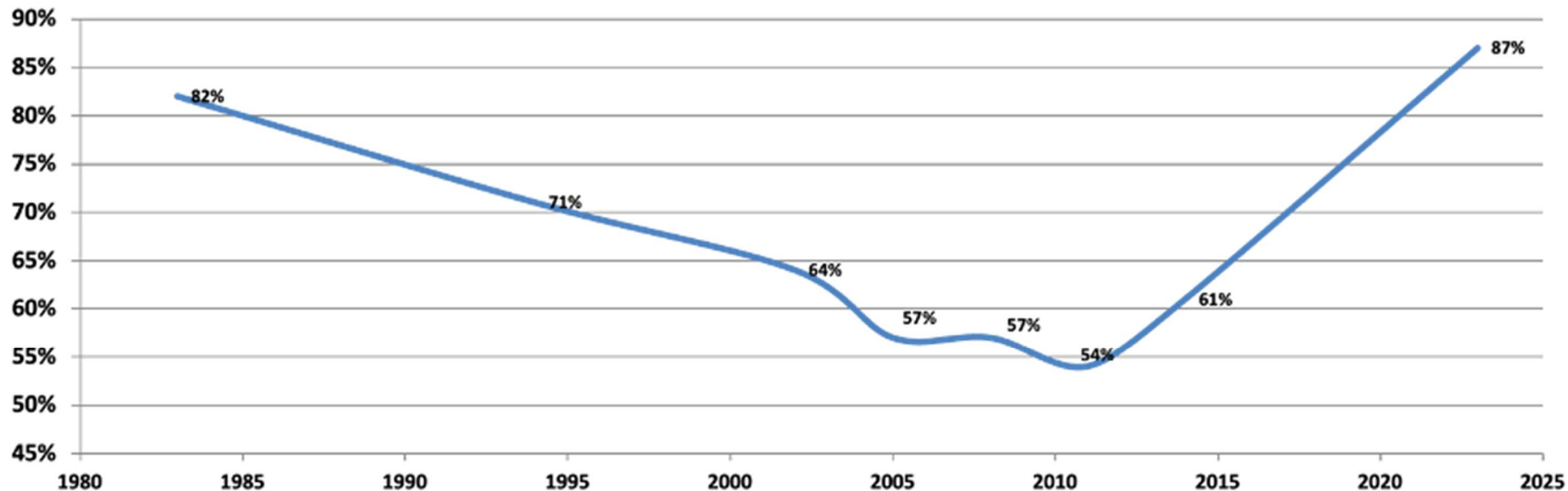


Keha, vaim ja inimsuhted

Maie Kiisel
ELME projekti seminar, 18. aprill 2023

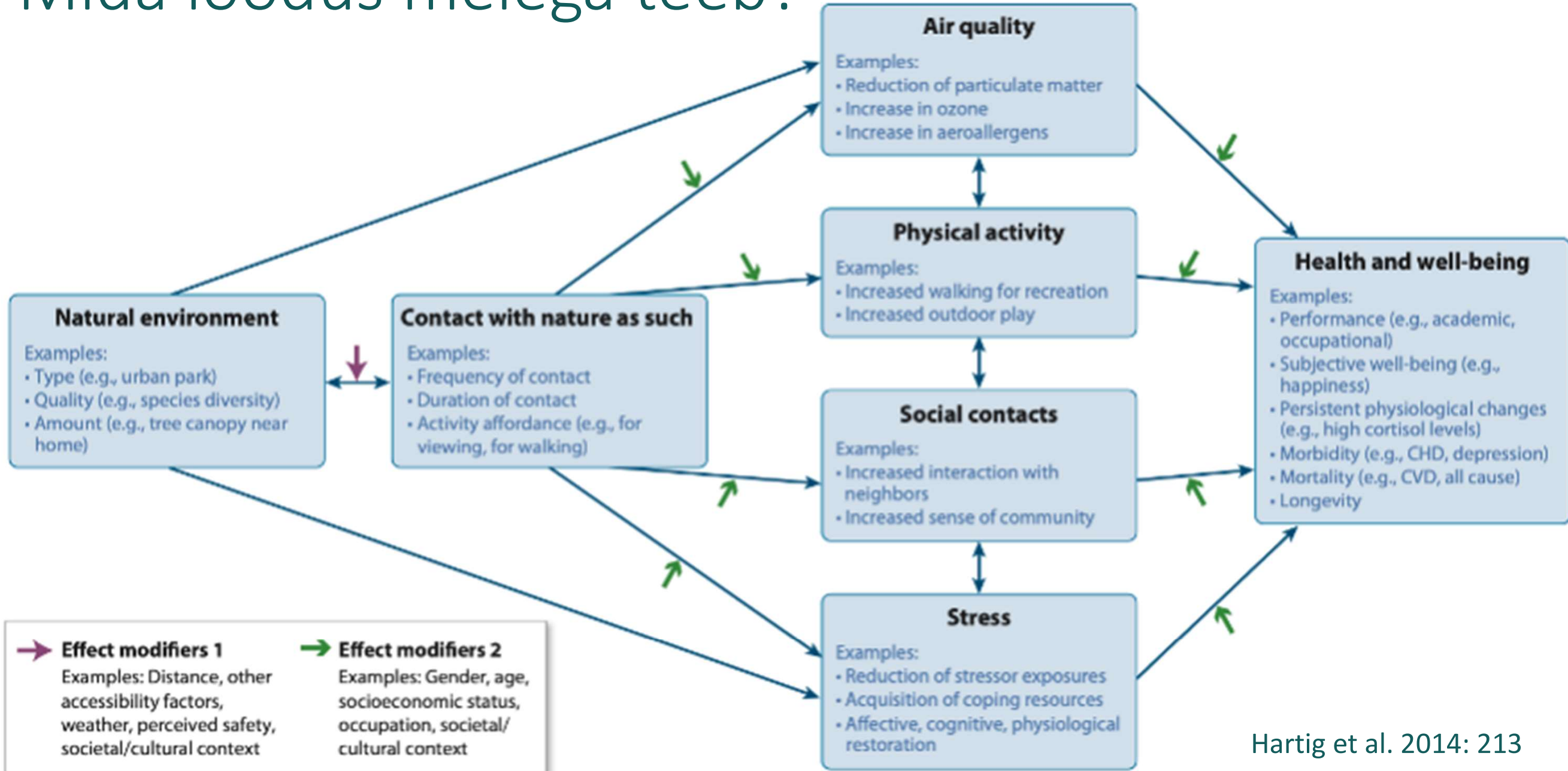
Praegu on uus looduses tegutsemise tipphetk



Joonis. Inimeste arv, kes käivad sageli või mõnikord looduses, matkamas, loodust vaatlemas

Лауристин и Фирсов 1987, Kaasik, Peterson, Kaldaru 1996, Mina.Maailm.Meedia 2002, 2005, 2008, 2011, 2014, ELME2

Mida loodus meiega teeb?



Mida me teeme kõige sagedamini?

% vastajaist, kes ei tee

jalutamas, ringi kõndimas	7
marju-seeni, taimi, looduslikke materjale korjamas	22
looduslikke pühapaiku, vaatamisväärsusi külastamas	27
ujumas, sukeldumas	39
rattaga sõitmas	46
matkadel	59
oma pere tarbeks metsatöid tegemas, heina tegemas	70
suusatamas, uisutamas	71
fotojahi, loodus-fotograafiaga tegelemas, filmimas	72
jooksmas	73
kalal	73
loodusvaatlusi tegemas (liigid, ilmanähtuseid jm)	80





Eesti inimesed vanuses 18-74 kulutavad ELME2 küsitluse põhjal looduses tegutsemise harrastustele aastas u 320 miljonit eurot.

Tervise kasu: füüsiline tervis

WHO tööriist HEAT aitab transpordiks kulunud kõndi ja rattasõitu tervisetuludeks arvestada. Tööriist väidab, et umbes viis minutit, mis Eesti inimesed päevas looduses liiguvad, hoiab aastas ära **135 enneaegset surma** ehk **247 miljonit eurot**.

Hinnangud on antud 1003 vastajaga ELME2 küsitluse põhjal.

WHO soovitus liikuda vähemalt 5 korda nädalas 30 minutit nii, et see ajab higistama või hingeldama, järgivad Eesti inimesed laisalt. 33% intensiivsetest liikumiskordadest (nagu jooks) sooritavad Eesti inimesed looduses. Hinnates **tervena elatud eluaasta** hinnaks 40 000 eurot, võib looduses liigutud higiseid hetki kõrvutada **230 miljoni euroga**.

Tervise kasu: vaimne tervis

Austraalia ja Eesti inimesed külastavad looduskaitsealasid sarnaselt. Austraalias tehtud katseuuringu toel (Buckley et al 2019) leiti, et kaitsealasid külastanute **heaolu** on keskmiselt 2,5% kõrgem kui seda mittekülastanud inimeste heaolu. See arvestatakse **tervena elatud eluaastatesse**.

Eesti tulu vaimsele tervisele võib olla **1-2 miljardit eurot**.



Millised
alad
toetavad
eriti
heaolu?

Kooslus	Eelistus	Külastamise sagedus
skaala	-2 kuni +2	1 kuni 5
Mets**	1,18	3,45
Noor mets**	0,61	2,98
Raiesmik*	-1,20	1,91
Puisniit**	1,36	3,24
Loopealne**	0,77	2,63
Niit, heinamaa	0,70	2,80
Põld	0,52	2,46
Raba**	0,98	2,79
Karjäär, jäätmaa	-0,55	2,08
Mererand, Peipsi, Võrtsjärve rand**	1,62	3,60
Järve, jõe kallas**	1,50	3,42

** p<0,005, * p<0,05

Siseturismi
tarbijakulud
moodustavad kuni
424 miljonit eurot
aastas. Ühes
välisturismiga võib
kulu ulatuda
miljardini*.

Need on käigud looduses
toimuvatele:

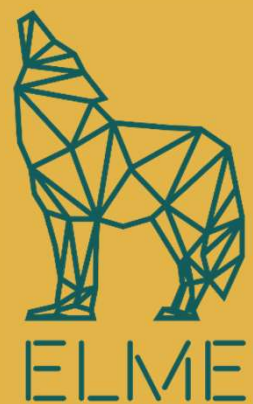
festivalidele
õppereisidele
väljasõitudele
korraldatud matkadele
laagritesse
turismitaludesse
maakoju



KESKKONNAMINISTEERIUM



KESKKONNAAGENTUUR



Aitäh!