustöötaja.

☐ Jah

☐ Ei

Mis põhjustel Te ei ole seda teenust ei kasutanud?

Võite märkida mitu vastust

☐ Te ei teadnud sellisest teenusest või ei olnud piisavalt infot selle teenuse kohta

☐ Te ei vaja sellist teenust

☐ Teenuse taotlemine on keeruline, aeganõudev

☐ Taotlesite teenust, aga seda ei võimaldatud / järjekord oli liiga pikk

☐ Teie hooldusvajadusega lähedane ei soovi seda

☐ Te ei julge oma hooldusvajadusega lähedast kellegi võõra hooleks jätta

☐ Muu põhjus, palun täpsustage:

Kui Te vastasite, et Te ei julge oma hooldatavat kellegi võõra hooleks jätta, siis palun selgitage lähemalt, miks Te ei julge seda teha?

Kas Te olete projektis osalemise aja jooksul pöördunud toetuste, teenuste või muu abi saamiseks oma linnaosa sotsiaalosakonda?

☐ Jah

☐ Ei

Kas Te saite oma linnaosa sotsiaalosakonnast abi?

☐ Saite sellist abi nagu ootasite

☐ Saite veidi abi, aga oleksite soovinud rohkem

☐ Ei saanud abi

☐ Ei oska öelda

Millist abi Te oleksite soovinud linnaosa sotsiaalosakonnast saada?

Mitme inimese omastehoolaja Te olete?

Kirjutage hooldatavate arv:

Kes hooldatav(ad) Teile jaoks on?

Kui on mitu hooldatavat, siis märkige mitu vastust

☐	Vanem
☐	Abikaasa/elukaaslane
☐	Täiskasvanud laps
☐	Sugulane
☐	Muu (nt naaber vms)

Kas Teile hooldatav vajab ööpäevaringselt kõrvalabi või järelevalvet (ligi 24 h ööpäevas)? Kui Teil on mitu hooldatavat, siis vastake selle hooldatava kohta, kes vajab kõige rohkem abi.

☐	Vajab ööpäevaringselt abi
☐	Vajab vähem abi
☐	Ei oska öelda

Kas Teile hooldatavat/hooldatavaid abistab või hooldab lisaks Teile veel keegi?

☐ Jah	☐ Ei, ainult Teile üksinda
---------------------------	--

Millist abi või teenust Teile ise praegu kõige rohkem vajaksite, et jätkata tööl käimist või minna tagasi tööle?

Kui oleks olemas spetsiaalne veebileht, mis koondaks omastehoolajatele vajalikku infot, siis kui tõenäoliselt Te sellist veebilehte kasutaksite?

☐ Kindlasti kasutaksin

☐ Tõenäoliselt kasutaksin

☐ Tõenäoliselt mitte

☐ Kindlasti mitte

☐ Ei oska öelda

Millist infot Te sooviksite sellelt veebilehelt eelkõige saada?

Võite märkida mitu vastust

☐ Teenused ja toetused, muu abi (mis on olemas, kuidas neid taotleda jne)

☐ Valdonna uudised (muutused seadustes, uued algatused, projektid jne)

☐ Kontaktid, kelle poole abi saamiseks pöörduda

☐ Reaalajas telefoninõustamine ja/või veebinõustamine

☐ Juhendid teadmiste ja oskuste arendamiseks

☐ Õppevideod, videokoolitused teadmiste ja oskuste arendamiseks

☐ Infokirja saamise võimalus

☐ Midagi muud, palun täpsustage:

Lõpetuseks veel mõned küsimused Teie enda kohta. Teie sugu:

☐ Naine

☐ Mees

Teie vanus?

Kirjutage oma vanus täisaasates:

Millises linnaosas Te omate sissekirjutust?

☐ Kesklinn

☐ Kristiine

☐ Lasnamäe

☐ Nõmme

☐ Haabersti

☐ Pirita

☐ Mustamäe

☐ Põhja-Tallinn

Kas Te olete viimase 12 kuu jooksul töötanud ja saanud selle eest töötasu (siin me ei pea silmas toetuste, näiteks hooldajatoetuse saamist)?

☐ Jah

☐ Ei