

TALLINNA TEHNIKAÜLIKOOL

Majandusteaduskond

Ärikorralduse instituut

Annika Õisnurm

**EESTI TÖÖEALISE ELANIKKONNA TERVISEDENDUSE
MÕJUTAMINE LÄBI MAKSUPOLIITIKA**

Bakalaureusetöö

Õppekava TABB02/17, peeriala majandusarvestus

Juhendaja: Kaidi Kallaste, PhD

Tallinn 2021

Deklareerin, et olen koostanud töö iseseisvalt ja olen viidanud kõikidele töö koostamisel kasutatud teiste autorite töödele, olulistele seisukohtadele ja andmetele, ning ei ole esitanud sama tööd varasemalt ainepunktide saamiseks. Töö pikkuseks on 8623 sõna sissejuhatusest kuni kokkuvõtte lõpuni.

Annika Õisnurm

(allkiri, kuupäev)

Üliõpilase kood: 185106TABB

Üliõpilase e-posti aadress: annika.oisnurm@gmail.com

Juhendaja: Kaidi Kallaste, PhD:

Töö vastab kehtivatele nõuetele

.....

(allkiri, kuupäev)

Kaitsmiskomisjoni esimees:

Lubatud kaitsmisele

.....

(nimi, allkiri, kuupäev)

SISUKORD

LÜHIKOKKUVÕTE	5
SISSEJUHATUS	6
1. TERVISEDENDUS EESTI KONTEKSTIS.....	8
1.1 Tervise edendamisest üldiselt.....	8
1.2 Sporti ja liikumist puudutav seadusandlus	10
1.3 Probleemid Eesti elanikkonnas.....	11
1.3.1 Ülekaalulisus ja rasvumine	12
1.3.2 Vähene liikumisaktiivsus	13
1.4 Tervise edendamine töökohal.....	15
2. TERVISEDENDUSEGA SEOTUD MAKSUPOLIITIKA JA RAKENDUSED EESTIS ...	17
2.1 Tervisedendust toetavad maksusoodustused	17
2.2 Maksusoodustuse kasutamise aktiivsus ettevõtetes.....	19
2.3 Alternatiiv ettevõtjale, töötajale, raamatupidajale.....	22
2.3.1 Rakenduse <i>Stebby</i> mõju ja kasulikkus	22
2.4 Erinevate aktiivsusmonitoride kasutamine	24
2.5 Liikumisaktiivsust jälgivad nutirakendused	25
3. UURING EESTI TÖÖEALISE ELANIKKONNA SEAS	27
3.1 Uuringu meetodika	27
3.2 Vastaja profiil	28
3.3 Uuringu tulemused ja analüüs	31
3.4 Järeldused ja ettepanekud	38
KOKKUVÕTE	40
SUMMARY	42
KASUTATUD ALLIKATE LOETELU	44
LISAD	46
Lisa 1. Teabepäring Maksu- ja Tolliametile.....	46
Lisa 2. Küsimustik.....	47

Lisa 3. Küsitluse vastused vastaja profiili kohta	52
Lisa 4. Küsitluse vastused tervise edendamise kohta	54
Lisa 5. Küsitluse vastused liikumisaktiivsuse kohta	57
Lisa 6. Lihtlitsents	59

LÜHIKOKKUVÕTE

Käesoleva bakalaureusetöö eesmärgiks on välja selgitada tervisedendusega seotud maksusoodustuste kasutamine ning kui perspektiivikas oleks tööealistele pakkuda võimalust saada alternatiivset maksusoodustust. Eeldades, et need ei oleks seotud konkreetse tööandja ja tema võimalustega st pakkuda võimalust saada teatud tingimustel tuludeklaratsiooni alusel tulumaksutagastust.

Töö käigus soovib autor saada vastused järgmistele uurimisküsimustele:

1. Kui paljud ettevõtted ja mis suurusjärgus hüvitavad tervise edendamiseks seotud kulusid?
2. Kui suurel määral mõjutavad lepinguvormid võimalust saada tööandja poolt pakutavaid hüvitisi tervise edendamiseks?
3. Milline on seos töökoha liikuvuse ja töötaja tervisedendusega seotud kulude katmise vahel?
4. Millist mõju avaldab inimeste liikumisharjumusele võimalus kasutada alternatiivseid maksusoodustusi, mis ei oleks seotud konkreetse tööandja ja tema võimalustega?

Lõputöö koostamisel kasutab autor nii kvalitatiivset kui ka kvantitatiivset uurimismeetodit. Andmekogumismeetoditest on kasutusel vastavalt dokumendivaatlus ja ankeetküsitlus. Uuring on läbi viidud Eesti tööealise elanikkonna seas. Lisaks uuringule teeb autor teabepäringu Maksu- ja Tolliametile seisuga 31.12.2020 ning kasutab Tervisestatistika ning terviseuuringute andmebaasi andmeid.

Olulisematest tulemustest võib välja tuua, et kui tööandja pakub töötajatele võimalust kasutada tervise edendamiseks seotud hüvesid, siis reeglina seda kasutatakse. Eelkõige maksuvaba piirmäära ulatuses ja sõltuvalt nii lepingu vormist kui ka töökoha liikuvusest. Et mitte sõltuda ainult tööandjast tuleks inimestele pakkuda võimalust saada ka alternatiivset maksusoodustust. Nii tervise edendamine töökohal kui ka alternatiivse maksusoodustuse pakkumine üheskoos aitab vähendada ülekaaluliste ning rasvunud inimeste osakaalu Eesti tööealiste elanike hulgas.

Võtmesõnad: tervisedendus, tervise edendamine töökohal, maksusoodustused, liikumisaktiivsus, Eesti tööealine elanikkond

SISSEJUHATUS

Antud teema valikul lähtuti selle aktuaalsusest tänapäeva Eesti ühiskonnas. Lisaks autori tähelepanekust, et tulevikutrendiks on aina lühemad töösuhted ning sageli sõlmitakse muud tüüpi lepinguvorm (töövõtuleping/käsundusleping), mis mõjutab omakorda tervise edendamist töökohal. Samuti on üldine rahvastiku rasvumine ja ülekaalulisus juba pikemat aega olnud üks suurimatest tervisevaldkonna probleemidest. Need mõlemad aspektid mõjutavad omakorda tööraha tervist ja üldist heaolu. Eriti paistab silma, et töötavad inimesed on just see grupp inimesi, kes on kõige rohkem ülekaalus või rasvunud (TAI 2019).

Töö eesmärgiks on selgitada välja tervisedendusega seotud maksusoodustuste kasutamine ning kui perspektiivikas oleks tööealistele pakkuda võimalust saada alternatiivset maksusoodustust. Eeldades, et need ei oleks seotud konkreetse tööandja ja tema võimalustega. Alternatiivse maksusoodustusena käsitletakse antud töös võimalust, kus füüsiline isik saab liikumisaktiivsuse eest tuludeklaratsiooni alusel tulumaksutagastust.

Lõputöö käigus püstitas autor neli uurimisküsimust:

1. Kui paljud ettevõtted ja mis suurusjärgus hüvitavad tervise edendamisega seotud kulusid?
2. Kui suurel määral mõjutavad lepinguvormid võimalust saada tööandja poolt pakutavaid hüvitisi tervise edendamiseks?
3. Milline on seos töökoha liikuvuse ja töötaja tervisedendusega seotud kulude katmise vahel?
4. Millist mõju avaldab inimeste liikumisharjumusele võimalus kasutada alternatiivseid maksusoodustusi, mis ei oleks seotud konkreetse tööandja ja tema võimalustega?

Lõputöös kasutatakse nii kvalitatiivset kui ka kvantitatiivset uurimismeetodit. Andmekogumismeetoditest on kasutusele võetud vastavalt dokumendivaatlust ja ankeetküsitlust. Uuringu läbiviimiseks koostas autor küsitluse, mis suunati Eesti tööealisele elanikkonnale. Küsimustikku jagati elektrooniliselt, kasutades tarkvara *Google Forms*. Autor kasutas küsitluse vastuste analüüsimisel kirjeldavat statistikat (sagedusjaotused) ja avatud vastuste korral

kvalitatiivset sisuanalüüsi. Programmis *Microsoft Excel* analüüsis autor uuringus saadud andmeid ning koostas vastavad joonised ja tabelid.

Lisaks läbi viidud küsitlusele tegi autor teabepäringu Maksu- ja Tolliametile (EMTA), et saada teada ettevõtete aktiivsust maksusoodustuste kasutamise osas seisuga 31.12.2020. Samuti kasutati teoreetilises osas Tervisestatistika ja terviseuuringute andmebaasi andmeid, mis puudutavad ülekaalulisust ja rasvumist ning vähest liikumisaktiivsust.

Töö on jaotatud kolmeks osaks. Teoreetilist osa käsitlevad esimesed kaks peatükki, millest esimeses keskendutakse tervise edendamisele Eesti kontekstis. Tuuakse välja tervisedenduse üldised põhimõtted, seda puudutav seadusandlus ning kaks põhilist probleemi Eesti elanikkonnas. Lisaks selgitatakse, miks on oluline tegeleda tervise edamisega töökohal. Teises peatükis antakse ülevaade tervisedendusega seotud maksupoliitikast ja rakendustest Eestis. Kirjeldatakse praegust maksusoodustuste süsteemi ja selle kasutamise aktiivsust ettevõtetes. Viimasena tuuakse välja võimalused, millised oleksid alternatiivsed rakendused nii erinevate rakenduste kui ka aktiivsusmonitoride näol.

Uurimuslik osa on välja toodud töö kolmandas peatükis, kus kirjeldatakse vastaja profiili, esitatakse ja analüüsitakse küsitluses saadud tulemusi. Samuti tehakse järeldused ja ettepanekud lähtuvalt uurimisküsimustest ja lõputöö eesmärgist.

Tervisedendust on antud töös käsitletud eelkõige Eesti tööealise elanikkonna suhtes. Seda põhimõtet on järgitud ka maksupoliitika ja uuringu läbiviimise osas. Antud sihtgrupi kohta käiva info puudumisel on teooria osas välja toodud näitajad üldiselt Eesti rahvastiku kohta.

Tasuks märkimist ka mõistete kasutus. Töö koostamisel lähtus autor tervisedenduse mõistest, mida võib teisiti öelda terviseedendus. Antud mõiste keelekasutuse korrektsust kinnitab ka Eesti õigekeelsussõnaraamat, mille kohaselt võib kasutada mõlemat terminit (ÕS 2018 *sub* tervisedendus).

1. TERVISEDENDUS EESTI KONTEKSTIS

1.1 Tervise edendamise üldiselt

Tervise edendamine esindab terviklikku sotsiaalset ja poliitilist protsessi. See hõlmab mitte ainult üksikisikute oskuste ja võimete tugevdamisele suunatud meetmeid, vaid ka sotsiaalseid, keskkonnaalaseid ja majanduslikke tingimusi muutvaid meetmeid. Seda eelkõige selleks, et leevendada nende mõju nii inimestele tervikuna kui ka tervisele. Seega on tegu protsessiga, mis võimaldab inimestel suurendada kontrolli tervist mõjutavate tegurite üle ja seeläbi oma tervist parandada. (Nutbeam 1998, 4)

Riiklikul tasandil kujundab ja teostab Eestis tervisedendust Sotsiaalministeerium koos Tervise Arengu Instituudiga (TAI). Lisaks rakendatakse ka valdkondlikke tegevusi maakondlikul, kohalikul ja organisatsiooni tasandil. Tervisedenduse valdkonna juhtimisel, tegevuste elluviimisel on Eestis oluline roll nii linna kui ka vallavalitsustel. Kuna 2018. aasta alguses maavalitsused lõpetasid töö, siis rahvatervise valdkonnas võtsid ülesanded üle hoopis kohalikud omavalitsused. Nende eesmärgiks jäi ühiselt maakonnas ellu viia tervist edendavaid tegevusi. (Sotsiaalministeerium 2020)

Tervisedenduse alla kuuluvad järgmised tegevused (*Ibid.*):

- tõenduspõhise terviseteabe kättesaadavaks tegemine ning terviseharituse parandamine;
- tasakaalustatud toitumise ning kehalise aktiivsuse edendamine;
- uimastite tarvitamise ennetamine, vähendamine;
- edendamine turvalises seksuaalkäitumises;
- vigastuste ennetamine, vähendamine;
- vaimse tervise edendamine elanike seas;
- teised tervist edendavad tegevused.

TAI toob välja, et Eesti rahvatervise seadus määratleb tervise edendamist kui inimese enda tervist väärtustava, soodustava käitumise ja elulaadi kujundamist. Sealhulgas arendada läbi eeltoodud tegurite eesmärgipäraselt tervist toetavat elukeskkonda. (TAI 2020)

Esmaseks tervise edendamise ideeks on muuta keskkond selliseks, kus tervislikud valikud oleksid lihtsalt kättesaadavad. Seega selgub, et tervisedendus peab omakorda hõlmama tegevusi, mis on suunatud nii inimeste oskuste ja teadmiste suurendamisele, kui ka sotsiaalsete, keskkonna- ja majandustingimuste muutmisele. Seetõttu ongi oluline tervisedendusse kaasa haarata erinevaid sektoreid, valdkondade esindajaid ning otsuste tegijaid. Kindlasti on oluline roll ka siht- ja sidusgruppide liikmetel. (*Ibid.*)

Tervisedendusest rääkides on oluline ära märkida tegevused valdkondade kaupa, mida antud teema hõlmab. Selleks on välja toodud järgnevad kategooriad koos seletustega (vt Tabel 1).

Tabel 1. Tervisedenduse tegevused valdkondade kaupa

Valdkond	Valdkonna sisu
Toitumine ja liikumine	Tasakaalustamata toitumine ning vähene liikumine on põhilised riskitegurid liigse kehakaalu tekkimisel ja teatud mittenakkushaigustesse haigestumisel. Et muuta inimeste harjumusi ja suurendada sellega regulaarse liikumisharrastusega tegelemist, alustati 2014. aastal toitumise ja liikumise rohelise raamatu välja töötamist. Selle eesmärgiks on kokku leppida need tegevused valdkondade vahel, mis esiteks aitaksid edendada tasakaalustatud toitumist ja piisavat, regulaarset liikumist kogu eluea vältel. Teiseks, mis aitaksid vähendada tasakaalustamata toitumisest, vähesest liikumisest ning ülemäärasest kehakaalust tingitud probleeme tervisele. Ning lõpetuseks aitaksid pikendada tervena elatud eluiga. Seega, kui olla piisavalt kehaliselt aktiivne ja toituda tervislikult, avaldaks see positiivset mõju elukvaliteedile ja vaimsele tervisele.
Alkohol	2016. aastal tarbiti Eestis 9,9 liitrit saja protsendilist alkoholi täiskasvanud elaniku kohta. Antud näitajaga asub Eesti alkoholitarbimise poolest Euroopa keskmiste hulgas. Terves maailmas tähendab see kuulumist kõrgeima alkoholitarbimisega riikide hulka.
Tubakatooted	Antud kategooria on väga suure terviseriskiga. Tänu tubaka tarvitamisele on 8,3% Eesti rahvastikust kaotanud eluaastaid ja surnud enneaegselt.
Narkomaania	Tegu on ennekõike sotsiaalse nähtusega, mis toob omakorda kaasa nii mitmeid ühiskondlikke kui ka isiklikke probleeme.
Seksuaaltervis	Selle alla ei kuulu ainult laste saamise ja sugulisel teel levivate haiguste küsimused, vaid ka personaalsete suhete sisukus ning kvaliteet.
Vigastuste ennetamine	Siin mõeldakse organismi füüsilise kahjustuse ennetamist, mis võib tekkida tahtmatult või tahtlikult, enesele või teisele suunatud vägivalda tagajärjel.
Vaimne tervis	Kui toetada ja edendada inimeste vaimset tervist, tagades neile vajalikud teenused probleemide ennetamiseks, varaseks avastamiseks ja õigeaegseks sekkumiseks, on suur tõenäosus, et elanike elukvaliteet ja heaolu suureneb. Oluline on inimese heaoluseisund. Ta peab suutma toime tulla igapäevase elu pingega, suutma töötada tootlikult, tulemusrikkalt ja olema võimeline andma oma panuse ühiskonna heaks.

Allikas: Sotsiaalministeerium (2020); autori koostatud

Selgub, et tervisedendus ei koosne ainult tervislikust toitumisest ja piisavast kehalisest aktiivsusest. See hõlmab väga palju erinevaid valdkondi, mille mõju inimese tervisele ja heaolule mängib suurt rolli.

1.2 Sporti ja liikumist puudutav seadusandlus

Eesti spordipoliitika põhialused puudutavad ka tervisedendust, mis on seadusandluses välja toodud aastani 2030. Antud otsus määrab kindlaks Eesti spordipoliitika visiooni, üleriigilise eesmärgi ning prioriteetsed arengusuunad. Sealhulgas arvestades, et sport ja liikumine on kõikide demograafiliste ja sotsiaalsete sihtrühmade tegevuse tervistava, hariva, sotsiaalse ja meelelahutusliku toimega osad. Need omakorda mitmekesistavad kultuuri- ja noorsootööd, panustavad kasvavalt integratsiooni, majandustegevusse ja tööhõivesse. (Eesti spordipoliitika ... 2015)

Siinkohal tooks välja mõningad olulised punktid Eesti spordipoliitika visiooni ja üleriigiliste eesmärkide kohta (*Ibid.*):

1. Eestimaalaste vaimne ja kehaline tasakaal ning heaolu vastab 2030. aastal Põhjamaade tasemele. See tähendab, et Eestis on kehalist aktiivsust soodustav elukeskkond koos kaasnevate teenustega, mis omakorda toetavad inimeste tervena elatud eluea pikenemist, eneseteostust ja majanduskasvu.
2. Spordil ja liikumisel on oluline ja kasvav roll eestimaalaste elujõu edendamisel, rikkaliku elukeskkonna loomisel ning Eesti riigi hea maine kujundamisel. Sealjuures mõistetakse elujõu all elanikkonna tervist, kehalist aktiivsust ning ettevõtlikkust, huvide mitmekesisust ja positiivsete väärtuste kandmist.

Lisaks on teise peatükina välja toodud valdkonna arendamise põhimõtted ning väärtused, kust võib leida spordil ja liikumisel rajanevad väärtused. Nende hulgas on välja toodud kuus erinevat põhimõtet, millest siinkohal tooks välja ainult ühe. See keskendub tervislikule ning aktiivsele elule, mille mõtteks on aastaks 2030 olla tasemel, kus spordil ja liikumisel on elanikkonna elujõudu kasvatav ja tervist tugevdav roll. (*Ibid.*)

Prioriteetidena on välja toodud neli põhilist suunda, milles tooks välja esimese põhimõtte, mis keskendub sellele, et aastaks 2030 valdav osa elanikest spordib ja liigub (*Ibid.*). Seadusandluses

on seda kajastatud kolmandas peatükis punkti viis all. Sellest tulenevalt ka järgnev numeratsioon ja põhimõtted (*Ibid.*):

5.1. Praegu liigub eestimaalastest iga kolmas inimene. Eesmärk on jõuda Põhjamaade tasemele liikumisaktiivsuses ning osalejate arvu poolest. See tähendaks, et vähemalt kaks kolmandikku elanikkonnast on hõivatud spordi ja liikumisega. Selleks tuleks eri vanuserühmade vajadustele tuginedes kujundada sobivad tingimused.

5.3. Inimesed on teadlikud sportimise ja liikumise mõjust tervisele ning sellealased hoiakud, teadmised ja oskused on omandatud haridussüsteemis. Lisaks täiendatakse neid eneseharimise ja kampaaniate kaudu. Samuti korraldatakse regulaarselt koolitusi sportimist ja liikumist mõjutavate erialade töötajatele. Oluliseks peetakse ka inimeste liikumis- ja sportimisharjumuste seiramist, mille tulemusi kasutatakse nii tegevuste kui ka poliitika kujundamisel.

5.6. Liikumispaike ja -alasid käsitletakse nende planeerimisel ning projekteerimisel avaliku ruumi lahutamatu osana. Oluline on, et sporditaristu oleks kõigile kättesaadav.

On näha, et riiklikul tasandil kehtestatud sporti ja liikumist puudutava seadusandlusega pööratakse tähelepanu liikumise propageerimisele. See omakorda aitab kaasa ka tervise edendamisele kogu ühiskonnas tervikuna.

1.3 Probleemid Eesti elanikkonnas

Peamised riskitegurid ülemäärase kehakaalu tekkeks ja teatud mittenakkushaigustesse (südame- ja veresoonehaigused, teatavat tüüpi vähkkasvajad, II tüüpi diabeet) haigestumisel on tasakaalustamata toitumine ning vähene liikumisaktiivsus. (Sotsiaalministeerium 2016b)

Siinkohal saab välja tuua 2014. aasta andmed, mille põhjal oli liigse kehakaaluga elanike osakaal 52% kogu rahvastikust. Võrreldes 2004. aastaga oli Eesti täiskasvanud elanikest ülemäärase kehakaaluga 43,2% kogu rahvastikust. Seega on näha, et kümne aastaga toimus muutus 8,8% võrra. Maailma Terviseorganisatsioon (WHO) on prognoosinud, et 2025. aastaks on 62% Eesti elanikest üleliigse kehakaaluga ning ligikaudu kolmandik elanikkonnast rasvunud. (*Ibid.*)

2014. aastal ületasid rasvumisega seotud kulud Eesti tervisesüsteemile 80 miljonit eurot. Lisaks sellele on välja toodud, et 2013. aastal kaotati Eestis tänu tasakaalustamata toitumisele, ülemäärase

kehakaalu ning vähese liikumisaktiivsuse põhjusena üle 47 400 eluaasta. See tähendab seda, et antud aastas jäi majandusse panustamata 684 miljonit eurot. (*Ibid.*)

Tegu on aktuaalsete ja murettekitavate probleemidega, millega peaks järjepidevalt tegelema. See tagaks veelgi parema Eesti rahva heaolu ja tervisliku seisundi.

1.3.1 Ülekaalulisus ja rasvumine

On märgatud, et suured sotsiaalmajanduslikud ja elustiili muutused on Ida-Euroopas elanike seas põhjustanud rasvumise epideemia. Ühes teaduslikus uuringus hinnati täiskasvanute rasvumise muutust Eestis sotsiaalmajandusliku seisundi ja ambulatoorsete tervishoiuteenuste kasutamise põhjal. Saadud tulemuste põhjal võib väita, et ülekaalulisuse levik Eestis kujunes aastatel 1990–2004. Vaatamata meeste ülekaalulisuse kasvavale tasemele oli 16–64aastaste rasvumise levimus 2004. aastal Euroopas keskmisel tasemel – meestel 14,0% ja naistel 14,9%. Antud tulemused rasvumise levimuse muutuse kohta korreleerub üsna hästi Eesti majanduse muutustega. Leiti, et sotsiaalmajanduslikest muutujatest mõjutavad ülekaalulisuse taset naiste seas tugevalt ainult vanus ja haridus. (Tekkel 2010, 186)

Samuti leitakse, et arenenud ühiskondades mõjutab rasvumise teema rohkem negatiivsemalt võrreldes meestega. Siin peetakse silma eelkõige avalikku suhtumist rasvumisse ja teatud sotsiaalkeskonnast tulenevaid tegureid. See on iseloomulik kõigile arenenud riikidele, et rasvumise tase tõuseb vanusega märkimisväärselt. Tegu on arenenud riikide üldise probleemiga kogu maailmas. (Tekkel 2010, 189)

Kuna järjest rohkem püütakse tähelepanu pöörata tasakaalustatud toitumisele, siis täiskasvanute seas on toitumisalane teadlikkus pigem paranenud. Enamasti teatakse, et puuviljade, marjade ja köögiviljade regulaarne tarbimine aitab ennetada näiteks südame- ja veresoonkonnahaigusi, vähkkasvajaid. Maiustuste ning suhkruga magustatud jookide liigtarbimine annab ülemäärast toiduenergiat ning sisaldavad väga vähe vitamiine, mineraalaineid. Kui tarbida neid pidevalt suurtes kogustes ja olla kehaliselt vähe aktiivne, siis tulemuseks on kokkuvõttes kehakaalu tõus ja rasvumine. (Sotsiaalministeerium 2016b)

Täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuringus (vt Tabel 2) võetud andmete alusel on töötavate inimeste hulgas protsentuaalselt kõige rohkem ülekaalulisi/rasvunud inimesi. Antud arv 54,1% näitab, et tööandjad peaksid just eriti töötaja tervise eest hoolitsema, andes neile

võimaluse kasutada tervise edendamiseks seotud kulusid. Samuti töötute hulgas on selle osakaal märgatavalt suur, ligi 48,9%. See viitab ühe aspektina üleüldisele globaalsele probleemile.

Tabel 2. Kehamassiindeks vanuserühma ja majandusliku aktiivsuse järgi 2018. aastal (%)

Majanduslik aktiivsus	Alakaal (<18,5)	Normaalkaal (18,5–24,9)	Ülekaal/rasvumine (>=25,0)
Töötav	1,7	44,3	54,1
Mitteaktiivne	6,1	56,1	37,9
Töötu	3,8	47,3	48,9

Allikas: TAI (2019); autori koostatud

Et vähendada rasvumisest tulenevaid probleeme veelgi, siis tuleb sellele pöörata suuremat tähelepanu. Seda saaks vähendada, kui tõsta inimeste liikumisaktiivsust. Eriti tuleks sellega tegeleda just töökohtadel, kuna inimene viibib just seal enamus oma ajast või leida teisi motivaatoreid, et seda tehakse ka väljaspool töökohta.

1.3.2 Vähenenud liikumisaktiivsus

Peamine põhjus liigse kehakaalu tekkeks on tasakaalu puudumine st kulutatakse vähem energiat, kui tarbitakse. Suurt rolli mängib ka üha rohkem leviv istuv eluviis. WHO soovituste põhjal peaksid 18–64aastased täiskasvanud tegelema nädalas kõrge intensiivsusega kehalise aktiivsusega vähemalt 75 minutit või keskmise intensiivsusega vähemalt 150 minutit. (Sotsiaalministeerium 2016b)

Lisaks on sotsiaalministeeriumi lehel välja toodud, et Eestis liigub neli või enam korda nädalas (vähemalt pool tundi) ainult 14,5% täiskasvanutest. Samuti on oluline märkida, et liikumisaktiivsus langeb vanuse kasvades. (*Ibid.*)

2013. aastal tehtud kehalise aktiivsuse uuringu tulemuste analüüsi põhjal võib väita, et regulaarne harrastussport ei ole endiselt inimeste igapäevase elu lahutamatu osa ja valdav enamus ei saa seega piisavat füüsilist koormust. Oluline osa inimeste kehalises tegevuses on demograafilistel ja majanduslikel aspektidel. Eesti puhul mängivad rolli amet ja põhitegevus, vanus, haridus ja rahvus. (Lusmägi 2015)

Kultuuriministeeriumi ja Eesti Olümpiakomitee koostöös koostatud arengukavas „Sport kõigile aastateks 2006–2010 ja 2011–2014“ tõid kaasa suure tähelepanu antud sfäärile ja vastava rahastamise paranemise (kuigi rahastamine ei ole ikka veel piisav). Riigiasutused (peamiselt

ministeeriumid) peaksid tegema sektoriülest koostööd ja üksteist tugevamalt toetama, et töötada välja ühised strateegiad ja leida ressursse programmide toetamiseks, mille eesmärk on edendada Sport kõigile põhimõtteid. Elanike liikumisharjumuste parandamine on seotud mitme olulise valdkonnaga, milles avalikul sektoril on suur roll – sport, tervishoid, haridus, transport, keskkond, linnaplaneerimine ja avalik turvalisus, töökeskkond ning eakatele mõeldud teenused. (*Ibid.*)

Kehalise tegevuse poliitika väljatöötamisel ja vastavate programmide rakendamisel riigi ja omavalitsuste tasandil tuleks erilist tähelepanu pöörata mitte-eestlastele, vähem haritud inimestele, pensionäridele, pensionieale lähedatele, töötutele, rasedus- ja sünnituspuhkusel olevatele naistele. Eesti kehalise aktiivsuse uuringus 30% osalenutest vastas, et eakaaslaste ja perekonna toetus on regulaarse spordiga tegelemisel oluline tegur, samas kui vaid neli protsenti vastas, et parem tervis on oluline tegur. Seetõttu tuleks eelistada perele, kodule ja töökohale ning konkreetsetele vanuserühmadele keskenduvate projektide toetamist. (*Ibid.*)

Paikkonna tervisemõjurite uuringu andmete põhjal (vt Tabel 3) on näha, et töötav ja töötutu inimene liigub vähemalt 30 minutit jalgsi või jalgrattaga mitu korda nädalas. Vastavalt 53,4% ja 69,4%. Sealhulgas on töötavad inimesed need, kes liiguvad võrreldes tööturul mitteaktiivsete ja töötute hulgas protsentuaalselt kõige rohkem. Seega oleneb liikumisaktiivsus ka inimese hetkelisest tööhõivest.

Tabel 3. Jalgsi või jalgrattaga liikumine vähemalt 30 minutit korraga soo ja tööhõiveseisundi järgi 2011. aastal (%)

Liikumissagedus	Töötav	Tööturul mitteaktiivne	Töötutu
Üldse mitte	11,8	8,8	9,1
1–2 korda kuus	17,4	12,5	6,4
Üks kord nädalas	17,5	14,2	15,1
Mitu korda nädalas	53,4	64,5	69,4

Allikas: TAI (2012); autori koostatud

Aina rohkem on inimeste liikumisaktiivsus vähenenud just eelkõige istuva töö tõttu. Selle parandamiseks tuleb pöörata suuremat rõhku inimeste liikumisele, kuna see on üks paljudest komponentidest, mis hoiab inimeste tervise heas vormis. Lisaks aitab kaasa ka paremale töö kvaliteedile.

1.4 Tervise edendamine töökohal

Et ühiskond ja majandus saaks edukalt toimida on vaja head tervist. Lähtuvalt inimese tegevustest, mis suurem osa ajast veedetakse tööl, mõjutab see suurel määral inimese tervislikke valikuid. Kui töörealisel elanikkonnal on ebaterved eluviisid ning halb tervises seisund, siis see mõjutab negatiivselt töötajate töövõimet ning elukvaliteeti. Pikas perspektiivis ei kasutata ära täielikku tööjõu potentsiaali. (Sotsiaalministeerium 2016a, 48)

Pöörates tähelepanu Luksemburgi deklaratsioonile, mille eestvedaja on Euroopa töökohtade edendamise võrgustik (ENWHP), siis lähtuvalt sellest on töökoha tervise edendamine tööandjate, töötajate ja ühiskonna ühine jõupingutus inimeste tervise ja heaolu suurendamiseks töökohal. Selle saavutamiseks kombineeritakse organisatsiooni töökeskkonna ja -korralduse parandamist, edendatakse aktiivset osalemist, soodustatakse isiklikku arengut. (ENWHP 2007, 2)

Tervise edendamine töökohal on mõjuvõimas vahend tasakaalustatud toitumise, liikumise edendamisel ja istuva eluviisi vähendamisel. Kuna vähemalt üks päevastest põhitoidukordadest langeb ajale, mil ollakse tööl, siis tööandja võimuses on suurel määral see, et toidukord oleks võimalikult meeldiv ning taskukohane. Just toitumise korraldamisel on tööandjal oluline roll teabe pakkumises, ohutuse tagamises ja selleks võimaluste loomises. (Sotsiaalministeerium 2016a, 48–49)

Inimese töökoht peaks soodustama kasvõi soovitatava päevase liikumistaseme saavutamist. Kogu tööpäeva ja sellele järgneva vaba aja jooksul on suur osa töörealisest elanikkonnast väheliikuv. Kui inimesed läheksid tööle jalgsi või jalgrattaga, aitaks see vähendada ülemäärase kehakaalu, kõrgvererõhutõve ning insuldi riski. (Sotsiaalministeerium 2016a, 49)

Praeguseks on läbiviidud mõningad süstemaatilised ülevaated, mis on välja toodud toitumise ja liikumise rohelises raamatus. Nende põhjal saab väita, et töökoha toitumis- ja liikumisalased meetmed töötajate tervisekäitumises on seotud positiivsete muutustega. Näiteks on suurenenud töötajate toitumisalane teadlikkus puu- ja köögiviljade tarbimisest ja üldine liikumisaktiivsus. Märgetud on positiivne mõju tervisele ning töötajate produktiivsuse paranemisele, millest on välja toodud järgmised ülevaated (*Ibid.*):

- 2011. aastal hinnati töökoha toitumis- ja liikumisalaste sekkumisprogrammide tõhusust. Kokku vaadati seitseteist uurimust, millest kaheksa rakendas nii hariduslikku kui ka multikomponentset lähenemisviisi ja üks keskkondlikku. Programm, mis rakendas

hariduslikke meetmeid omas pikaajalist positiivset mõju just töötajate kehamassiindeksile. Keskkonnaalaste muudatuste rakendamise puhul suurenes puu- ja köögiviljade tarbimine. Sellest jõuti järeldusele, et positiivset mõju töötajate toitumisharjumustele omavad hariduslikud ning multikomponentsed meetmed, mille seost hinnati mõõdukaks.

- 2002. aastal avaldati ülevaade, mille kohaselt tuleks töökohal otsustuskohad märgistada, et soodustada liikumist. Selle eesmärgiks on soodustada näiteks treppide, mitte liftide, kasutamist. Sellisel juhul peaks olema kirjas, et treppide kasutamine aitab kaasa kehakaalu vähenemisele ja mõjub üldiselt kogu tervisele positiivselt.

Eestis kooskõlastab TAI tervist edendavate töökohtade võrgustiku tegevust. Eesmärgiks on toetada organisatsioone töökeskkonna arendamisel ning suurendada töötajate terviseteadlikkust. On teada, et 2012. aasta lõpuks kuulus rohkem kui 200 riiklikku, era- ja kolmanda sektori organisatsiooni antud võrgustikku. (*Ibid.*)

TAI avaldas 2015. aastal töökoha tervisedenduse uuringu. Selle üheks eesmärgiks oli saada ülevaade viimaste aastate jooksul Eesti organisatsioonide tervist edendavatest tegevustest ning arengusuundadest. Antud uuringust tuli välja, et viimasel viiel aastal oli 79% tööandjatest teinud investeeringuid, et muuta organisatsiooni territooriumit tervisesõbralikumaks ning turvalisemaks. 83% tööandjate juures sai kasutada parkimisvõimalusi nii autodele kui ka jalgratastele. Lisaks selgus, et sagedasemad viisid töötajate liikumisharrastuste toetamiseks on järgmised (Sotsiaalministeerium 2016a, 49–50):

- a) töötajatele kättesaadav puhas ning kvaliteetne joogivesi (59%);
- b) töökohal loodud võimalus toidu soojendamiseks või valmistamiseks (54%);
- c) jalgrataste turvalise parkimise võimaldamine töötajatele (49%);
- d) piirkonna spordiklubidega koostöö tegemine (28%);
- e) oma kohviku või söökla teenuste kasutamine organisatsiooni töötajatele (27%), nendest ainult 12% pakuvad mitmekesist, tasakaalustatud toitu;
- f) töökoha siseveebis või stendidel liikumisalase teabe vahendamine (26%);
- g) töötajatele pakutakse tasuta või soodsalt puu- ja köögivilju (8%);
- h) ostetud sisse toitumisharjumuste teenuseid (3%).

Tuleb välja, et töökohal on suur roll töötajate tervise edendamisel. Eelkõige just tasakaalustatud toitumise ja liikumise suhtes. Kui ettevõtte jagab töötajatega tervisega seotud infot, tõuseb ka nende teadlikkus tervislikest eluviisidest. Seeläbi paraneb ka nende tervis ning tööjõu tootlikkus.

2. TERVISEDENDUSEGA SEOTUD MAKSUPOLIITIKA JA RAKENDUSED EESTIS

2.1 Tervisedendust toetavad maksusoodustused

Tulenevalt tulumaksuseaduse (TuMS) muudatustest ei maksustata alates 01.01.2018 erisoodustusena tervise edendamiseks tehtavaid kulutusi tööandja poolt saja euro ulatuses töötaja kohta kvartalis. Seda juhul, kui tööandja on neid võimaldanud kõikidele töötajatele. (Maksu- ja Tolliamet 2021)

Siinkohal tuleb ära märkida, keda käsitletakse TuMS §48 lg 3 mõistes töötajana:

- töölepingu alusel töötav isik;
- avalik teenistuja;
- juhtimis- või kontrollorgani liige;
- füüsilisest isik, kes müüb tööandjale kaupu pikema aja jooksul kui kuus kuud;
- töövõtu-, käsundus- või muu võlaõigusliku lepingu alusel töötav/teenust osutav füüsiline isik.

Samuti on tähtis teada, et maksusoodustust ei rakendata töötaja abikaasa, elukaaslase ega otse- või küljjoones sugulase, tööandjaga ühte kontserni kuuluva või muu äriühingu töötaja tervise- ja spordikuludele. (Maksu- ja Tolliamet 2021)

Tervise edendamise maksuvabad kulud on järgmised (*Ibid.*):

- 1) osavõtutasu avaliku rahvaspordiürituse eest;
- 2) sportimis- või liikumispaiaga reeglipärase kasutamisega seotud otsesed kulutused;
- 3) tööandja realselt eksisteerivate spordirajatiste ülalpidamisega seotud kulutused;
- 4) tervishoiutöötajate riiklikus registris kantud või vastavat kutsetunnistust omava taastusarsti, füsio- ja tegevusterapeudi, kliinilise logopeedi või psühholoogi teenustega seotud kulutused;
- 5) kindlustusmakse, mis on seotud ravikindlustuslepinguga.

Tööandjal on õigus ise otsustada, kas ja missuguseid tervise edendamisega seotud teenuseid või sportimise võimalusi oma töötajatele pakutakse. Lisaks sellele võib tööandja kehtestada töötajatele erinevaid piirmäärasid kulude hüvitamisel. Seda juhul, kui kõigile töötajatele tagatakse võimalus antud kulusid hüvitada. Kui piirmäära kehtestamisel peaks juhtuma olukord, kus mõnedel töötajatel praktiliselt puudub võimalus kulude hüvitamisele, siis sellisel juhul loetakse, et kõigile töötajatele pole pakutud vastavat soodustust. Näiteks juhatusel liikmetel on antud piirmääraks sada eurot kvartalis ja töötajatele on kümme eurot kvartalis. (*Ibid.*)

Töötajal on seevastu õigus ise otsustada, kas ja missuguseid tervise edendamisega seotud hüvesid soovib kasutada. Tähtis on siin märkida, et maksusoodustust pole ette nähtud töötajatele, kes teevad tööd lühiajaliste käsunduslepingute alusel. Nendeks on näiteks tööampsude tegijad, ajakirjandusväljaande või õppeasutuse vabakutselised kaastöötajad, retsensendid, eksperdid. Neil on lubatud maksuvabalt tervise edendamisega seotud kulutusi teha, kuid soodustuse mittepakkumist ei loeta tingimuse rikkumiseks. (*Ibid.*)

Sealhulgas on oluline tähelepanu pöörata järgmistele määratlustele (*Ibid.*):

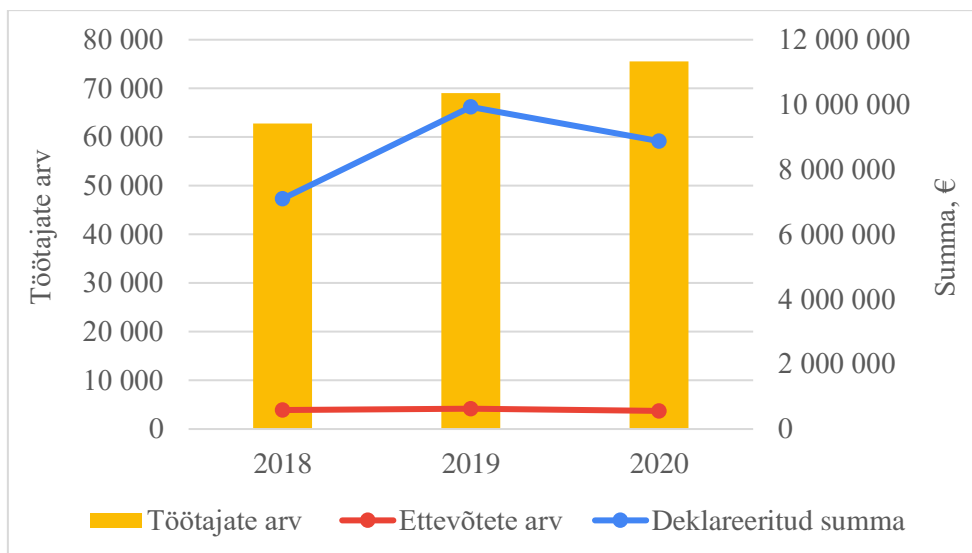
- a) maksuvabad kulud on kokku saja euro väärtuses koos käibemaksuga, mida saab ära kasutada ühe päeva, kuu või kolme kuu jooksul;
- b) tervise- ja spordikuludelt ei saa sisendkäibemaksu maha arvata, kui see on tehtud töötaja tarbeks;
- c) sada eurot on arvestatud iga töötaja kohta kvartalis ja seega ei ole antud summa üle kandmiseks teistele töötajatele ega järgmistesse kuudesse/kvartalitesse või summeerida aasta maksuvabasid kulusid;
- d) juhul, kui töötajal on mitu tööandjat, siis iga tööandja saab ka seal talle võimaldada tervise- ja spordikulude katteks saja euro ulatuses maksusoodustust;
- e) kuludokumendi on vaja kulu kandmiseks ning samuti on vajalik pidada isikupõhist arvestust (kassapõhine või tekkepõhine);
- f) tööandjatel ei ole kulude kandmine kohustuslik ja seega nad ei ole kohustatud seda võimaldama ka kõikidele töötajatele;
- g) käesoleva hüve saab tööandja tulenevalt töösuhtest (kehtiv või lõppenud, on peatunud, leping sõlmitakse tulevikus);
- h) maksusoodustus ei hõlma enda alla harrastamiseks vajalikke vahendeid (näiteks riided, jalanõud, suusad, jne) ega lisateenuseid (näiteks toitlustus, parkimine);
- i) väljaspool Eestit tehtud spordi- ja tervisekuludele laieneb ka maksusoodustus.

Tervisedendust toetavad maksusoodustused on vajalikud eelkõige nende töötajate jaoks, kes väljaspool tööd ise ei panusta oma tervise paremaks muutmiseks. Seevastu boonuseks neile, kes oma tervisele ja heaolule ise tähelepanu pööravad.

2.2 Maksusoodustuse kasutamise aktiivsus ettevõtetes

Käesoleva lõputöö raames tehti infopäring Maksu- ja Tolliametile, et saada teada mõningaid andmeid ja neid analüüsis kasutada. Päring on tehtud seisuga 31.12.2020. Küsiti aastate 2018, 2019 ja 2020 kohta INF14 alusel töötajate arvu ja summat ning kui palju on neid ettevõtteid, kes on täitnud vastava deklaratsiooni. Seda just selleks, et saada teada, kui paljud ettevõtted on katnud või hüvitanud töötajatele tervise edendamisega maksuvabasisid kulusid, mis ei kuulu erisoodustuse alla. Lisaks saada teada kolme aasta lõikes töötajate arv, kellele kalendriaasta jooksul on kaetud või hüvitatud eelpool nimetatud kulusid.

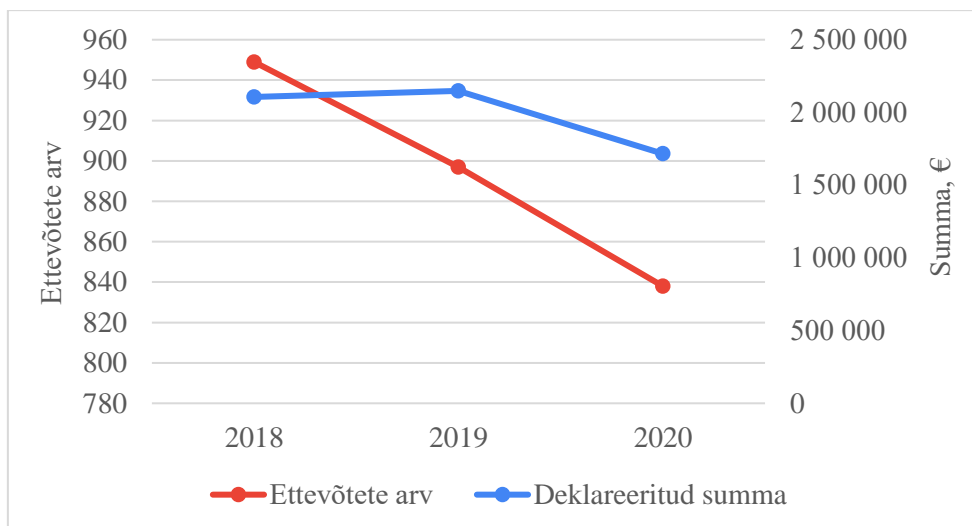
Selgus, et töötajate arv on aasta aastalt olnud kasvutrendis, kuid deklareeritud summade osas on näha, et eelmisel aastal langes see võrreldes 2019. aastaga ligi ühe miljoni euro võrra. Samamoodi kahanes samade aastate lõikes ka ettevõtete arv, kes INF14 deklaratsiooni esitasid. (vt Joonis 1) Ainus põhjus, miks mõlemad näitajad võisid langeda on 2020. aasta kevadel alanud ülemaailmne pandeemialaine. Selle tõttu said tööandjad üldiselt vähem katta tervise edendamisega seotud kulusid. Osalt võis olla see tingitud ettevõtete kulude kokkuhoiust kui ka sportimispaikade kasutamise piirangutest. Lisaks pani autor tähele, et 2020. aastal ettevõtete arv vähenes ligi 400 võrra, aga samal ajal on näha, kuidas töötajaid on juurde tulnud ligi 6 000. Järelikult on ettevõtteid, kes on lõpetanud tervise edendamisega seotud kulude hüvitamise ja ka neid, kes on hüvitatavaid kulusid piiranud. Seda näitab ka deklareeritud summa langus kirjeldatud perioodis (vt Joonis 1).



Joonis 1. Tervise edendamisega seotud näitajad aastatel 2018–2020 INF14 alusel
Allikas: Autori koostatud, lisa 1 andmete alusel

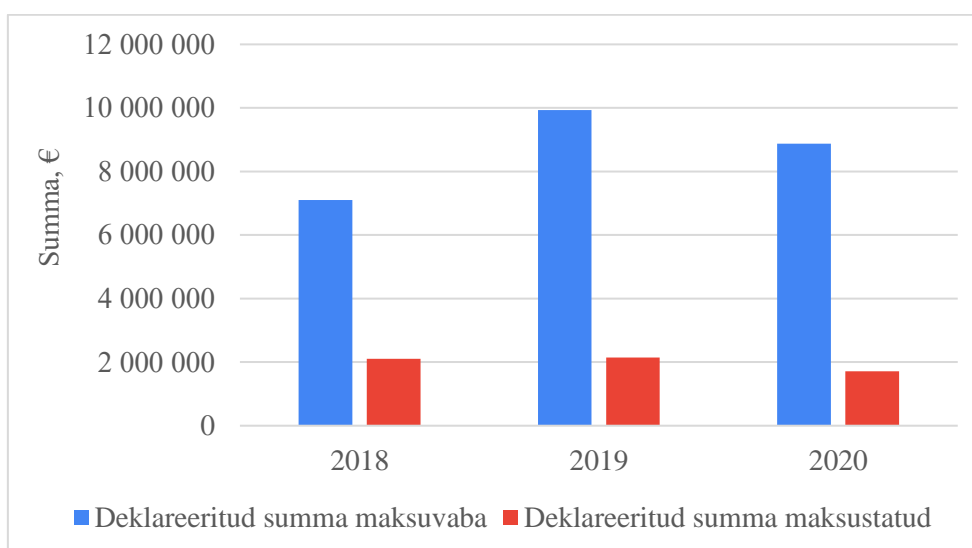
Autor tegi päringu EMTA-le ka selle kohta, kui palju oli 2020. aasta lõpu seisuga töötamise registris isikuid. Tuli välja, et kehtiv leping seisuga 31.12.2020 oli 612 860 inimesel. See omakorda näitab võrdlusena, et ligi 500 000 inimesele (st 88% töötavatest inimestest) ei hüvitatud tervise edendamisega seotud kulusid üldse. (lisa 1 andmete alusel)

Et saada teada, mil määral ettevõtted katsid erisoodustusena maksustatavad kulutused töötaja tervise edendamiseks aastasel 2018, 2019 ja 2020, sooviti infot TSD lisa 4 koodi 4 120 kohta. Selgus, et mida aasta edasi, seda rohkem on ettevõtted hakanud jälgima maksuvaba piirmäära ja seda ületavat st maksustatavat osa deklareeritakse vähem. Võrreldes 2019. aastat 2020. aastaga, siis selgub, et ettevõtted on maksustatavaid tervisedendusega seotud kulusid deklareerinud ca 432 000 euro võrra vähem (vt Joonis 2). See näitab taaskord seda, et ettevõtted ei soovi tervise edendamisega seotud kuludelt maksta makse. Heal juhul, kui seda tehakse, siis pigem maksuvabalt.



Joonis 2. Tervise edendamisega seotud näitajad 2018–2020. aastate lõikes TSD lisa 4 alusel
Allikas: Autori koostatud, lisa 1 andmete alusel

Vaadates, kui palju on aastate 2018–2020 lõikes muutunud maksuvaba ja maksustatud osa, siis selgub, et maksuvabalt deklareerimise osakaal on märgatavalt suurem. Samal ajal, kui maksustatud osa aastate lõikes on peaaegu ühtlasel 2 000 000 euro tasemel (vt Joonis 3).



Joonis 3. Deklareeritud summad aastate 2018–2020 lõikes INF14 ja TSD lisa 4 alusel
Allikas: Autori koostatud, lisa 1 andmete alusel

Tuleb tõdeda, et ettevõtted soovivad siiski katta töötaja tervise edendamisega seotud kulud maksuvabalt. See aspekt näitab, et sellele tuleb rohkem tähelepanu pöörata. Seetõttu leiab autor, et Eestis tuleks tõsta tervise edendamisele mõeldud maksuvaba piirmäära või mõjutada inimesi muul viisil olema füüsiliselt aktiivne sõltumata töötaja/tööandja võimalustest. Esimest mõtet kinnitab ka hiljutine artikkel, milles tuuakse välja, et piirmäära tuleks tõsta sajalt eurolt kvartalis

hoopis poole võrra suuremaks. See teeks sellisel juhul töötaja kohta 800 eurot aastas tervise edendamise seotud kulude katteks. (Eesti kaubandus-tööstuskoda 2021)

Siinkohal saab välja tuua veel suure puudujäägi maksusoodustuste osas. Seoses eeloleva ja selle aastase COVID-19 levikuga kogu maailmas piirati Eestis spordiklubide tegevusi. Seetõttu said kannatada inimeste sportimisharjumused. Paljud olid piirangute vastu, aga tuli leida teised alternatiivid õues sportimise näol, mis kõigest hoolimata ei takistaks tervise eest hoolitsemast. Tegu on hea näitega sellest, kuidas kehtivat maksusoodustust ei saa kasutada motivaatorina kriisiolukorras, kuna väljas liikumine ja seal spordi tegemine ei kuulu selle alla. Aga siiski on tegemist tervist edendava tegevusega väljaspool spordisaali, mida võiks tulevikus saada käsitleda maksusoodustusena tulumaksuseaduse mõistes.

2.3 Alternatiiv ettevõtjale, töötajale, raamatupidajale

Alates 2018. aastast on ettevõtjatel võimalus maksta oma töötajatele teatud ulatuses maksuvaba sporditoetust. Selle haldamine tekitab paraku lisatööd nii töötajale, ettevõtjale kui ka raamatupidajale. Samas paari töötajaga pisiettevõttes ei tekita see probleemi, kuna nende mõne tšekiga arvestamine ei ole nii kulukas. Vähegi suuremas ettevõttes tekitab sellise soodustuse pakkumine siiski päris suure ja täiendava töökoormuse. See on ka üks põhjus paljudest, miks osad ettevõtjad ei paku veel antud maksusoodustust. (Teearu 2018)

Järgnevas alapeatükis selgitatakse ühe rakenduse näitel, mis võimalusi saab tänapäeval kasutada selleks, et lihtsustada tervisedendusega seotud maksusoodustuste paremat haldamist ja kasutamist.

2.3.1 Rakenduse *Stebby* mõju ja kasulikkus

Rakendus sai alguse 2012. aastal, kui Eesti idufirma ideeks oli luua keskkond SportID. Alates 2020. aasta lõpust kannab antud keskkond nime *Stebby*, mis on pärit inglise keelsest fraasist *step-by-step*. Tegemist on Baltikumi suurima tervise teenuseid pakkuva keskkonnaga. Rakenduse eesmärgiks ongi pakkuda inimestele mugavat kohta, kust oleks võimalik leida ning soetada igasuguseid heaoluteenuseid, kasutada pakutavat kompensatsiooni tööandja poolt ja hoida ise

silm peal enda tervisekuludel. Sealses keskkonnas saab valida erinevate spordiklubide ning spaade pääsmete, massaažide, taastusraviteenuste ja ravikindlustuste vahel. (Oja 2020)

Antud rakendusega on Baltikumis 2021. aasta jaanuari keskpaigaks liitunud ligi 1 300 tööandjat ja 120 tuhat kasutajat. Keskkonnas on võimalik optimeerida ka ettevõtte ressursse sellega, kui jätta kompensatsioonide haldamine samuti *Stebby* hooleks. Sellega on võimalus rohkem aega investeerida töötajate tervisesse. Et oma töötajatele saaks pakkuda mitmekesist teenuste valikut on rakenduse keskkonnas võimalus valida üle 1 800 teenusepakkuja seast töötajale meelepärane tegevus. Nende visiooniks on, nagu nimigi ütleb, liikuda samm-sammult tervema ühiskonna suunas läbi iga inimese heaolu. (*Stebby*)

Tööandjana on vaja omada platvormi *Stebby* rakenduses, kus ettevõtte töötajad saavad kasutada teenusepakkujate võimalusi kompensatsioonidena. Enne tuleb ikkagi seadistada oma kompensatsiooniplaan ja kutsuda enda töötajad, kes on samuti *Stebby* kasutajad, sellega liituma. (*Ibid.*)

Sisuliselt märgib tööandja oma keskkonnas ära töötajad, kes soodustust kasutavad, määrab ära kasutuslimiidid ja teenuste piirangud, kannab ettemaksu ja kvartali lõpus saab täpse arve kulutatud summa peale. See tähendab, et töötajalt võetakse teenust kasutades rakenduses tema kontolt raha maha, ise midagi otseselt tasumata. Siinkohal on oluline mainida, et tööandja konto seadistamisel tuleks märkida kindlasti, et kontol oleva rahaga saab tasuda vaid maksusoodustuse alla liigituvate kulude eest. Juhul, kui töötaja tahab osta muid teenuseid, mis maksuvabastuse alla ei kuulu, siis nende eest maksab töötaja ise ja neid tööandja arvele ei lisata. (Teearu 2018)

Stebby rakenduse kodulehel on välja toodud ka mõningad ettevõtted, kes on antud keskkonnaga liitunud. Näiteks Päästeameti tervise- ja spordikoordinaator on andnud tagasisidet, et rakenduse kasutamine on Päästeameti töötajad pannud lühikese ajaga muutma oma tervislikke harjumusi. Võimalus tööandjana anda kõikidele töötajatele selle kaudu kompensatsiooni on motiveerinud paljusid töötajaid tegelema tervisespordiga või mitme aasta taguste vigastustega. Samuti on see preemia neile, kes saavad tänu sellele veelgi rohkem olla aktiivsemad. (*Stebby*)

On näha, et antud rakendus on populaarne kogu Baltikumis ja lihtsustab eelkõige tööandjate ja raamatupidajate tööd olulisel määral. Töötajatele annab see hoopis suurema võimaluse kasutada erinevaid enda heaolu ja tervist parandavaid teenuseid.

2.4 Erinevate aktiivsusmonitoride kasutamine

Aktiivsusmonitor on vööle või randmele kinnitatav seade, mis suudab päeva jooksul astunud sammud kokku lugeda, hindab une kvaliteeti (registreerides une ajal liigutusi), teavitab kasutajat ühildatud nutitelefonile sisse tulevast kõnest, sõnumist või muus märguandest. Üldiselt jälgib monitor ainult inimese tervist ja liikumist. Seetõttu ei anna selle kandmine ja sealt info saamine otseselt teavet inimese meditsiinilise seisundi kohta. (Käen 2015)

Koostöös Tehnopol Startup Inkubaatori ja *Connected Health* Innvoatsioonikliinikuga arutati 2019. aasta lõpus küsimuse üle, kas aktiivsusmonitorid parandavad tervist. Seal selgitati, et suurte uuringute põhjal aktiivsusmonitoride rakendus iseenesest siiski ei paranda tervist ega langeta kaalu. See aitab lihtsalt mõõta ja hinnata oma tervist. Muret tekitab sealjuures hoopis oma terviseandmete jagamine nutirakendustes, millele inimesed enamjaolt tähelepanu ei pööra. (Tehnopol 2019)

Sisehaiguste arst Jaanika Järviste tõi välja, et erinevat kirjandust läbi töötades ja suurtele randomiseeritud uuringutele tuginedes võib öelda, et tervisenäitajate paranemise osas vahet ei olnud ja monitoride kandmine füüsilist aktiivsust ei tõsta, kui puuduvad selged eesmärgid. Siinkohal tuleb kindlasti mainida, et uuringud jäävad siiski paari aasta tagusesse aega, kuid turg on uuenenud uute seadmetega, mis pakuvad sealjuures uusi võimalusi. Osad jälgivad lausa und või pakuvad elektrokardiogrammi (EKG) salvestamise funktsiooni. Samuti tuleks mainida, et ühe seadmega tehtud uuring kantakse kõikidele seadmetele üle. Seetõttu ei saa antud väidet üldistada. (*Ibid.*)

Siiski nähakse aktiivsusmonitoride meditsiinilisse kasutamisse võtmise potentsiaali, kuid selleks on vaja rohkem teaduspõhist infot. Samuti panevad monitoride arendajad hetkel eesmärgid kasutaja jaoks ja ei lähtuta meditsiinilisest aspektist – selleks on vaja täpsemaid andmeid. Seetõttu hetkel tekitab aktiivsusmonitor arstide jaoks pigem infomüra ja ei anna juurde olulist infot nende jaoks. (*Ibid.*)

Üldiselt kasutavad aktiivsusmonitore terved ja noored inimesed vanuses 18–35, mille osakaal on 42–60% kasutajatest. Seevastu on vanuses 36–65 monitoride kasutamine eelmise vanusevahemikuga võrreldes hoopis ligi 40%. (*Ibid.*)

Kui populariseerida aktiivsusmonitoride kasutamist kõikide vanusegruppide suhtes ja arendada rakendust ka meditsiinilise kasutamise mõttes, siis oleks rakendusel suurem potentsiaal olla inimese tervise hindamisel üks põhilisi abivahendeid igapäevaelus.

2.5 Liikumisaktiivsust jälgivad nutirakendused

Üha enam on välja tulnud erinevaid rakendusi ülemaailmselt, mis puudutavad liikumist ja sporti. Võib väita, et üks populaarsemaid mobiilirakendusi on *Sweatcoin*. Tegu on start-up firmaga, mis tuli Eesti turule 2018. aastal (LHV 2018).

Sweatcoin on mobiilirakendus, mis on suunatud tervise edendamiseks. See on kogunud tuntuks selle poolest, et paneb inimesed liikuma ning premeerib kasutajaid, kui nad teevad sporti. Rakendus loendab õues tehtud samme ja võimaldab koguda kõndimise või jooksmise eest virtuaalraha – *sweatcoine* (SWC). Iga 1 000 loendatud sammu eest teenib kasutaja 0,95 SWC. Teenitud virtuaalraha eest saab osta rakendusesiseses veebipoes pakutavat. Sellega tõestab antud keskkond, et liikumisharjumusel on majanduslik väärtus. (*Ibid.*)

Eesti noorte seas on see populaarsust kasvatanud just tänu LHV Noortekaardile, kuna just nemad annavad noortele võimaluse realselt raha teenida oma pangakontole. Selleks, et teenida viis eurot LHV Noortekaardile peab kõndima umbes 50 tuhat sammu. Kuna Eesti turul pole veel piisavalt neid ettevõtteid, kes pakuksid seal oma kaupu/teenuseid, siis seetõttu ei pruugi rakendus olla eriti tuntud tavaelanikkonna seas. Kuigi on olemas ka Euroopa sisesed kaubad/teenused, mida saab ka Eestis kasutada. Aga lisaks LHV pangale pakub oma kaupu/teenuseid ka Eestis tegutsev ettevõtte *MyFitness*. Seda juba tervele elanikkonnale. (*Ibid.*)

Mõistlik on välja tuua ka mõningad piirangud, mis muudavad rakenduse kasutajale ebamugavaks. Need on järgmised (Cavanaugh 2018):

1. Virtuaalraha kogumiseks peab ainult jooksmata või kõndima – tegevuse jälgimine põhineb ainult sammudel, nii et jalgrattaga sõitmine või ujumine ei teeni münte.
2. Rakendus töötab ainult väljas liikudes, mis tähendab, et jooksurajal jooksmine või jõusaalis analoogsete harjutuste tegemist ei arvestata – kuigi mõnedes aruannetes öeldakse, et see registreerib samme maja ümber. Selle piirangu põhjuseks on süsteemi siseruumides

hakkimise vältimine. Ettevõtte sõnul töötab see selle probleemi lahendamiseks välja vastava algoritmi.

3. Antud keskkond peab alati olema seotud omaniku telefoniga, kuna praegu pole rakendust võimalik ühtegi nutikella või spordijälgijaga sünkroonida ning ettevõtte pole seda tüüpi ühilduvuse jaoks veel välja töötanud.
4. Rakendus peab alati nutiseadmes töötama ja seetõttu võib lühendada tunduvalt telefoni tööiga.
5. Suurimaks piiravaks teguriks on see, et selle põhiline liikmeskond piirab kasutajaid koguma vaid viis SWC päevas. See võimaldab küll baasliikmeks astumist uuendada, kuid see nõuab siiski maksmist virtuaalrahas. Näiteks 20 SWC kuus viib uuele tasemele, kus on lubatud teenida 15 SWC päevas.

Lisaks *Sweatcoini* rakendusele tuli Telia 2018. aastal välja innovaatilise lahendusega, mis võimaldab täiendavaks mobiilse interneti mahuks muuta oma igapäevased sammud. See tähendab seda, et iga Telia klient saab igas päevas tehtud sammude eest teenida endale juurde mobiilset internetimahtu. Kusjuures iga tuhat sammu tähendab viie megabaidi (MB) ulatuses täiendavat mahtu. Maksimaalselt on võimalik päevas juurde teenida 50 MB ulatuses internetimahtu, mille nimel on vaja teha 10 tuhat või enam sammu. Ühes kuus teenitav maksimaalne andmemahu kogus on 1,5 MB. Et oleks võimalus antud lahendust kasutada peab olema, kas Telia või Diili lepinguline klient. Lisaks on vaja kasutada vähemalt ühte järgnevatest aktiivsusmonitoridest või spordikellast: Fitbit, Garmin ja Polar. Samuti on tähtis eelnevalt Telia portaalis ära siduda oma sammulugeja ning telefoninumber. (Telia 2018)

Inimestele on juba praeguseks hetkeks loodud mitmeid erinevaid võimalusi oma liikumisaktiivsuse tõstmiseks nii nutirakenduste kui ka mobiilsete lahenduste näol. Seda just eelkõige selle jaoks, et teadvustada inimestele, kui tähtis on igapäevaselt oma tervise eest hoolitseda. Seetõttu luuakse veelgi rohkem innovaatilisi ja mugavaid lahendusi.

3. UURING EESTI TÖÖEALISE ELANIKKONNA SEAS

3.1 Uuringu meetoodika

Käesoleva uuringu eesmärgiks on välja selgitada tööandja panus töötajate tervise edendamisse ja tööealiste inimeste liikumisaktiivsus. Soov on panna inimesed rohkem liikuma ja seeläbi hoolitseda oma tervise eest. Eelkõige seetõttu uuriti, millist mõju avaldaks inimeste tervise edendamisse raha teenimine aktiivselt liikudes (võrdsustamine spordiga) st saada tagasi osa kinnipeetud füüsilise isiku tulumaksust.

Lõputöös kasutatakse uuringu meetoodika juures kvalitatiivset ja kvantitatiivset uurimismeetodit. Et jõuda suurema hulga vastajateni koostas autor uuringu läbiviimiseks ankeetküsitluse, mis suunati Eesti tööealisele elanikkonnale. See viidi läbi elektrooniliselt, kasutades selleks *Google Forms* keskkonda. Autor kasutas küsitluse vastuste analüüsimisel kirjeldavat statistikat (sagedusjaotused) ja avatud vastuste korral kvalitatiivset sisuanalüüsi. Programmis *Microsoft Excel* analüüsis autor uuringus saadud andmeid ning koostas vastavad joonised ja tabelid.

Ankeetküsitlust viidi läbi anonüümselt ja mugavusvalimi põhimõttel, kuna antud teema puudutab enamus inimesi ja sooviti saada terviklikumat pilti. Spetsiifilise valimi tekitamine ei tundunud antud juhul otstarbekas. Mainitud keskkonda jagas autor oma sotsiaalmeediakanali *Facebook* lehel ja gruppides. Lisaks kaasas autor protsessi ka Tallinna Tehnikaülikooli majandusteaduskonna õppekonsultandid, kellest enamus jagas küsitlust oma eriala tudengitega. Samuti jagati küsitlust enamuse Tallinna Tehnikaülikooli üliõpilaskogude liikmetega.

Küsitlusele oli algselt võimalik vastuseid anda perioodil 14.02.–28.02.2021. Kuna autor soovis saada rohkem vastuseid, pikendas küsitlusele vastamist kuni 14.03.2021. Antud võimalust kasutas ära kolm inimest, kes täitsid küsimustiku märtsi alguses. Autori planeeritavaks valimiks oli ligikaudu 250 küsitluses osalejat, mis oleks olnud autori arvates piisavalt esinduslik.

Küsimustik on jaotatud sisuliselt kaheks eraldi peatükiks. Peale üldise informatsiooni soovitakse saada infot tervisedendamise kohta töökohal ning samuti uuritakse inimese üldist liikumisaktiivsust. Üldiselt olid küsimused valikvastustega. Vastajatele oli antud võimalus oma vastuseid põhjendada ka paari avatud küsimuse näol. Lisaks neile kasutas autor vastuse saamiseks ka Likerti skaalat. Selle abil soovis autor välja selgitada vastajate liikuvuse töökohal, mida hinnati viie palli skaalal: väga istuv (1) kuni väga liikuv (5).

3.2 Vastaja profiil

Küsitluses osales kokku 144 inimest, mis on 42% vähem kui esialgselt oli planeeritud. Nendest arvati täielikult välja üks vastus, kuna tegu oli kahe identse vastusega, mis paiknesid üsna lähestikku. Kuna autor soovis saada vastuseid ka nendelt inimestelt, kes hetkel on töötud või tööturul mitteaktiivsed, tekkis osade vastajate hulgas segadus. Küsitluses oli eelnevalt märgitud, et vormi tuleks täita, kas praeguse või eelneva töökoha kohta. Kuna osad inimesed ei pannud seda lauset tähele ja vastasid lihtsalt, et on töötud või tööturul mitteaktiivsed, siis ei saanud autor kasutada neid andmeid tervise edendamise kontekstis. Seetõttu otsustas autor kasutada nende 15 inimese vastuseid ainult liikumisaktiivsuse osas ja ei arvanud neid täielikult välja. Seega võetakse tervise edendamise osa juures arvesse 128 vastust ja liikumisaktiivsuse osas 143 vastust (vt Tabel 4).

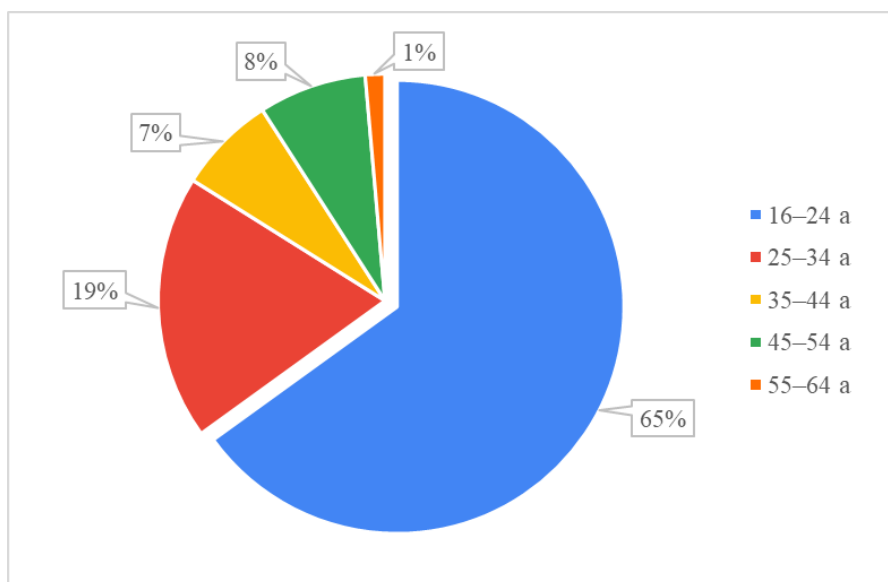
Tabel 4. Vastanute arvestuslik jaotus

Sugu	Vastajate arv tervisedenduse hulgas		Vastanute arv kokku
	arvestatud	mittearvestatud	
Naine	93	9	102
Mees	35	6	41
Kokku	128	15	143

Allikas: Autori koostatud

Kõigi vastajate hulka kuulusid 102 naist, mis moodustab 71% ja 41 meest, mis omakorda moodustab 29% vastanutest. Nendest arvati tervise edendamise kontekstis maha 9 naist ja 6 meest. Vastavalt 6% ja 4%. (lisa 3 andmetel)

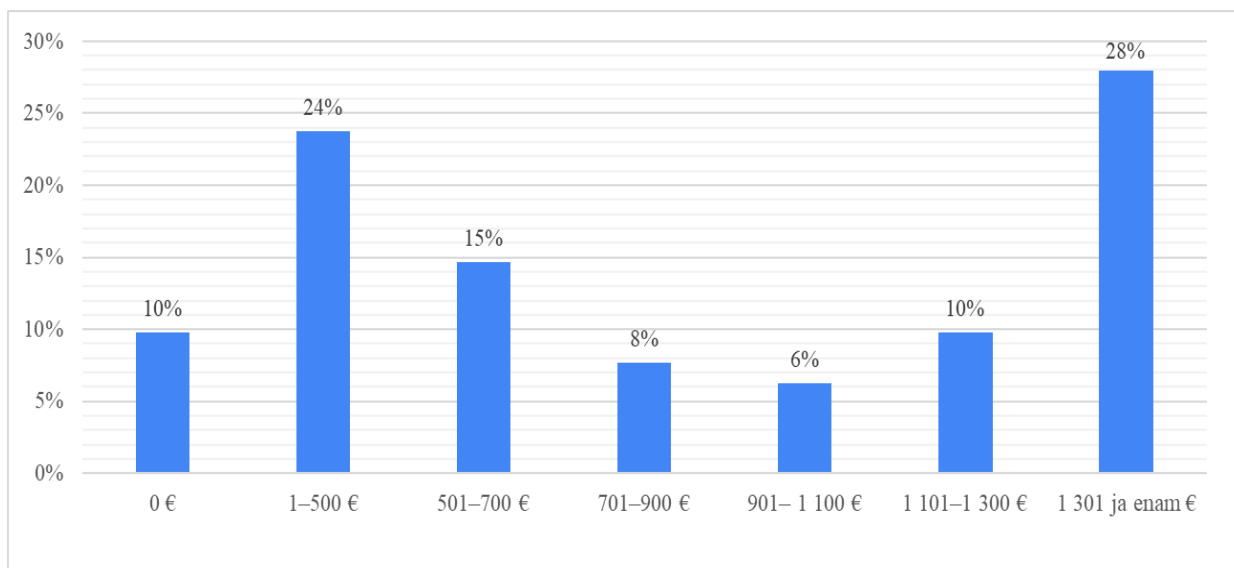
Vanusevahemike lõikes oli vastanud ülekaalukalt 16–24aastased. Nende osakaal oli 65%. Seda eelkõige seetõttu, et autor jagas küsitlust ka Tallinna Tehnikaülikooli tudengite seas, kelle hulgast enamik vastuseid saadi. Vastanutest 19% olid 25–34aastased. 8% hõlmas vanusevahemikku 45–54 ja 7% moodustasid 35–44aastased isikud. Ainult 1% vastanutest hõlmas uuring 55–64aastaseid inimesi. (vt Joonis 4)



Joonis 4. Uuringus osalenute vanuseline jaotus
Allikas: Autori koostatud, lisa 3 andmetel

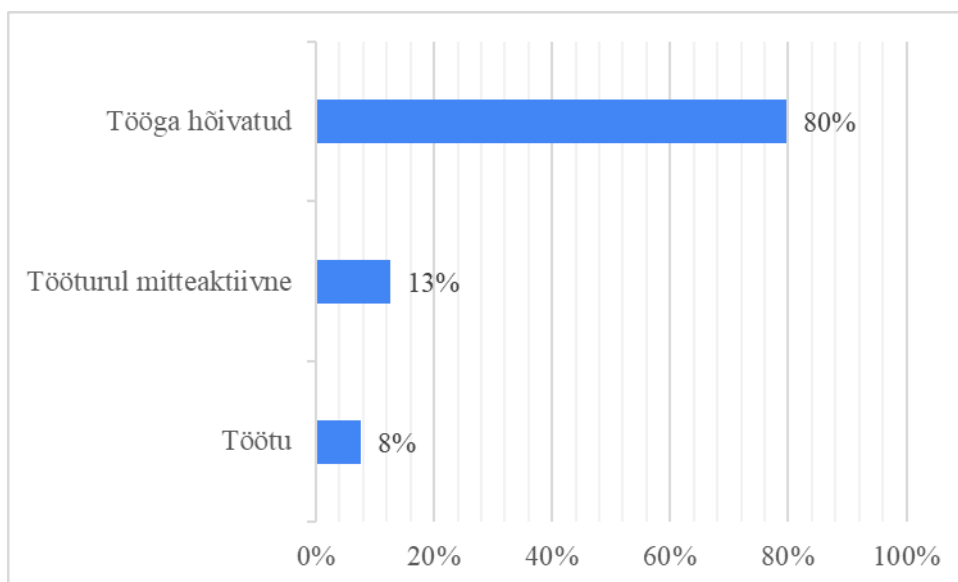
Eesti tööealise elanikkonna hulgast vastasid ülekaalukalt küsitlusele eestlased, keda oli kokku 132 ehk 92%. Lisaks oli ka 9 venelast ning 2 muust rahvusest inimest, kellest mõlemad olid hetkel töötud. Vastavalt 6% ja 2%. (lisa 3 andmetel) Venelaste hulgast oli samuti kaks töötut ja ülejäänud olid tööga hõivatud.

Kui vaadata vastajate brutosissetulekuid, siis ülekaalukalt teenisid inimesed brutopalka ühes kuus 1 301 ja enam eurot. Nende osakaal moodustab 28% vastanutest. 1–500 eurot teenisid 24% vastanutest. Samuti vajaks kajastamist ka need vastajad, kelle osakaal vastuste hulgas on 10% ja teenisid 0 eurot kuus. Nende hulka kuulusid 6 töötut ja 8 tööturul mitteaktiivsed inimest. (vt Joonis 5)



Joonis 5. Uuringus osalenute (bruto)sissetulek kuus
Allikas: Autori koostatud, lisa 3 andmetel

Küsitlusele vastas 114 tööga hõivatud inimest, kellest 88 töötab töölepingu alusel ja 26 töötab töövõtulepingu või käsunduslepingu alusel. Tööga hõivatute osakaal on seega 80%. Seevastu oli hetkel tööturul mitteaktiivseid 8 inimest ehk 13% vastanutest. Seega töötuid inimesi oli kokku 11, kelle osakaal oli vaid 8%. See näitab, et uuringus saab teha järeldusi ikkagi hetkel tööga hõivatute osas. (vt Joonis 6)



Joonis 6. Uuringus osalenute tööhõive staatus
Allikas: Autori koostatud, lisa 3 andmetel

Kokkuvõtvalt selgub, et varieeruvus vastajate profiili vahel on küllaltki väike. See paistab silma just vanusevahemike lõikes. Samuti oodatav valim ei langenud kokku tegelikkusega. Seetõttu ei saa autor teha uuringu tulemuste ja analüüsi juures põhjapanevaid järeldusi ning üldistusi üldkogumi kohta.

3.3 Uuringu tulemused ja analüüs

Tervise edendamisega seotud kulude teemale vastas kokku 128 isikut, kellest 73 kirjutas, et tööandja võimaldab/pakub neile mingisugust hüve. Selgus, et 54 töötajal ei hüvitata tervise edendamisega seotud kulusid üldse. See teeb vastavalt osakaaluks 57% ja 42%. Lisaks mainis ka üks vastaja, et ta ei tea, kas tööandja pakub antud hüvesid või mitte. (lisa 4 andmetel)

Kuna eelpool oli teema aktuaalsuse all mainitud, et kõik lepinguvormid ei soodusta tervise edendamist töökohal, siis autor soovis antud uuringu põhjal saada sellele vastuse. Selgus, et töölepingu alusel töötavatest inimestest 53% saavad tervisedendusega seotud kulude hüvitist ja 24% ei saa. Seevastu töövõtu- ja käsunduslepingu alusel saavad hüvitist kõigest 8% vastanutest ja seda ei tehta 15% ulatuses vastanutest. (vt Tabel 5) Seega selgub, et osakaal töölepingu alusel tööd tegevatele isikutele katta läbi tööandja tervise edendamisega seotud kulud on suurem kui teiste eelpool nimetatud lepinguvormide puhul.

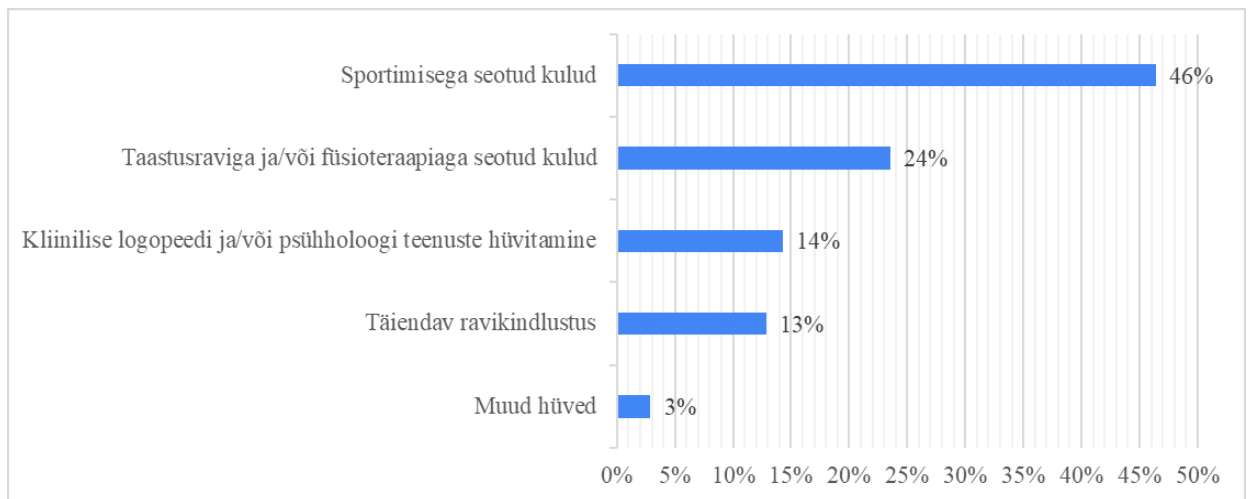
Tabel 5. Tervise edendamise kulude hüvitamise jaotus lähtuvalt lepinguvormidest

Lepinguvormist lähtuvalt kulude hüvitamine	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
Töölepingu alusel kokku	88	77%
a) hüvitatakse	60	53%
b) ei hüvitata	27	24%
c) ei tea	1	1%
Töövõtulepingu/käsunduslepingu alusel kokku	26	23%
a) hüvitatakse	9	8%
b) ei hüvitata	17	15%
Kokku	114	100%

Allikas: Autori koostatud

Vastustest selgus, et kõige rohkem kaetakse sportimisega seotud kulusid ehk 46%. Samuti on tegu hüvega, mida tööandja võimaldab/pakub kõige rohkem nii ainult ühe kui ka mitme hüvega

korraga. (vt Joonis 7) Seevastu taastusraviga ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist võimaldatakse 24%. Antud ja ka järgnevate hüvede puhul tuleb selgelt välja, et neid pakutakse töötajatele rohkem sellisel juhul, kui tööandja pakub korraga mitut hüve (lisa 4 andmetel). Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuse hüvitamist võimaldatakse/pakutakse 14%. Samaselt sellele võimaldatakse/pakutakse ka täiendava ravikindlustuse katmist. Seda tehakse vastavalt 13%. Küsitlusest tuli välja ka mõned muud hüved, mida ettevõtte töötajatele pakuvad lisaks eelnimetatule. Neid oli kokku 4, mis moodustab 3%. (vt Joonis 7) Nende alla kuuluvad kahel korral prillide ostu toetus, sooduspakkumine ja võimalus saada SportID krediiti. Prillitoetuste puhul oli välja toodud, et ühes töökohas hüvitas tööandja kuni 50 euro ulatuses, teisel juhul 100 euro ulatuses. Siia alla loeti ka need vastajad, kelle kulusid ei hüvitatud või ei teadnud ettevõtte tegemistest, mis teeb kokku 43%. Järelikult 57% vastajatest kattis nende tööandja tervisedendusega seotud kulusid. (lisa 4 andmetel)

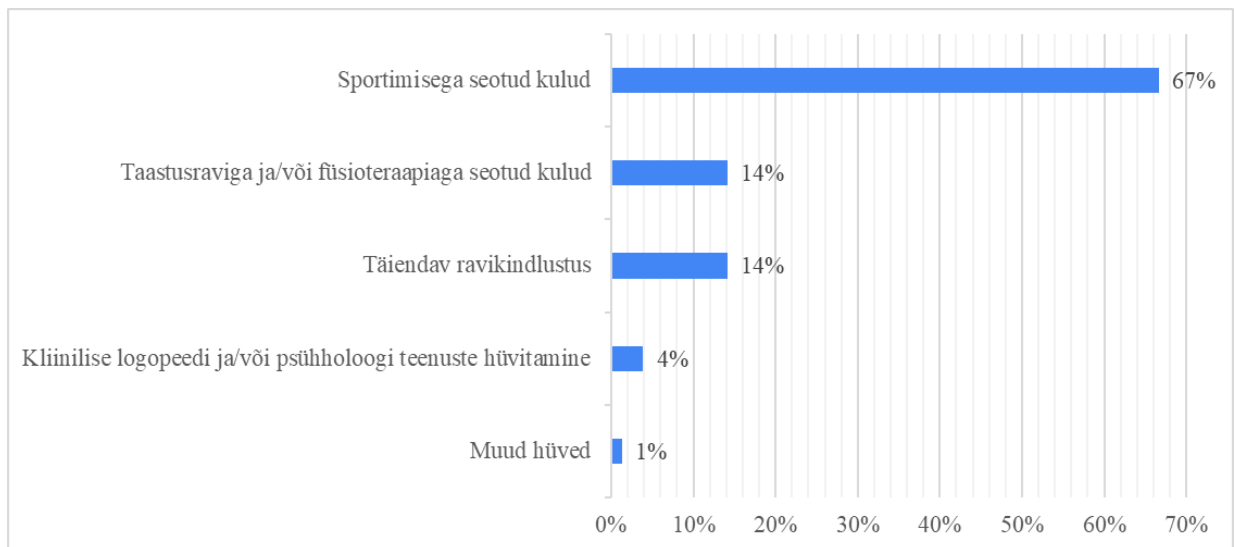


Joonis 7. Tööandja võimaldab/pakub töötajale antud hüvesid
Allikas: Autori koostatud, lisa 4 andmetel

Lisaks soovis autor teada saada, kui paljudest tööandja pakutavatest hüvedest töötaja ka realselt kasutab. Tuli välja, et 46% inimestest kasutab võimaldatud hüvesid ning 11% inimestest on need, kellele on võimalus antud, aga nad siiski ei kasuta seda. Vastajate hulgas oli 42% ka neid inimesi, kellele hüvitist ei võimaldatud/pakutud ja seetõttu ei saanud nende vastuseid kasutada. Samuti kuulus siia alla ühe inimese vastus, kes ei ole teadlik tööandja pakutavast võimalusest. (lisa 4 andmetel)

Kui vaadata täpsemalt, mis hüvesid inimesed kasutasid, siis kõige populaarsem oli sportimisega seotud hüvede kasutamine (67%). Samaväärselt ehk 14% ulatuses kasutavad töötajad taastusravi

ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist ning täiendava ravikindlustuse katmist tööandja poolt. Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuste hüvitamist kasutas ainult 4%. Muudest hüvedest kasutati realselt ainult ühte prillidega seotud ostu toetus, mille maksumus oli 100 euro ulatuses. (vt Joonis 8) Autor pani tähele, et vanusegruppide lõikes vastustes erisusi ei olnud st ei esinenud seost selles osas, et vanemad vanusegrupid oleks eelistanud ravikindlustust sportimisele.

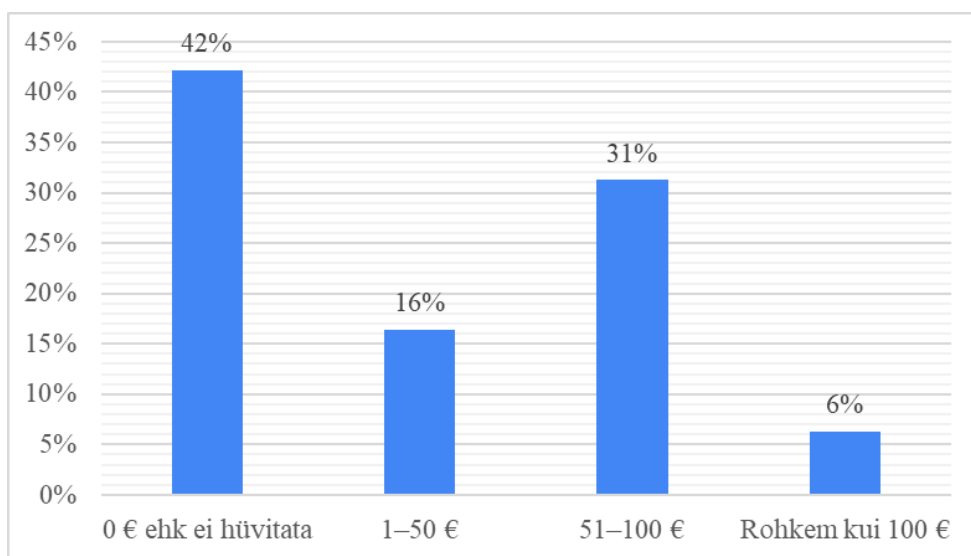


Joonis 8. Töötaja kasutab tööandja võimaldatud/pakutud hüvesid
Allikas: Autori koostatud, lisa 4 andmetel

Seega tuli uuringu käigus selgelt välja, et tööandja pigem pakub töötajatele mitut hüve korraga, kui ainult ühte. Kuigi sportimise kohapealt olid tulemused võrdväärised. Vastavalt 31 ja 34 korda. Teiste eelpool nimetatud hüvede vahel on märgatavalt suur vahe. (lisa 4 andmetel)

Autor soovis saada nendelt vastajatelt põhjendust, kes tööandja pakutavaid võimalusi ei kasutanud. Mitmed vastajad leidsid, et selleks puudub hetkel lihtsalt vajadus. Veel toodi välja nii koroonakriisi mõju, puudulikku isikliku aja planeerimisoskust ja demotiveeritust ning kodukandis tasuta sportimise võimaluse olemasolu. Tuli välja argument, et eelistatakse teisi treeninguid ning ettevõtte poolt pakutavad hüved ei ole ahvatlevad. Samuti leiti, et liigutakse niigi palju ja seetõttu ei nähta selle vajadust. (lisa 4 andmetel) Siinkohal tasub märkimist ka kommentaar selle vastaja poolt, kes kasutab tööandja poolt pakutavaid hüvesid. Antud vastaja lisas, et ettevõttes kasutatakse SportID võimalust, millele tööandja iga kvartal raha kannab, kuid mõlema jaoks pole see piisav summa.

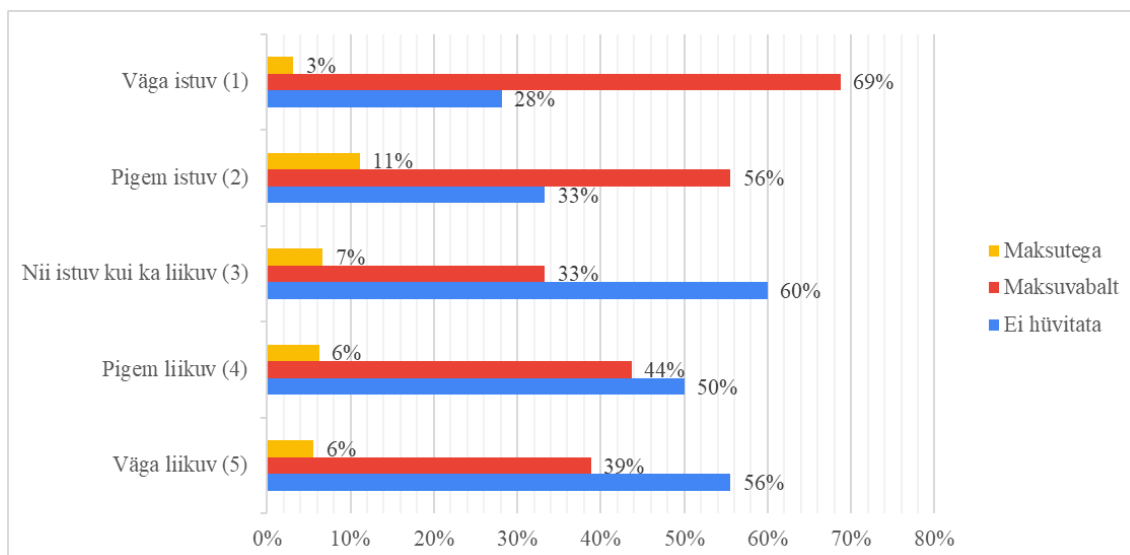
Autori koostatud küsitluses sooviti teada saada, kui suures summas katab tööandja tervisedendusega seotud kulud kvartalis. 0 eurot ehk kulusid ei hüvitatud 42% ulatuses. Tööandja kattis 1–50 euro ulatuses kulusid kvartalis 16%. Kõige rohkem olid tööandjad nõus hüvitama kulusid vahemikus 51–100 euro, mis tegi kokku 31%. Üle saja euro olid nõus maksma ainult 6% tööandjatest. (vt Joonis 9) Analüüsist tuli välja, et 2% töötajatest ei teadnud, kui suures summas kulusid kaetakse, ise sealjuures hüvitist kasutades. Samamoodi oli ka kahe teise inimesega, kes ei teadnud summa suurust, kuna ta ise ei kasutanud tööandja poolt pakutavaid hüvesid. Lisaks kuulub siia hulka ka selle ühe inimese vastus, kes eelnevalt ei olnud kursis ettevõtte võimalustega. (lisa 4 andmetel)



Joonis 9. Tööandja tervise edendamiseks kaetud kvartaalsed kulud
Allikas: Autori koostatud, lisa 4 andmetel

Uuringus palus autor vastajatel hinnata ka oma liikuvust töökohal. Tuli välja, et ainult 28% vastanutest on liikuv töö. (lisa 4 andmetel)

Analüüsides istuvaid ja liikuvaid inimesi, siis selgus, et istuvatel töökohtadel makstakse hüvitist protsentuaalselt kõige rohkem. Vastavalt väga istuval 72% ja pigem istuval 67%. Seevastu pigem liikuval töökohal 50% ja väga liikuval 44%. Nii istuval kui ka liikuval töökohal oli protsentuaalselt kõige madalam ehk 40%. Samuti on näha, et tööandjad soovivad tervisedendusega seotud kulusid katta pigem maksuvabalt kui koos maksudega. (vt Joonis 10)



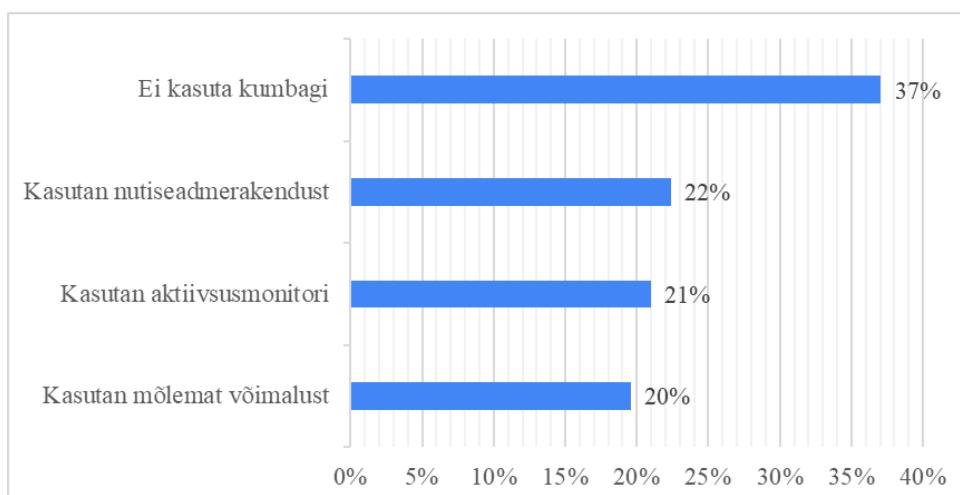
Joonis 10. Töötaja tervise edendamisega kaetud kvartaalsed kulud maksudega, maksuvabalt või ei hüvitata seotult liikuvusega töökohal

Allikas: Autori koostatud, lisa 4 andmetel

Märkus:

Analüüsist jäeti välja nende inimeste andmed, kes eelnevalt ei teadnud öelda töötaja tervise edendamisega seotud kulude summat kvartaalselt.

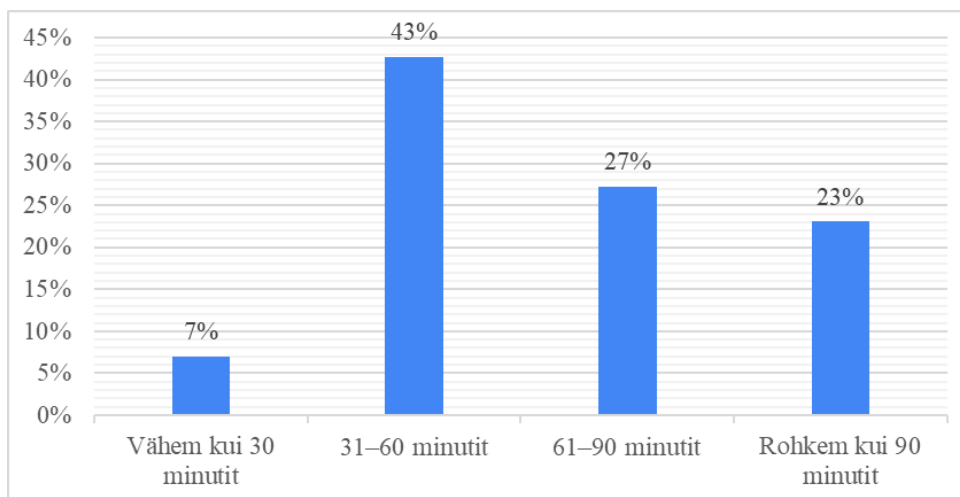
Järgnevalt käsitletakse liikumisaktiivsust, kus võeti arvesse 195 inimese vastused. Aktiivsusmonitori ja/või nutitelefoni rakendust ei kasuta 37% vastajatest. Samas nutiseadmerakendust, mis loeb samme kasutab 22% vastajatest. Ainult aktiivsusmonitori kasutab seevastu 21% vastajatest. Mõlemat võimalust kasutab hetkel kõige vähem ehk 20%. Kui vaadata üldiselt, kui paljud kasutavad kõigi vastajate hulgast mingit rakendust, mis loeb samme, siis selgub, et neid kasutatakse 26% rohkem. (vt Joonis 11)



Joonis 11. Aktiivsusmonitori ja/või nutiseadme kasutamine

Allikas: Autori koostatud, lisa 5 andmetel

Kõige suurem sagedus ehk 43% vastajatest liiguvad keskmiselt ühes päevas 31–60 minutit. Seevastu 61–90 minutit liiguvad 27%. Rohkem kui 90 minutit on aktiivsed 23% vastajatest. Selgus, et vastajate seas oli kõige vähem neid inimesi, kes on vähem kui 30 minutit keskmiselt aktiivsed ühes päevas. Neid oli kokku 7%. (vt Joonis 12)



Joonis 12. Vastanute liikumisaktiivsus minutites keskmiselt ühes päevas
Allikas: Autori koostatud, lisa 5 andmetel

Autor soovis uuringu käigus teada saada ka seda, kui perspektiivikas oleks tööelistele pakkuda alternatiivset maksusoodustust. Eeldades, et see ei ole seotud tööandja ja tema võimalustega. Selle jaoks pakuti vastajatele varianti, kas nad oleksid nõus tegema rohkem samme, kui nende jalgsi liikumist võrdsustatakse sportimisega. See tähendaks, et tuludeklaratsioonis arvestatakse seda mahaarvamisenä ja aastas saaks füüsiline isik 400 eurolt tagasi 80 eurot tulumaksu.

Liikumisaktiivsust olid nõus suurendama 122 inimest seoses tulumaksu tagastusega, mis teeb 85% vastanutest. Antud ideed ei pooldanud 22 vastajat ehk 15%. (lisa 5 andmetel)

Allolev tabel näitab nende inimeste vastuseid, kes pooldasid ideed saada tuludeklaratsiooni alusel iga aasta 400 eurolt tagasi 80 eurot tulumaksu. Praegu teevad 44% vastajatest 6 001–10 000 sammu. Kui anda võimalus tulumaksu tagastamiseks, siis sellisel juhul liiguksid 50% vastajatest juba rohkem kui 10 000 sammu. Samuti on näha ka seda, et praegu liigub nendest 7% vähem kui 2 000 sammu keskmiselt ühes päevas. Kui vastajad saaksid tulumaksu tagasi hakkaksid need inimesed liikuma palju rohkem. Antud selgitused näitavad, et tulumaksu tagastusel oleks positiivne mõju sammude hulga kasvule. (vt Tabel 6)

Tabel 6. Alternatiivse maksusoodustuse pooldajate liikumisaktiivsus sammudes keskmiselt ühes päevas praegu ja pärast

Liikumisaktiivsus sammudes keskmiselt ühes päevas	Praegu		Pärast		Muutus
	sagedus (tk)	suhteline sagedus (%)	sagedus (tk)	suhteline sagedus (%)	
Vähem kui 2 000 sammu	9	7%	0	0%	9
2 001–6 000 sammu	46	38%	13	11%	-33
6 001–10 000 sammu	53	44%	48	40%	-5
Rohkem kui 10 000 sammu	13	11%	60	50%	47
Kokku	121	100%	121	100%	18

Allikas: Autori koostatud

Samamoodi analüüsis autor ka nende vastajate sammude tegemise sagedusi, kes ei poolda tulumaksu tagastamist. Selgus, et 41% vastajatest teeb praegu 6 001–10 000 sammu keskmiselt ühes päevas. Hiljem teeks seda samamoodi 41% vastanutest. Sama on ka teiste sammude arvude juures. Seetõttu võib julgelt väita, et mitte ükski inimene ei muudaks oma keskmist päevast sammude arvu. (vt Tabel 7)

Tabel 7. Alternatiivse maksusoodustuse mitte pooldajate liikumisaktiivsus sammudes keskmiselt ühes päevas praegu ja pärast

Liikumisaktiivsus sammudes keskmiselt ühes päevas	Praegu		Pärast		Muutus
	sagedus (tk)	suhteline sagedus (%)	sagedus (tk)	suhteline sagedus (%)	
Vähem kui 2 000 sammu	1	5%	1	5%	0
2 001–6 000 sammu	7	32%	7	32%	0
6 001–10 000 sammu	9	41%	9	41%	0
Rohkem kui 10 000 sammu	5	23%	5	23%	0
Kokku	22	100%	22	100%	0

Allikas: Autori koostatud

Siinkohal tuuakse välja viis põhilist põhjendust. Enamasti märgiti, et raha motiveerib vähe. Näiteks leiti, et kõike ei saa rahasse panna. Liikumine peaks tulema enda motivatsioonist, mitte rahast. Samuti märgiti, et väljatoodud 80 eurot on liiga väike summa lisamotivatsiooni tekitamiseks. Seisukohast saab välja tuua veel selle, et vastanud on piisavalt füüsiliselt aktiivsed ja seetõttu ei motiveeriks see neid rohkem liikuma. Samuti leiti, et sporti teha ikka enda, mitte raha pärast või töö ja pere kõrvalt puudub aeg olla piisavalt füüsiliselt aktiivne. Ainult üks vastaja leidis, et talle ei meeldi idee, et väline osapool sekkub tema ellu sellisel määral, et ta peab tõendama palju ta liigub. (lisa 5 andmetel)

3.4 Järeldused ja ettepanekud

Uuringust selgus, et 57% vastanutest hüvitab tervise edendamise seotud kulud tööandja. Seega on päris palju ka neid töötajaid, kellel antud hüvitist ei võimaldata.

Tervisedendusega seotud kulude katmine kvartalis on autori arvates veidi muret tekitav, kuna selgus, et tööandja, kas maksab kulud kinni 51–100 eurot ehk maksuvaba piirmäära ulatuses või ei maksta üldse. Üle saja euro hüvitavad vähesed tööandjad. Seda kõike kinnitavad ka EMTA-lt laekunud andmed, mille kohaselt vähenes 2020. aastal nii ettevõtete arv, kes deklareeris tervisedendusega seotud kulusid, kui ka deklareeritud summa suurus. Lähtudes sealjuures nii INF 14 kui ka TSD lisa 4 andmetest (lisa 1 alusel).

Antud uuringu põhjal leiab autor, et lepinguvormid mängivad suurt rolli tervisedenduse kulude katmisel. Protsentuaalselt oli töölepinguga töötavatel isikutel hüvitamise (53%) ja mitte hüvitamise (24%) vahe kõige suurem, mis näitab, et 29% hüvitatakse rohkem. Seevastu teiste lepinguvormide puhul selgub, et hüvitatakse 7% võrra vähem, kuna vastanutest saavad hüvitist 8% ja ei saa 15%. (vt Tabel 5)

Seos töökoha liikuvuse ja töötaja tervisedendusega seotud kulude katmise vahel ei saa autor väita, et seost ei ole üldse olemas. Uuringust tuleb välja, et istuvatel töökohtadel hüvitatakse rohkem kulusid (72%) kui seda tehakse liikuvatel töökohtadel (45%). Analüüsist selgus, et tööandjad soovivad tervise edendamise seotud kulusid katta siiski maksuvabalt ja väga vähesed maksavad rohkem kui sada eurot kvartalis. (vt Joonis 10)

Vastuseid analüüsides selgus, et vastajad olid juba praegugi piisavalt füüsiliselt aktiivsed. Sealjuures ligi 50% vastajatest liikusid 31–60 minutit keskmiselt ühes päevas. See katab ära 150 minutit nädalas, mis oli WHO soovitus kehalise aktiivsuse osas. Need vastajad, kes pooldasid alternatiivse maksusoodustuse võimaldamist ehk 85% liiguksid ka keskmiselt ühes päevas rohkem samme, mis suurendaks liikumisaktiivsust veelgi. Autor leiab, et seda saaks läbi alternatiivse maksusoodustuse veelgi suurendada. See aitaks kaasa ka Eesti spordipoliitika põhialustes välja toodud eesmärgile – 2030. aastaks jõuda Põhjamaade tasemele vaimse ja kehalise tasakaalu osas.

Paikkonna tervisemõjurite uuringu põhjal oletati, et liikumisaktiivsus sõltub ka inimese hetkelisest tööhõivest. Seetõttu on oluline siinkohal ära märkida, et ainult alternatiivne

maksusoodustus ei tõsta liikumisaktiivsust, vaid töökohtadel on selle juures sama oluline roll. Kuna töötavad inimesed liiguvad rohkem kui tööturul mitteaktiivsed ja töötud (vt Tabel 3).

Ettepanekutes leiab autor, et antud juhul ei piisaks ainult maksuvaba piirmäära tõstmisest. Kuna hetkel ei ole tervise edendamisega seotud kulude katmine kohustuslik, siis seetõttu olekski vaja anda igal inimesel võimalus hoolitseda ise oma tervise ja heaolu eest. Antud juhul lõputöö käigus välja pakutud alternatiivse maksusoodustuse kasutamise võimalus kõikidele Eesti tööealistele inimestele.

KOKKUVÕTE

Tervise edendamine töökohal ja alternatiivse maksusoodustuse pakkumine üheskoos aitaks vähendada ülekaaluliste ja rasvunud inimeste osakaalu Eesti elanikkonna seas. Samuti oleks suurem võimalus jõuda Eesti spordipoliitika põhialustes välja toodud eesmärgini – 2030. aastaks jõuda Põhjamaade tasemele vaimse ja kehalise tasakaalu osas.

Töö eesmärk sai täidetud. Selleks oli välja selgitada tervisedendusega seotud maksusoodustuste kasutamine ning kui perspektiivikas oleks tööealistele pakkuda võimalust saada alternatiivset maksusoodustust. Eeldades, et need ei oleks seotud konkreetse tööandja ja tema võimalustega.

Käesoleva uuringu põhjal jõudis autor kõikide uurimisküsimuste vastusteni. Uuringu analüüsi läbiviimiseks koostas autor ankeetküsitluse, millele vastas Eesti tööeline elanikkond. Sellest lähtuvalt otsis autor neljale uurimisküsimusele vastuseid, millest kõik leidsid ka vastused.

Esimese küsimuse analüüsi juures selgus, et tervisedendusega seotud kulused hüvitatakse rohkem nendele, kellega on sõlmitud tööleping (77%). Antud aspektist tuleb tähelepanu pöörata ka tööandjate tervise edendamisega seotud kulude hüvitamise suurusele. Kuna tööandja, kas maksab antud kulud kinni 51–100 euro ehk maksuvaba piirmäära ulatuses või ei hüvita üldse. Seda näitas ka Maksu- ja Tolliametilt laekunud andmed, mille kohaselt vähenes 2020. aastal nii ettevõtete arv kui ka deklareeritud summa suurus.

Läbiviidud uuringu põhjal leidis autor teisele uurimisküsimusele vastuseks, et lepinguvormid mängivad suurt rolli tervisedenduse kulude katmisel. Kuna protsentuaalselt oli töölepinguga töötavatel isikutel hüvitamise ja mitte hüvitamise vahe kõige suurem.

Kolmanda küsimuse puhul on autor seisukohal, et uuringu analüüsile tuginedes ei saa öelda, et töökoha liikuvuse ja töötaja tervisedendusega seotud kulude vahel puuduks seos. Kuna uuringust tuleb välja, et istuvatel töökohtadel hüvitatakse rohkem kulused kui seda tehakse liikuvatel töökohtadel. Lähtudes maksustamise aspektist, leiab autor, et tööandjad soovivad tervise

edendamisega seotud kulused katta siiski maksuvabalt ja väga vähesed hüvitavad rohkem kui sada eurot kvartalis.

Neljanda uurimisküsimusega uuris autor vastajate suhtumist alternatiivsesse maksusoodustusse. Eeldades, et see ei ole seotud töandja ja tema võimalustega. Vastajatele pakuti välja, et nende jalgsi liikumist võrdsustatakse sportimisega. See tähendaks seda, et tuludeklaratsioonis arvestatakse seda mahaarvamisenä ja aastaks saaks iga füüsiline isik 400 eurot tagasi 80 eurot tulumaksu. Seda pooldas 85% vastajatest, kes liiguksid sellisel juhul keskmiselt ühes päevas rohkem samme, kui praegu. See suurendaks omakorda liikumisaktiivsust veelgi.

Antud järeldusi ja ettepanekuid saaks arvesse võtta Eesti riigi maksupoliitikas, et suurendada inimeste liikumisaktiivsust ja teha nn kättesaadavamaks tervise edendamisega seotud maksusoodustusi. Tõstes maksuvaba piirmäära, oleks ka töandjatel võimalik rohkem panustada töötajate tervisedendusse. Samuti võiks anda töötajatele võimaluse saada ka alternatiivset maksusoodustust, mis ei oleks seotud töandjate võimalustega.

Autor näeb mitmeid teema edasiarendamise võimalusi. Võiks uurida, milline on pakutud alternatiivse maksusoodustuse mõju riigieelarvele ning COVID-19 mõju tervise edendamisele töökohal.

SUMMARY

INFLUENCING HEALTH PROMOTION OF ESTONIAN WORKING-AGE POPULATION THROUGH TAX POLICY

Annika Õisnurm

The choice of the topic was based on its topicality in modern Estonian society. In addition to the author's observation that the future trend seems to be shorter employment relationships and more often people sign different contract forms (contract for services/service agreement), which also affect health promotion at the place of work. The general population of obesity and overweight have also been one of the biggest health problems for a long time. These two aspects in turn affect the health and general well-being of the workforce. In particular, it looks like working people are the group of people who are the most overweight or obese (TAI 2019).

The aim of the work is to find out the use of tax incentives related to health and if, in the long term, it would be possible to offer alternative tax incentives to working ages. Assuming that they would not be related to a particular employer and its options. An alternative tax credit is the possibility of a natural person receiving income tax returns for mobility activity on the basis of a tax return.

During the final work, the author raised four research questions:

1. How many companies and at what level are compensating for health promotion costs?
2. To what extent are the forms of contract affected by the possibility of obtaining benefits offered by the employer to promote health?
3. What is the link between the mobility of the workplace and the coverage of costs related to the health of the worker?
4. What impact will the habit of people's movement have on the possibility of using alternative tax incentives that would not be linked to a particular employer and his or her options?

The author uses both qualitative and quantitative research methods in the final work. Data collection method was used according to document review and questionnaire survey. For the purpose of carrying out the survey, the author prepared a survey which was directed electronically to the Estonian working-age population. The author used the statistics (frequency distributions) and qualitative analysis of content in the case of open answers in analyzing the answers of the survey. 144 people responded to the questionnaire survey, 15 of whom were excluded from the health promotion part.

The most important results suggest that if people have been offered the opportunity by the employer to benefit from health promotion, then as a rule it is used. In particular, the tax-free threshold and depending on the form of the contract as well as the mobility of the workplace. In order to not depend solely on the employer, people should be offered an alternative tax incentive. Promoting health in the workplace as well as offering alternative tax incentives would help reduce the share of overweight and obese people among Estonian working-age residents.

KASUTATUD ALLIKATE LOETELU

- Cavanaugh, R. (2018). *What is Sweatcoin and how does it work?* Kättesaadav: <https://www.digitaltrends.com/health-fitness/what-is-sweatcoin/>, 14. jaanuar 2021.
- Eesti kaubandus-tööstuskoda. (2021). *Tervise edendamise maksuvaba piirmäär tuleks tõsta*. Kättesaadav: <https://www.koda.ee/et/uudised/tervise-edendamise-kulude-maksuvaba-piirmaara-tuleks-tosta>, 04.märts 2021.
- Eesti spordipoliitika põhialused aastani 2030. RT III, 20.02.2015, 2. Kättesaadav: <https://www.riigiteataja.ee/akt/320022015002>, 12. jaanuar 2021.
- ENWHP. (2007). *Luxembourg Declaration on Workplace Health Promotion in the European Union*, 2.
- Käen, P. (2015). *Aktiivsusmonitorid ja nutikellad – mis, kellele ja milleks?* Kättesaadav: <https://digitark.ee/aktiivsusmonitorid-ja-nutikellad-mis-kellele-ja-milleks/>, 14. jaanuar 2021.
- LHV. (2018). *Sweatcoin jõudis Eestisse, sees LHV Noortepanga pakkumine*. Kättesaadav: <https://fp.lhv.ee/news/newsView?locale=et&newsId=5332743>, 14. jaanuar 2021.
- Lusmägi, P., Einasto, M., Roosmaa, E.L. (2015). *Leisure-time Physical Activity Among Different Social Groups of Estonia: Results of the National Physical Activity Survey*, 69.
- Maksu- ja Tolliamet. (2021). *Maksusoodustus tervise- ja spordikuludele*. Kättesaadav: <https://www.emta.ee/et/ariklient/tulu-kulu-kaive-kasum/erisoodustused/maksusoodustus-tervise-ja-spordikuludele-alates-1>, 10. jaanuar 2021.
- Nutbeam, D. (1998). Health promotion glossary. *Journal of Health Promotion International*, 4 (13), 4.
- Oja, S. (2020). *Baltikumi suurim terviseteenuste keskkond muutis nime: SportID-st sai Stebby*. Kättesaadav: <https://turundajatehit.ee/baltikumi-suurim-terviseteenuste-keskkond-muutis-nime-sportid-st-sai-stebby/>, 14. jaanuar 2021.
- Sotsiaalministeerium. (2016a). *Toitumise ja liikumise roheline raamat*, 48–50. Kättesaadav: https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/Tervishoid/tervise_roheline_raamat/toitumise_ja_liikumise_roheline_raamat_15.11versioon.pdf, 05. aprill 2021.

- Sotsiaalministeerium. (2016b). *Toitumise ja liikumise roheline raamat*. Kättesaadav: <https://www.sm.ee/et/toitumise-ja-liikumise-roheline-raamat>, 12. jaanuar 2021.
- Sotsiaalministeerium. (2020). *Tervisedendus*. Kättesaadav: <https://www.sm.ee/et/tervisedendus>, 12. jaanuar 2021.
- Stebby. Kättesaadav: <https://stebby.eu/et/ettevottele/>, 14. jaanuar 2021.
- TAI (2012). PTU616: Jalgsi või jalgrattaga liikumine vähemalt 30 min korraga soo ja tööhõiveseisundi järgi [E-andmebaas]. Kättesaadav: https://statistika.tai.ee/pxweb/et/Andmebaas/Andmebaas_05Uuringud_05PTU_06Kehaline/PTU616.px/table/tableViewLayout2/, 30. märts 2021.
- TAI (2019). TKU44: Kehamassiindeks soo, vanuserühma ja majandusliku aktiivsuse järgi [E-andmebaas]. Kättesaadav: https://statistika.tai.ee/pxweb/et/Andmebaas/Andmebaas_05Uuringud_02TKU_04Liikumine/TKU44.px/table/tableViewLayout2/, 30. märts 2021.
- TAI. (2020). *Tervisedendus*. Kättesaadav: <https://www.tai.ee/et/tegevused/tervise-edendamine>, 12. jaanuar 2021.
- Tearu, K. (2018). *SportID abiga on sporditoetuse haldamine lihtsam*. Kättesaadav: <https://www.impuls.ee/et/uudised/sportid-abiga-on-sporditoetuse-haldamine-lihtsam>, 14. jaanuar 2021.
- Tehnopol. (2019). *Kas aktiivsusmonitorid parandavad tervist?* Kättesaadav: <https://www.tehnopol.ee/kas-aktiivsusmonitorid-parandavad-tervist/>, 14. jaanuar 2021.
- Telia. (2018). *Telia hakkas sammude eest tasuta internetti jagama*. Kättesaadav: <https://www.telia.ee/uudised/telia-hakkas-sammude-eest-tasuta-internetti-jagama/>, 14. jaanuar 2021.
- Tekkel, M., Veideman, T., Rahu, M. (2010). *Changes over fourteen years in adult obesity in Estonia: socioeconomic status and use of outpatient health services*, 18 (4), 186–189.
- TuMS RT I, 19.11.2010, 7.
- ÕS = Eesti Õigekeelsussõnaraamat. (2018). Tallinn: Eesti Keele Sihtasutus.

LISAD

Lisa 1. Teabepäring Maksu- ja Tolliametile

Palun avaldada informatsiooni alljärgneva kohta:

- 1) INF14 (töötajate arv ja summa ning palju ettevõtteid on deklareerinud) 2018, 2019 ja 2020 kohta;
- 2) TSD lisa 4 koodil 4120 (tervise edendamise seotud kulud) deklareeritud summad ja deklaratsiooni esitanud ettevõtete arv 2018, 2019 ja 2020 kohta;
- 3) Kui palju on töötamise registris isikuid 2020. aasta lõpu seisuga?

Päringu vastus.

- 1) Andmed INF14 2018, 2019 ja 2020 kohta.

INF14			
aasta	tööt.arv	dekl.summa	ettev.arv
2018	62782	7099355	3889
2019	69007	9928020	4180
2020	75540	8874560	3726

- 2) Andmed TSD lisa 4 koodil 4120 deklareeritud summad ja deklaratsiooni esitanud ettevõtete arv 2018, 2019 ja 2020 kohta.

TSD lisa4 kood 4120		
aasta	ettev.arv	dekl.summa
2018	949	2106701,4
2019	897	2148202,5
2020	838	1716117,4

- 3) Andmed arvuliselt töötamise registris olevate isikute kohta 2020. aasta lõpu seisuga.

Kehtiv leping seisuga 31.12.2020, (sh ka peatatud kanded)	
aasta	isikute arv
2020	612859

Lisa 2. Küsimustik

Lugupeetud vastaja!

Olen Tallinna Tehnikaülikooli majandusteaduskonna tudeng, kes kirjutab bakalaureusetööd teemal „Eesti tööealise elanikkonna tervisedenduse mõjutamine läbi maksupoliitika“. Käesoleva uuringuga tahab autor välja selgitada tööealiste inimeste liikumisaktiivsuse ja tööandja panuse töötajate tervisedendamisse. Soov on panna inimesed rohkem liikuma ja seeläbi hoolitseda oma tervise eest.

Suur aitäh, et leiate need 2–4 minutit, et vastata antud küsimustikule. Kõik vastused jäävad anonüümseks. Saadud tulemusi kasutatakse uuringus üldistatud kujul.

NB! Küsitlusele vastates võtke aluseks üks konkreetne ettevõtte, kus hetkel töötate või viimati töötasite. Paremaks mõistmiseks seletan esmalt lahti ka tervisedenduse mõiste.

Lisaküsimuste korral kirjuta anoisn@taltech.ee.

MÕISTE SELETUS: TERVISEDENDUS (TERVISEEDENDUS)

Tegu on valdkonnaga, mis tegeleb terviseriskide ennetamise, vähendamise ning inimeste teadlikkuse tõstmisega. Eesmärgiks on suurendada inimeste võimekust omada enda tervise üle kontrolli ning seeläbi oma tervist tugevdada.

ÜLDINE INFORMATSIOON

Sugu *

- Naine
- Mees

Vanusevahemik *

- 16–24 a
- 25–34 a
- 35–44 a

- 45–54 a
- 55–64 a

Rahvus *

- Eestlane
- Venelane
- Muu

Teie (bruto)sissetulek kuus *

- 0 eurot
- 1–500 eurot
- 501–700 eurot
- 701–900 eurot
- 901–1 100 eurot
- 1 101–1 300 eurot
- 1 301 ja enam eurot

Hetkel Te: *

- Töötate töölepingu alusel
- Töötate töövõtulepingu/käsunduslepingu alusel
- Olete tööturul mitteaktiivne
- Olete töötu
- Muu

TERVISE EDENDAMINE TÖÖKOHAL

Tulenevalt tulumaksuseaduse muudatustest ei maksustata alates 01.01.2018 erisoodustusena tervise edendamiseks tehtavaid kulutusi saja euro ulatuses töötaja kohta kvartalis, kui tööandja on neid võimaldanud kõikidele töötajatele.

Palun märkige, mida järgnevast loetelust võimaldab/pakub Teie tööandja: *

- Sportimisega seotud kulude katmist
- Taastusraviga ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist

- Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuste hüvitamist
- Täiendava ravikindlustuse katmist
- Ei hüvita ühtegi eeltoodust
- Muu

Kui Teie tööandja võimaldas eeltoodud hüvesid, siis palun märkige, millist hüve Te kasutate:

- Sportimisega seotud kulude katmist
- Taastusraviga ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist
- Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuste hüvitamist
- Täiendava ravikindlustuse katmist
- Ei kasuta ühtegi eelnimetatust
- Muu

Kui Te ei kasuta pakutavaid võimalusi, siis palun põhjendage.

Kui suures summas katab Teie tööandja tervise edendamise seotud kulusid kvartalis?

- 0 eurot
- 1–50 eurot
- 51–100 eurot
- Rohkem kui 100 eurot

Hinda skaalal oma liikuvust töökohal (1-väga istuv; 2-pigem istuv; 3-nii istuv kui ka liikuv; 4-pigem liikuv; 5-väga liikuv)

Väga istuv 1 2 3 4 5 Väga liikuv

ÜLDINE LIIKUMISAKTIIVSUS

Kas Te kasutate aktiivsusmonitori ja/või nutitelefoniga rakendust, mis loeb samme? *

- Kasutan aktiivsusmonitori
- Kasutan nutiseadme rakendust
- Kasutan mõlemat võimalust
- Ei kasuta mitte kumbagi

Te liigute keskmiselt ühes päevas *

- Vähem kui 30 minutit
- 31–60 minutit
- 61–90 minutit
- Rohkem kui 90 minutit

Hinnake oma liikumisaktiivsust sammudes keskmiselt ühes päevas *

- Vähem kui 2 000 sammu
- 2 001–6 000 sammu
- 6 001–10 000 sammu
- Rohkem kui 10 000 sammu

Kui Teie jalgsi liikumist võrdsustataks sportimisega, mida tuludeklaratsioonis arvestataks mahaarvamisenä st saaksite aastas 400 eurolt 80 eurot tulumaksu tagasi, siis kas see motiveeriks Teid rohkem liikuma (samme tegema)? *

- Jah
- Ei

Palun põhjendage eelmise küsimuse vastust, kui vastasite eitavalt.

Hinnake oma liikumisaktiivsust sammudes keskmiselt ühes päevas NÜÜD KUI saaksite sellelt tulumaksu tagasi *

- Vähem kui 2 000 sammu
- 2 001–6 000 sammu
- 6 001–10 000 sammu
- Rohkem kui 10 000 sammu

SUUR AITÄH VASTAMAST!

Lisa 3. Küsitluse vastused vastaja profiili kohta

Sugu *

Sugu	Vastanute arv kokku	Suhteline sagedus (%)	Suhteline sagedus tervisedendusest välja arvatute hulgast (%)
Naine	102	71%	6%
Mees	41	29%	4%
Kokku	143	100%	10%

Vanusevahemik *

Vanusevahemik	Vastanute arv kokku	Suhteline sagedus (%)
16–24 a	93	65%
25–34 a	27	19%
35–44 a	10	7%
45–54 a	11	8%
55–64 a	2	1%
Kokku	143	100%

Rahvus *

Rahvus	Vastanute arv kokku	Suhteline sagedus (%)
Eestlane	132	92%
Venelane	9	6%
Eestlanna + sakslanna	1	1%
Grusiinlane	1	1%
Kokku	143	100%

Teie (bruto)sissetulek kuus *

(Bruto)sissetulek kuus	Vastanute arv kokku	Suhteline sagedus (%)
0 €	14	10%
1–500 €	34	24%
501–700 €	21	15%
701–900 €	11	8%
901–1 100 €	9	6%
1 101–1 300 €	14	10%
1 301 ja enam €	40	28%
Kokku	143	100%

Hetkel Te: *

Tööhõive staatus	Vastanute arv kokku	Suhteline sagedus (%)
Tööga hõivatud	114	80%
a) töötate töölepingu alusel	88	77%
b) töötate töövõtulepingu/ käsunduslepingu alusel	26	23%
Tööturul mitteaktiivne	18	13%
Töötu	11	8%
Kokku	143	100%

Lisa 4. Küsitluse vastused tervise edendamise kohta

Palun märkige, mida järgnevast loetelust võimaldab/pakub Teie tööandja: *

Tööandja võimaldab/pakub korraga ühte hüve	Sagedus (tk)	Tööandja võimaldab/pakub korraga mitut hüve	Sagedus (tk)	Sagedus kordades kokku (tk)	Suhteline sagedus (%)
Sportimisega seotud kulude katmist	31	Sportimisega seotud kulude katmist	34	65	46%
Taastusraviga ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist	2	Taastusraviga ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist	31	33	24%
Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuste hüvitamist	1	Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuste hüvitamist	19	20	14%
Täiendava ravikindlustuse katmist	3	Täiendava ravikindlustuse katmist	15	18	13%
Hüved kokku	37	Muud hüved (prillide ostu toetus, sooduspakkumine, SportID krediit)	4	4	3%
Sagedus kordades	37	Hüved kokku	103	140	100%
		Sagedus kordades	36	73	57%
Ei hüvita midagi				54	42%
Ei tea				1	1%
Kokku tervikuna				128	100%

Kui Teie tööandja võimaldas eeltoodud hüvesid, siis palun märkige, millist hüve Te kasutate:

Töötaja kasutab korraga ühte hüve	Sagedus (tk)	Töötaja kasutab korraga mitut hüve	Sagedus (tk)	Sagedus kordades kokku (tk)	Suhteline sagedus (%)
Sportimisega seotud kulude katmist	39	Sportimisega seotud kulude katmist	13	52	67%
Taastusraviga ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist	2	Taastusraviga ja/või füsioteraapiaga seotud kulude katmist	9	11	14%
Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuste hüvitamist	0	Kliinilise logopeedi ja/või psühholoogi teenuste hüvitamist	3	3	4%
Täiendava ravikindlustuse katmist	4	Täiendava ravikindlustuse katmist	7	11	14%
Hüved kokku	45	Muud hüved (prillide ostu toetus)	1	1	1%
Sagedus kordades	45	Hüved kokku	33	78	100%
		Sagedus kordades	14	59	46%
Ei kasuta ühtegi eelnimetatust				14	11%
Ei hüvitata				54	42%
Ei tea				1	1%
Kokku tervikuna				128	100%

Kui Te ei kasuta pakutavaid võimalusi, siis palun põhjendage.

Erinevad põhjendused	Sagedus
Põhjendusega ja ei kasuta	10
a) Puudulik isikliku aja planeerimisoskus ja demotiveeritus	1
b) Koroonakriisi ajal ei saa kasutada	1
c) Kodukandis on tasuta sportimise võimalused (ettevõtte pakub)	1
d) Eelistan teistsuguseid treeninguid ja soodustused pole suured, et oleksid piisavalt ahvatlevad.	1
e) Puudub hetkel lihtsalt vajadus	5
f) Saan päevas oma trenni koguse kätte sõites jalgrattaga tööle ja käies väljas jooksmas pärast tööd.	1
Põhjenduseta ja ei kasuta	4
Ei hüvitata	54
Ei tea ettevõtte võimalusi	1
Kokku	69

Kui suures summas katab Teie tööandja tervisedendamisega seotud kulused kvartalis?

Tööandja katab tervise edendamisega seotud kulud kvartalis	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
0 € ehk ei hüvitata	54	42%
1–50 €	21	16%
51–100 €	40	31%
Rohkem kui 100 €	8	6%
Ei tea, aga kasutab	2	2%
Ei tea ja ei kasuta	2	2%
Ei tea üldse	1	1%
Kokku	128	100%

Hinda skaalal oma liikuvust töökohal (1-5)

Hinnang liikuvusele töökohal	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
Väga istuv (1)	32	25%
Pigem istuv (2)	28	22%
Nii istuv kui ka liikuv (3)	32	25%
Pigem liikuv (4)	17	13%
Väga liikuv (5)	19	15%
Kokku	128	100%

Lisa 5. Küsitluse vastused liikumisaktiivsuse kohta

Kas Te kasutate aktiivsusmonitori ja/või nutitelefonirakendust, mis loeb samme? *

Aktiivsusmonitori ja/või nutitelefonirakenduse kasutamine, mis loeb samme	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
Kasutan aktiivsusmonitori	30	21%
Kasutan nutiseadmerakendust	32	22%
Kasutan mõlemat võimalust	28	20%
Ei kasuta kumbagi	53	37%
Kokku	143	100%

Te liigute keskmiselt ühes päevas *

Liikumisaktiivsus keskmiselt ühes päevas	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
Vähem kui 30 minutit	10	7%
31–60 minutit	61	43%
61–90 minutit	39	27%
Rohkem kui 90 minutit	33	23%
Kokku	143	100%

Hinnake oma liikumisaktiivsust sammudes keskmiselt ühes päevas *

Liikumisaktiivsus sammudes keskmiselt ühes päevas	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
Vähem kui 2 000 sammu	10	7%
2 001–6 000 sammu	53	37%
6 001–10 000 sammu	62	43%
Rohkem kui 10 000 sammu	18	13%
Kokku	143	100%

Kui Teie jalgsi liikumist võrdsustataks sportimisega, mida tuludeklaratsioonis arvestataks mahaarvamisenä st saaksite aastas 400 eurot 80 eurot tulumaksu tagasi, siis kas see motiveeriks Teid rohkem liikuma (samme tegema)? *

Tulumaksuna raha tagasi saamine motiveeritus rohkem liikuma (samme tegema)	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
Jah	121	85%
Ei	22	15%
Kokku	143	100%

Palun põhjendage eelmise küsimuse vastust, kui vastasite eitavalt.

Erinevad põhjendused	Sagedus
Raha motiveerib vähe	8
On piisavalt füüsiliselt aktiivne	6
Sporti teha enda, mitte raha pärast	2
Töö ja pere kõrvalt puudub aeg	2
Välise osapoole sekkumine ei meeldi	1
Põhjendus puudus	3
Kokku	22

Hinnake oma liikumisaktiivsust sammudes keskmiselt ühes päevas NÜÜD KUI saaksite sellelt tulumaksu tagasi *

Liikumisaktiivsus sammudes keskmiselt ühes päevas	Sagedus (tk)	Suhteline sagedus (%)
Vähem kui 2 000 sammu	1	1%
2 001–6 000 sammu	20	14%
6 001–10 000 sammu	57	40%
Rohkem kui 10 000 sammu	65	45%
Kokku	143	100%

Lisa 6. Lihtlitsents

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks¹⁰

Mina Annika Õisnurm (autori nimi)

1. Annan Tallinna Tehnikaülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose “Eesti tööealise elanikkonna tervisedenduse mõjutamine läbi maksupoliitika“,
(lõputöö pealkiri)

mille juhendaja on Kaidi Kallaste,
(juhendaja nimi)

1.1 reprodutseerimiseks lõputöö säilitamise ja elektroonse avaldamise eesmärgil, sh Tallinna Tehnikaülikooli raamatukogu digikogusse lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;

1.2 üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tallinna Tehnikaülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas Tallinna Tehnikaülikooli raamatukogu digikogu kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.

2. Olen teadlik, et käesoleva lihtlitsentsi punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

3. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest ning muudest õigusaktidest tulenevaid õigusi.

13.05.2021 (kuupäev)

10 Lihtlitsents ei kehti juurdepääsupiirangu kehtivuse ajal vastavalt üliõpilase taotlusele lõputööle juurdepääsupiirangu kehtestamiseks, mis on allkirjastatud teaduskonna dekaani poolt, välja arvatud ülikooli õigus lõputööd reprodutseerida üksnes säilitamise eesmärgil. Kui lõputöö on loonud kaks või enam isikut oma ühise loomingu tegevusega ning lõputöö kaas- või ühisautor(id) ei ole andnud lõputööd kaitsvale üliõpilasele kindlaksmääratud tähtajaks nõusolekut lõputöö reprodutseerimiseks ja avalikustamiseks vastavalt lihtlitsentsi punktidele 1.1. ja 1.2, siis lihtlitsents nimetatud tähtaja jooksul ei kehti.