

## Eesti Väärikate Ülikoolid

# Eesti Väärikate Ülikoolide tegevus eakate õppimise toetamisel

Diana Heli

*Aasta-aastalt on Väärikate Ülikoolide populaarsus kasvanud nii paikkonniti kui õppijate arvu poolest, kaasates aktiivselt haridusellu ühiskonna väärikam ja vanem generatsioon. Eesmärgiks anda 50-aastastele ja vanematele inimestele teavet ühiskonnas toimuvate protsesside ja muutuste mõistmiseks, eluteel võrdväärseks liikumiseks ning aktiivseks võimetekohaseks osalemiseks ühiskondlikus elus (Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikool, 2014). Huvi uute teadmiste ja oskuste omandamise vastu on kindlamaks vahendiks vaimse säilitamise kõrges eas. Täiskasvanutele pakutav haridus peab olema seotud nii õppijate ning nende vajadustega kui ka ühiskonna ning selle nõudmistega (Jarvis, 1998, 300; Tulva, 2003, 23). Lähtuvalt uurimistöö teemast püstitati probleemküsimus: kuidas toetab Eesti Väärikate Ülikoolide tegevus eakate õppimist? Uurimistöö eesmärgiks on analüüsiv ülevaade Eesti Väärikate Ülikoolide tegevusest eakate õppimise toetamisel. Empiirilises uurimuses kasutati meetoditena fookusgrupi intervjuud, mille valimi moodustasid Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikooli viis üliõpilast ja poolstruktureeritud intervjuud Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikooli programmijuhiga. Tulemustest selgus, et elukestval õppel on väärikate elus oluline roll. Väärikad leidsid ühiselt, et nende õppimist on Väärikate Ülikool toetanud, olles vanemas eas inimestele väga oluline ja sobilik õppimise vorm. Täiendõppevorm, mis toetab inimest ühiskonnas toimuvate protsesside paremaks mõistmiseks ja igapäevaeluga toime tulemiseks.*

*Võtmesõnad: õppimine ja areng vanemas eas, eakate õppimise toetamine, Väärikate Ülikoolide tegevused.*

## Sissejuhatus

Tänapäeval on elukestval õppel inimeste elus väga oluline roll. Teadmised ja oskused on muutunud abivahenditeks, mis aitavad eluga paremini toime tulla. Selleks, et üha kiirenevas elutempos ühiskonna muutustega kaasas käia on vaja õppida – õppida nii noorel kui vanal. Tunnustatud täiendõppe professor Peter Jarvis (1998) on öelnud: „Õppimine on eluaegne protsess, mis on omandanud suurema tähenduse, kuna ühiskonnas toimuvate muudatuste kiirus on sedavõrd suurenenud, et selle liikmed on lausa sunnitud pidevalt õppima.“ (Jarvis, 1998, 21).

Olenemata vanusest pole kunagi liiga hilja midagi uut õppida või õpitut korrata. Seda fakti kinnitab tõsiasi, et kaks aastat tagasi õppis Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikoolis elurõõmus ja positiivne 100- aastane härrasmees August Puuste, tõenäoliselt vanim üliõpilane Eestis. Vanahärra pidas väga oluliseks vanemas eas inimestele loodud õppimise võimalust Väärikate Ülikoolis, sest just see andis võimaluse kuulata huvitavaid loenguid ja kohtuda põnevate inimestega. Saada vastuseid oma küsimustele ja olla kursis Eesti eluga ning tunda end siiski veel vajalikuna (Heli, 2014). Antud näitest võib järeldada, et õppida pole kunagi hilja, oluline on vaid soov ja tahe. Maailmas on levinud tava nimetada eakatele õppimisvõimalusi pakkuvaid organisatsioone Kolmanda Ea/Põlvkonna Ülikoolideks (University of the Third Age), mida eesti keeles tähistatakse ka lühendiga 3Ü – kolmas ülikool. Eelmise sajandi seitsmekümnenendatel Prantsusmaal, Toulouse Ülikooli juures alguse saanud Eakate Ülikool ei olnud lihtsalt õppimisvorm, vaid seda võis pidada liikumiseks, mis levis kiiresti ka teistesse riikidesse (Tambaum, 2014).

Eesti Väärikate Ülikoolid on alles noor organisatsioon, kuid on väga kiiresti võitnud populaarsuse eakate prouade ja härrade seas. Meedias on läbi käinud artiklid järgmiste pealkirjadega: „Väärikate ülikooli on suur tung“, „Väärikate ülikooli jookstakse tormi“, „Väärikate ülikooli populaarsus püsib endiselt kõrge“. Eestis on kõige pikemat aega tegutsenud Tallinna Kolmanda Nooruse Rahvaülikool. 2010 a. alustas tegevust Tartu Ülikooli loodud Väärikate Ülikool, mille filiaalid pakuvad loenguid Tallinnas, Tartus, Pärnus, Türil, Viljandis, Narvas ja Kuressaares. 2011. aastast tegutseb Tallinna Ülikooli Terviseteaduste ja Spordi Instituudi loodud Eakate Tervise ja Liikumise Ülikool. Tallinna Ülikooli doktorandi Tiina Tambaumi hinnangul, kes uurib eakate õppimise ja õpetamise probleeme Eestis, on Väärikate Ülikooli töö Eestis tänuväärne, kuid eakate õppimise valdkond Eestis uurimata (Tambaum, 2014).

Uurimistöö teemast lähtuvalt on probleemküsimuseks: kuidas toetab Eesti Väärikate Ülikoolide tegevus eakate õppimist ning eesmärgiks analüüsiv ülevaade Eesti Väärikate Ülikoolide tegevusest eakate õppimise toetamisel. Empiirilises uurimuses kasutati meetoditena fookusgrupi intervjuud, mille valimi moodustasid Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikooli viis üliõpilast ja poolstruktureeritud intervjuud Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikooli programmijuhi Mari

Suurvälja. Artikkel on mõeldud organisatsioonidele/õppeasutustele, mis pakuvad väärikatele õppimisvõimalusi, ennekõike Väärikate Ülikoolidele.

## Vanemaealisuse määratlus

Vananemine on nii tänapäeva Eesti kui ka kogu Euroopas üks suurimaid väljakutseid. Tänu paranenud tervishoiuteenustele, toitumistavadele ja parematele sotsiaalingimustele on oodatav eluiga hakanud tõusma. Eurostat'i statistiliste andmete kohaselt on 65-aastaste ja vanemate inimeste osakaal jõudnud 16%-ni enamikus 27-s Euroopa Liidu liikmesmaas (MindWellness project, 2010). 50-aastased ja vanemad elanikud moodustavad Eesti rahvastikust 36%. Rahvastiku vananemine ja vanemaealiste osakaalu kasv ühiskonnas kohustab riike hindama ja muutma oma seniseid sotsiaalpoliitilisi ja majanduslikke suundi, et tagada oma ühiskondade jätkusuutlik sotsiaalmajanduslik areng (Sotsiaalministeerium, 2013). Eakate juhtideeks on edukas ja väärikas vananemine, mis kätkeb endas võimalikult iseseisvat toimetulekut oma eluga. Mõistagi sõltub see igaühe elujõust, aga ka tervisest ning elulaadist. On hulgaliselt neid, kes eduka vananemise põhimõtted suudavad tegelikkuses realiseerida. Pensioniea pikenemine ja tehnoloogia kiire areng nüüdisaegses ühiskonnas on loonud olukorra, milles üha kasvav hulk eakaid soovib veel õppida. Praegu on uue orientiirina eluaegse õppimisidee kontekstis esile kerkinud huvi eakate ühiskonda reintegreerimise vastu. Kujunemas on hariduspoliitiline suund, mis peab silmas eakaid õppijaid ja hakkab enam väärtustama täiskasvanukoolitust (Tulva, 2003, 5, 56).

## Õppimine ja areng vanemas eas

Vananemine on elukaare vaatenurgast nähtuna aina kaugemale nihkunud. Normaalse vananemise puhul, kuni kaheksakümnenenda eluaastani, säilib mälu, loovuse ja mõtlemisvõime peaaegu muutumatuna. Samas on selge, et koos bioloogilise vananemisega tekivad muutused ajus (Tulva, 2003, 22-24). Enesestmõistetav nähtus on see, et kui füüsilise keha areng on saavutanud oma haripunkti, hakkab ta manduma. Teatud määral on õppija võime informatsiooni assimileerida ja töödelda seotud tema füüsilise tervise tasemega. Knox (1997) väidab, et füsioloogiline seisund ja füüsiline tervis võivad mõjutada õppimist ja tunnetust erineval viisil. Tundlikkuse nõrgenemine, nagu näiteks nägemise halvenemine või kuulmise kadumine, võivad olla takistuseks sensoorsele vastuvõtule. Puudulik ajuvereringe või ka stress võivad nõrgendada mälu. Nõrk tervis vähendab väliste sündmustele pööratavat tähelepanu. Kuna need tegurid (nägemisteravuse langus, kuulmisteravuse langus, energia vähenemine) mõjutavad nii täiskasvanu õppimist kui ka õpetamist, tuleb nendega arvestada (Knox, 1997, 410; Jarvis, 1998, 70,107).

Muidugi on täiskasvanueas õppimisel teatud iseärasused. On teada, et vanuse kasvades suurenevad individuaalsed erinevused keerukate ülesannete lahendamisel. Täiskasvanu kasutab oma kogemusele, analüüsivõimele ja situatsioonitajule tuginevaid võtteid (Märja, Lõhmus, Jõgi, 2003, 73; Tambaum, 2014). Vanem õppiija vajab omandamiseks ja õpitu sügavamaks mõtestamiseks enam aega. Individuaalsed erinevused on täiskasvanute puhul suured. Seepärast õpivad eakamad inimesed paremini, kui saavad seda teha endale sobivas tempos koos regulaarsete pausidega (Märja, Lõhmus, Jõgi, 2003, 74).

Vananemise kulgu mõjutab ka tema elulaad ja aktiivsus. Vananemine pärsib kõige enam inimese kiirust, kuid kogemused aitavad selle vajakajäämise kompenseerida. Uurimused on tõestanud, et üldiselt muutuvad inimesed aastatega vähe. Need, kes on olnud silmapaistvad ja aktiivsed noores eas, ei kaota oma sära hiljemgi (Tulva, 2003, 23). Vanuse kasvades paranevad kriitilise mõtlemise võime ja probleemide lahendamise oskus. Ka loovus ei ole seotud eelkõige vanuse, vaid elu jooksul kujunenud hoiakutega.

Viimaste kümnendite aju-uuringud on näidanud, et:

- aju taastoodab ajurakke kui inimene kogeb midagi arendavat või tegeleb õppimisega;
- aju on võimeline tootma uusi ajurakke kogu eluaja jooksul, kuni surmani;
- aju emotsioone juhtiv süsteem muutub vanusega järjest küpsemaks ja tasakaalustatumaks;
- vanema inimese aju funktsioonid ei ole jagatud kahe ajupoolkera vahel, vaid neid kasutatakse korraga.

See kõik annab aluse senisest palju optimistlikumale suhtumisele inimese arenguvõimalustest elu teises pooles (Tambaum, 2014). Suurimaks õppimist takistavaks teguriks peavad eakad ise mälu nõrgenemist. See mõjutab info vastuvõtmist, selle tõlgendamist, meespidamist ning meelde tuletamist. Õppesituatsioonis saab mälutegevust toetada vihjete abil ja tähelepanu suunamisega. Pildid, analoogsed tekstid ja metafoorid aitavad siduda uusi teadmisi varasemate teadmiste ja kogemustega. Õppimise ja juhendamise teel edendatakse tegevuste automatiseerumist, mis kergendab informatsiooni läbitöötamist ja parandab mälu (Tulva, 2003, 60).

Korkiakanga (2001, viidanud Tulva, 2003) kasvatusteaduslikes uurimustes on toodud andmed õppimise motivatsioonist ja sellest, mida õppimine eakale tähendab. Õppimispsühholoogilised uurimused eakate õppeprotsessist, probleemilahendamise oskustest, mälutegevusest ja info säilitamise võimest on toonud esile uut teavet tunnetusprotsesside säilitamisest ja paindlikkusest vanemas eas ning osundanud, et õppimine parandab mälu. Mälu – uuringute laiendamine argielu konteksti on andnud uusi praktilisi teadmisi eakate tunnetuslike funktsioonide plastilisusest.

Teadmine, et tunnetus- ja õpivõime püsib ka vanaduses juhul, kui mälu on pidevas töös ehk teisisõnu mälul „ei lasta rooste minna“, on eakate vähesest õpivõimest kummutanud müüdi (Tulva, 2003, 59). Kui täiskasvanutel võimaldatakse õppida neile sobiva tempoga, kui nad tunnevad end vabalt ja pingeta, siis võib mistahes eas täiskasvanu õppida tulemuslikult. Vanemas eas õppijale pakutav haridus peab olema seotud nii õppijate ning nende vajadustega kui ka ühiskonna ning selle nõudmistega (Jarvis, 1998, 109, 300).

Uuringutest on selgunud, et aju on võimeline tootma uusi ajurakke kogu eluaja jooksul. Tunnetus- ja õpivõime püsib ka vanaduses juhul, kui mälu on pidevas töös. Suurimaks õppimist takistavaks teguriks peetakse mälu nõrgenemist, kuid kogemused aitavad selle vajakajäämise kompenseerida.

### **Eakate õppimise toetamine**

Geragoogikakirjandus toob välja põhimõtted, mida tuleks rakendada ja arvestada eakate õppetöö korraldamisel (John, 1981; Requejo-Osorio, 2008; Formosa, 2011; Pincas, 2007; Nussbaum, 2008; Tambaum, 2014). Kirjeldatavaid printsiipe peaks järgima otseselt vanemaealistele suunatud arenduslikes tegevustes (väärikate ülikoolid, päevakeskuste kursused jne), generatsioonidevahelises individuaalõppes kui ka olukordades, kus õppetööst grupis võtavad osa erinevas vanuses inimesed, nende seas vanemaealised. Nendeks printsiipideks on: paindlikkus, mitmekesine õppetegevus, kasulikkus, tänapäevasus, aktiivsus ja iseseisvus, turvalisus, edutunne, jätkusuutlikkus, nauditavus ja mugavus ning kvaliteet. Vanemaealiste uute teadmiste, oskuste ja hoiakute kujundamisel on oluline paindlikkus. Pensionieas inimeste seas on väga erineva elukogemusega, haridusliku taustaga, erinevalt juurdunud õpiharjumustega, tervisliku seisundi, motivatsiooni ning võimetega inimesed. Iga õppija võiks saada edasi liikuda omas tempos ning õppeprotsessis peaks kasutama või võimaldama kasutada erinevaid õppimise ja õpitu kinnistamise stiile. Samuti peaks õppetegevus olema võimalikult mitmekesine ja põimunud. Selle põhimõtte rakendamine toetab kindlasti igas vanusegrupis õppijaid, kuid arvestades eakate motivatsiooni haprust, pingutuse suhtelist suurust ning eluetapi iseloomu, on see põhimõte eriti nende juures väga oluline. Õppetöö planeerimisel tähendab kasulikkuse printsiip nii õppesisu kui õppetöö tulemuse rakendatavust. Ei ole mõtet koostada toetavaid materjale liialt kaudse tähendusega või vormis, mis ei ole seotud sisu kasutamisega reaalses elus.

Eakate õppimise pragmaatiline mõte ja eesmärk on toetada inimese iseseisvat hakkamasaamist tänapäeva (muutuvas) ühiskonnas. Eakate õppetöö korraldamisel on vaja tähele panna, et pakutav sisu, kasutatavad vahendid ja mõisted käiksid kaasas tehnoloogia, ühiskonna, kultuuri jt valdkondade arengutega.

Nii nagu andragoogikas, nõuab ka geragoogika, et iga õppija peab saama õppetöös osaleda autonoomse isiksusena. Tähele tuleb panna seda, et olulisi asju eaka õppija eest ära ei tehtaks. Kõike, millega inimene hakkama saab, peab ta saama teha ise. Uute teadmiste omandamisel peab saama avastada ja väljendada seoseid enda olemasolevate teadmiste ja uue vahel ning kasutama õpitut küsimustele vastamisel, arutluses, ülesannete lahendamisel vm aktiivses vormis. Kui õpitakse juurde oskusi, siis ilmselgelt tuleb anda võimalus neid proovida ja harjutada kuni sooritus õnnestub.

Eakate õpetamine peab toetama inimese tahet ja oskust jätkata õppimise ja enesearendamisega. Selleks tuleb õpetatava sisu edasiandmise kõrval tegeleda ka osalejate õppimisoskustega. Mistahes oskuste või teadmiste õppimisel tuleks tutvustada ka võtteid, kuidas kompenseerida vanusega vähenenud võimeid, (nt seoseta nähtuste meelespidamise taktikad), mismoodi ületada õppimisel tekkivaid takistusi (näiteks silmade väsimine, istumisest tekkiv kangestumine) ja suunata eakaid jälgima iseenda edenemist õppijana. Õppimine on lihtne, kui seda juhib inimese enda uudishimu, kui keskkond on rõõmus, kaasakiskuv ja mugav. Vanemad inimesed keskenduvad uue õppimisele vaid siis, kui neil on võimalik näha tulemust otsest seost iseenda ja oma eluga. Elukogenud inimestes uudishimu tekitamine eeldab kõnealuse sihtgrupi head tundmist. On ilmselge, et mistahes eagrupi õppetööd läbi viies peavad nii uued teadmised ja oskused kui nende edasiandmise professionaalsus olema maksimaalselt kõrged. Eakate juures tuleb seda kriteeriumit aga rõhutada (Tambaum, 2014).

## Väärikate Ülikoolid

Maailmas on levinud tava nimetada eakatele õppimisvõimalusi pakkuvaid organisatsioone Kolmanda Ea Ülikoolideks (University of the Third Age). Eakate õpet käsitlevas teaduskirjanduses on pidama jäädud väga lihtsale määratlusele – kolmas eluetapp elukaares on kätte jõudnud siis, kui inimesel puudub sund käia tööl leivateenimise eesmärgil ning puuduvad lastega seotud otsesed kohustused, ning kestab kuni surmaeelse füüsilise allakäiguni, mil inimene muutub teistest sõltuvaks (neljas iga) (Weiss & Bass, 2002, viidanud Tambaum, 2014).

Prantsusmaal Toulouse Ülikooli juures alguse saanud Eakate Ülikool, ei olnud lihtsalt õppimisvorm, vaid seda võis pidada Eakate Ülikooli liikumiseks. 3Ü liikumine on arenenud üle maailma, Eakate Ülikooli on vähemalt 60 riigis. Briti Eakate Ülikoolis viivad eakad õppijad õppetööd läbi omavahel. Vanaduspensionile jäänud inimesed, kellel on teadmised, oskused ja tahtmine, annavad neid edasi teistele omaealistele. Põhimõte on loogiline, sest vanemaks ei saa ju ainult potentsiaalne õppijate grupp, vaid pensionile jäävad ka endised õppejõud, õpetajad, eksperdid, spetsialistid ja iseõppijad.



Töö briti 3Ü-s toimub vabatahtlikkuse alusel ning palgalisi on vaid nii palju, kui palju on vaja administratiivseks tööks. Selle, mida õpetatakse ja õpitakse, määravad 3Ü liikmed ise, käsitledes nii teaduslikke küsimusi kui tavaliste igapäevaste probleemide lahendamist. Londoni 3Ü töötavad niinimetatud prantsuse põhimõttel, pakkudes ülikooli juures kindla struktuuriga kursuseid. Soomes, aga pakub 3Ü ülikoolides välja töötatud kursuseid ja tihtipeale on ka läbiviijad ülikoolidest, aga toimuvad nad kohalikes õppegruppides, linnades, valdades ja külades. Rakendatakse avatud uste põhimõtet ja nad moodustavad omavahel koostööd tegeva võrgustiku. Maltal jälle toimub nii ülikooli õppejõudude poolt peetavaid loenguid kui huvigruppide endi korraldatud sessioone, kus omavahel teadmisi jagatakse (Formosa, 2012; Jarvis, 1998; Tambaum, 2014). Eestis pakuvad spetsiaalselt väärikatele inimestele õppimisvõimalusi ülikoolide juures tegutsevad Väärikate Ülikoolid. Eestis on kõige pikemat aega tegutsenud Tallinna Kolmanda Nooruse Rahvaülikool (22. õppeaastat), mille põhieesmärgiks on eakate inimeste hoidmine kursis uute seisukohtadega tervise, toitumise, looduse, majanduse, kunsti ja kirjanduse alal. TKNR õppetöö (loengud, seminarid, keelte- ja käsitöötunnid) toimuvad Tallinna Tehnikaülikooli ruumides. Loenguil käsitletakse uut meie seadusandluses, sotsiaalalal, meditsiinis ja majanduses; korraldatakse ekskursioone ja teatrikülastusi. Aasta-aastalt on TKNR-i loengute populaarsus kasvanud ja õppijate arv tõusnud, küündides juba kuni 800 registreeritud kuulajani. Osavõtjad on kogenud, et osalemine TKNR populaarsetel ja mitmekülgsetel loengutel ja seminaridel tõstab nende aktiivsust ja suurendab kodanikutunnet, lülitab neid elukestvasse õppesse, arendab inimeste silmaringi ja initsiatiivi ühiskondlikus elus (Tallinna Kolmanda Nooruse Rahvaülikool, 2014).

Tartu Ülikooli Pärnu Kolledž alustas 2010. aastal Väärikate Ülikooli korraldamist (filiaalid pakuvad loenguid Tallinnas, Tartus, Türil, Viljandis, Narvas ja Kuressaares), et kaasata aktiivselt haridusellu ka ühiskonna väärikam ja vanem generatsioon. Kursuse eesmärgiks on anda 50-aastastele ja vanematele pärnumaalastele teavet ühiskonnas toimuvate protsesside mõistmiseks ning aktiivseks võimetekohaseks osalemiseks ühiskondlikus elus. Loob võimaluse omaealistega suhtlemiseks, liidab erinevaid generatsioone ja avardab valmidust ühiskonnas toimuvate muutustega toimetulekuks. Kursuse raames toimuvad kaks korda kuus loengud erinevatel päevakajalistel, poliitilistel, teaduslikel ja üldharivatel teemadel, lektoriteks on oma valdkonna tippspetsialistid, eksperdid, poliitikud ja avaliku sektori töötajad. Lisaks loengutele on väärikatel võimalus osa võtta praktilistest õpikodadest ja töötubadest, mille teemade ring on väga lai ja muutub igal õppeaastal. Toimuvad õppereisid ja ekskursioonid. Ainukeseks kitsaskohaks peavad projektijuhid/korraldajad õppima soovijate rohkust, sest üha raskem on leida ruume/ auditooriume, kuhu kõik õppijad loenguid kuulama mahuksid. See omakorda seab piirangud Väärikate Ülikooli vastuvõetavate arvule (Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikool, 2014).

2011. a. Tallinna Ülikooli Terviseteaduste ja Spordi Instituudi loodud Eakate Tervise ja Liikumise Ülikool sihtrühmaks on õpihimulised vanuses 50 aastat ja enam, kes peavad oma igapäevaelu oluliseks osaks teadlikku liikumist ning hoolivad oma tervisest. Kavas on loengud üldharivatel, silmaringi avardavatel ja praktilistel teemadel: tervislikud eluviisid, loodus, keskkond, inimene, ettevõtlus, seadusandlus. Toimuvad ka praktilised tegevused: võimlemine, kepikõnd ning tutvumine Tallinna avalikel terviseradadel pakutavate võimalustega. Kursus on vanemaealistele tasukohane – ühe loengu või praktikumi hinnaks on üks euro.

Loengute läbiviijateks on Tallinna Ülikooli õppejõud ning koostööpartnerid. Loengute motoks on: “Me ei lakka liikumast seetõttu, et vananeme, vaid vananeme seetõttu, et lakkame liikumast”. Eakate tervisespordi eesmärgiks võib pidada töövõime säilitamist nii kaua kui võimalik. See võimaldab iseseisvuse säilitamist ning loob tingimused täisväärtuslikuks eluks. Kehalise liikumise eesmärgid võivad olla erinevad, kuid teadlik tervislik liikumine on mitmekülgne vahend töövõime ja hea tervise seisundi alalhoidmiseks pikkadeks aastateks (Eakate Tervise ja Liikumise Ülikool, 2014).

Tänapäevases 3Ü liikumises nähakse mitmeid kitsaskohti, mis paradoksaalsel kombel tulenevad 3Ü enda suurest edust. Kuna Eakate Ülikoolid on väga populaarsed, siis on neil probleemid piisavalt suurte ruumide leidmisega ning osavõtjate logistikaga. 3Ü-d peavad osad soovijad jätma ukse taha, avatud ja lihtsa sisenemise printsiip ei toimi. Heidetakse ette ka seda, et 3Ü-d ei tegele paralleelselt uurimistööga. Selle põhjus on arusaadav, sest uurimistegevus nõuab ressursi, mida hea tahte alusel toimival ning suure nõudlusega liikumisel ei jätku. Kui puudub tagasisaade ja analüüs tehtava kohta, võib mattuda stagnatsiooni (Formosa, 2012; Jarvis, 1998; Tambaum, 2014).

## Meetod ja valim

Lähtuvalt uurimustöö eesmärgist viidi läbi fookusgrupi intervjuu, mis andis osalejatele võimaluse ühiseks koostööks. Väljendudes selles, et ühtede väärikate üliõpilaste mõtted ja näited, andsid tõuke ja kiirendasid teistelgi antud teema meenutamist ning väljaotsimist mälust. Eakate omavaheline koostöö ning nende vastastikune mõtete ärgitamine võimaldas uurija jaoks välja tuua mitmekülgseid aspekte ning rikastas kogutavat materjali. Intervjueeritavad said põhjalikult väljendada oma tundeid, arvamusi ja suhtumist konkreetsetel teemal (Vihalemm, 2014).

Uurimuse valimi (Tabel 1) moodustasid Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikooli viis üliõpilast- Linda, Kai, Ingrid, Aino ja Jüri. Uuritavad on kõik Väärikate Ülikooli üliõpilased; neli naist ja üks mees, kes on vanuse vahemikus 69-83 eluaastat. Uuritavate hariduslikuks taustaks on



kolmel keskeriharidus ja kahel kõrgharidus. Neist neli on õppinud Väärikate Ülikoolis avamisest alates – kuus aastat, ühele on see neljas õppeaasta.

Fookusgrupi intervjuu viie väärika üliõpilasega viidi läbi 27. veebruaril 2015. aastal. Intervjuu lindistati ja transkribeeriti. Andmete analüüsiks kasutati kvalitatiivset sisuanalüüsi. Kategooriate loomisel kasutati kombineeritud lähenemist.

Tabel 1 Valimit kirjeldavad profiilid

| Nimi   | Sugu | Vanus | Haridus        | Õppinud<br>Väärikate Ülikoolis |
|--------|------|-------|----------------|--------------------------------|
| Linda  | N    | 69    | kõrgharidus    | 6 aastat                       |
| Kai    | N    | 72    | kõrgharidus    | 6 aastat                       |
| Ingrid | N    | 83    | keskeriharidus | 4 aastat                       |
| Aino   | N    | 79    | keskeriharidus | 4 aastat                       |
| Jüri   | M    | 70    | keskeriharidus | 6 aastat                       |

Teise meetodina kasutati uurimuses poolstruktureeritud intervjuud, milles oli võimalik kasutada teemalaiendit, muuta küsimuste järjekorda, küsida täpsustavaid küsimusi. Vastaja pikaajaline töökogemus Väärikate Ülikooli programmijuhina andis hea ülevaate antud uurimustöö kontekstis, kuna on teemaga väga otseselt ja põhjalikult seotud. Samuti oli poolstruktureeritud intervjuu puhul intervjuueeritaval võimalus rahulikult küsimusi: kuulata – mõelda – vastata (Hirsjärvi jt, 2010).

Poolstruktureeritud intervjuu viidi läbi 21. veebruaril 2015. aastal Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikooli programmijuht Mari Suurvälga, kes on 67. aastane ja omab kõrgharidust. Tema puhul sai määravaks asjaolu, et Mari Suurväli on Väärikate Ülikooli eestvedajaks Tartu Ülikooli Pärnu Kolledžis kuus aastat ja on seda tööd juhtinud algusaastatest alates. Ta on väärikate üliõpilaste seas hinnatud ja armastatud inimene. Intervjuu lindistati ja transkribeeriti. Andmete analüüsiks kasutati kvalitatiivset sisuanalüüsi. Kategooriate loomisel kasutati kombineeritud lähenemist.

Mõlema intervjuu kodeerimise tulemusel moodustus kuus kategooriat, milleks on: Pärnu Väärikate Ülikool; väärikas õppija; elukestev õpe; Väärikate Ülikoolis õppimine; Väärikate Ülikoolist saadud teadmised ja oskused; Väärikate Ülikooli toetus eakate õppimisel.

## Tulemused

### Pärnu Väärikate Ülikool

Pärnu Väärikate Ülikool alustas oma tegevust 2010. aastal, tänaseks on lõputunnistuse saanud üle 2000 eaka üliõpilase. Aasta aastalt on osalejate arv kasvanud, olles algusaastatel 300. ja nüüd pea 500. õppija ringis. Loengud toimuvad sügisest kevadeni, kaks korda kuus, kella 16.00-18.00-ni. Loengud on õppijatele tasuta, õpikodade/tubade ja õppereiside eest tuleb endal tasuda. Lõputunnistusel on kirjas ka EAP-d, loengutes ja õpitubades osalejatel kaks, teistel üks EAP. Ülikooli tunnusjooneks peab programmijuht Mari Suurväli paindlikkust tegevuses, pidevat muutust vastavalt ühiskonnas toimuvatele protsessidele ning päevakajaliste teemade kiiret käsitlemisele võttu ja osalejate arvamustega arvestamist. Abilisteks on 12-liikmeline nõukoda, mis on moodustunud eakatest tudengitest ning abistab kõiges: loengutele registreerimises, väljasõitude korraldamises, tagasiside- ja küsitluslehtede koostamisel ning kokkuvõtete tegemisel. Probleemide poole pealt kerkib esile riigi poolne vähene toetus. Samuti kimbutab ruumi puudus, mis on tingitud üha kasvavast üliõpilaste arvust.

Mari Suurväli: „Ma pean ütlema, üksi ei tee ju mitte midagi ära. Sul võib olla sada mõtet aga toetajaid peab olema. Need väikesed kohustused, mida Väärikate Ülikool annab mulle ja nendele liikmetele, need on väga suure panusega, kogu vaimu erksana hoidmiseks. Tegelikult tuleb see rahvas kokku vabatahtlikult, järelilikult on seda asja vaja.“

Väärikate Ülikooli õppekava kätkeb endas nii loenguid, vestlusringe, õpikodasid, õppekäike kui ka ekskursioone. Loengute temaatika on lai, andes ülevaate Pärnumaa ajaloost, arengust ja tulevikust; õiguslastest probleemidest igapäevaelus; välispoliitikast ja naabrussuhetest; teadusuudistest; turvalisusest; tervisest ja toitumisest, kultuurist ja traditsioonidest, maa- ja majanduselu arengust ning probleemidest, jm. Lisaks loengutele on tähtis koht ka õpitubadel: arvuti- ja keeleõpe (inglise keel); õigusabi; käsitöö: tekstiili taaskasutus, nahadisain, vaibakoda; kuidas suhelda pangaga kodus ja kuidas alustada ettevõttega/MTÜga; rännumees; aia kujundus; väärikas mootorsõidukijuht; sepatööd; maitseelamuste tuba ja vanaema sahvri. Siia lisanduvad veel ühised õppekäigud ja ekskursioonid Eesti erinevatesse paikkondadesse.

Mari Suurväli: „Meil on õppekäigud, loengud ja õpikojad, vastavalt huvile. Ja vot see annabki uusi oskusi, uusi teadmisi, uusi suhteid ja võimalusi. Need on need kõige olulisemad.“

## Väärikas õppija

*„Mööda alleed läheb suur hulk inimesi. Väljapeetud prouadel juuksed ilusti soengusse sätitud ja ise kaunites kostüümides ning härrad ülikondades. Need on minu väärikad, kes kaks korda kuus tulevad „hõbejuukseliste ülikooli“, kus on neil kindel koht. Luua endile parimad võimalused uuteks ettevõtmisteks, tegemisteks ning liikumiseks eluteel“. Need olid projektijuht Mari meenutused ühel sügispäeval tööle minnes. Kes nad siis on – need väärikad õppijad?*

Eakaid üliõpilasi on Pärnus nii linnast kui maakonna igast vallast. Väärikate õppijate vanuseline struktuur Pärnus 2014-2015. õppeaastal jagunes: 50-60. aastaseid 3,59%; 60-70. aastaseid 32,06%; 70-80. aastaseid 54,01%; 80-90. aastaseid 9,92%; 90-94. aastaseid 0,42%; kokku 474 õppurit. Sellest järeldub, et 65. eluaastast kuni 80- eluaastani käib ülikoolis 370 üliõpilast ehk 78,16%. Õppurite sooline vahekord on naiste poolel 86,46%-ga, mehi on 65 ehk 13,54% (Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikool, 2014).

Väga suur hulk inimesi, kes on läinud pensionile, on leidnud tee Väärikate Ülikooli, mis nende endi hinnangul on olnud oluline töövankrilt maha astumiseks ja elus tühja koha täitmisel. Intervjueeritavad ütlesid, et töölt koju jäämine ei olnud sugugi kerge. Oldi ju harjutud igapäevaste kohustusega: kindlal kellaajal tõusma, tööle minema, suhtlema kolleegidega jm. Samuti peeti oluliseks tervist ja füüsilist tegevust – teekonda tööle ja töölt koju. Leiti ühiselt, et Väärikate Ülikool on andnud neile võimaluse selle muutusega elus valutumalt toime tulla. Samal arvamusel oli Mari:

*„Kui väärikad üksi koju jäävad, siis on nad kõrvalejäetud ja neil tulevad igasugused hullud mõtted pähe. Me saame uhked olla, et meie inimesed on saanud enda jaoks kindla nišši.“*

Kokkuvõtvalt võib öelda, et väärikad õppijad Pärnus on vitaalsed – neil on positiivne eluhoiak ja motivatsioon uute muutustega kaasa minna.

## Elukestev õpe

Intervjueeritavad arvasid, et elukestval õppel on nende elus oluline roll. Väärikad rõhutasid, et nende vanuses(65+) on hea õppida Väärikate Ülikoolis, kohtuda suurepäraste lektoritega ja saada põhjalik ülevaade nii majanduslikest, kultuurilistest, sotsiaalsetest kui ka poliitilistest teemadest. Ühiselt jõuti järeldusele, et laienenud on silmaring läbi loengute, õpitubade ja ekskursioonide.

Linda: *„Mina arvan, et elukestvat õpet on väga vaja ja on hea, et meil on Väärikate Ülikool. Seal on juurde tulnud kõik need arvutiõpped ja muu selline, mis on väga vajalikud. Samuti juura- ja*

*panganduseprobleemid on seal kõik saanud lahendatud.“*

Intervjueeritavad tõid välja, et elukestev õpe on vabatahtlik. Endal peab olema huvi, tahtmine ja motivatsioon midagi uut õppida, oma teadmisi või silmaringi laiendada.

Mari Suurväli: „*Elukestev õpe ei pea olema selline kohustuslik asi, vaid meil peaks olema vastavalt eale oskus omandada uusi teadmisi ja oskusi. Ühelt poolt sul peab tekkima motivatsioon ja huvi ning teiselt poolt oskus. Ja kui seda huvi ja motivatsiooni ei ole, siis on raske. Olgugi, et loengud on huvitavad, aga kui sa ise valmis ei ole õppima, siis ei ole mitte midagi teha.*“

Mari arvates ei oleks tema ilma elukestva õppeta jõudnud sinna, kus ta täna on. Et kõigega kursis olla tuleb end pidevalt täiendada ja juurde õppida. Intervjueeritav lisas, et mida rohkem inimesi on erinevatel viisidel elukestvasse õppesse kaasatud, seda paremini läheb nii omavalitsustel kui ka riigil (on ju kohaliku elu arengu keskuseks olnud koolid). Rõhutades sealjuures, et kindlasti on valitsusel suuremad võimalused sellise õppevormi arengut juhtida.

## **Väärikate Ülikoolis õppimine**

Õppijad pidasid väga oluliseks ülikoolis õppimist, sest nad on kohtunud suurepäraste inimestega. Alustades presidendiga, kõigi ministritega, riigikogu liikmetega, kultuuri- ja majandusinimestega ning lõpetades loodusmeeste ja paljude teiste huvitavate inimestega. See vahetu kuulamine ja küsimuste esitamise võimalus on ääretult oluline. Samuti on laienenud eakate üliõpilaste tutvusringkond.

Väärikad tõstsid esile ka Väärikate Ülikooli poolt korraldatud väga huvitavaid väljasõite: õppereise ja ekskursioone. Käidud on presidendi lossis, Riigikogus, Euroopa Liidu Majas, Jääajakeskuses, Botaanikaaias, Tallinna Meremuuseumis, Tallinna teletornis jm. Kõik see avardab silmaringi, annab juurde uusi teadmisi, tekitab emotsioone ja annab hea enesetunde.

Kai: „*Need õppereisid on ikka tänuväärt värgid. Jaa, need reisid on ikka võimsad.*“

Intervjueeritavad on osalenud ka õpitubades, mis on küll tasulised, kuid keegi ei nimetanud seda enda jaoks probleemiks. Jüri on juba kuus aastat käinud õigusabi õpitoas. Sealsed teemad on teda väga huvitanud ja tema hinnangul on see talle andnud vajalikke teadmisi juriidiliste probleemide lahendamisel. Kolm intervjuus osalenut käivad Rännumehe õpitoas, kus on võimalik kuulata muljeid erinevatelt reisidelt, matkadelt ja rännakutelt.

## Väärikate Ülikoolist saadud teadmised ja oskused

Paludes väärikatel välja tuua uusi teadmisi ja oskusi, mida nad konkreetselt on saanud oma igapäevaelus kasutada, nimetati praktilisi nõuandeid juriidilistel teemadel, millest on olnud abi nii isiklike, kui ka korteriühistu probleemide lahendamisel. Mari hinnangul on väärikatele antud loengud laenudest ja nende käendamisest, erinevate lepingute sõlmimisest, võlaõigusest ja õigusabist väga olulised.

Vähemalt on vanemas eas inimestel nüüd teadmised, et neil on võimalus abi saamiseks kindlasse asutusse pöörduda. Veel nimetati arvutialaste oskuste täiustumist. Üks intervjuueeritavatest ütles, et kui teda mõni teema hakkab loengus huvitama, siis ta otsib sellele ise lisa – raamatukogust, internetist.

Õppijad pidasid oluliseks saadud ajaloolisi teadmisi nii Pärnu, Tallinna, Kihnu jt. kohta. Esile toodi ka arusaamad ja tõekspidamised Eesti elust – poliitikast, majandusest, kunstist, kultuurist, ajaloost, loodusest, tervisest.

Linda: „*Internetis käin ka ikka – Facebookis. Nii tore on seal vahel sõnumeid saata. Täna panin ühe kevadpildi, lumikellukestest. Kõik like'sid, et ooo, kevad on käes.*“

Intervjuueeritavad pidasid oluliseks sedagi, et igal kevadel on neil võimalik anda hinnang olnud aastale ja panna kirja oma soovid uueks õppeaastaks, mida kindlasti arvestatakse.

Linda: „*Meil on ankeetküsitlused, et keda me kuulata tahaks. Ja see keda kõige rohkem on, kutsutakse. Või kuhu sõita ekskursioonile. Kevadel küsitakse, et kuhu järgmisel aastal võiks minna.*“

## Väärikate Ülikooli toetus eakate õppimisel

Üheks olulisemaks küsimuseks minu jaoks uurimistöös oli: „Kas väärikad ise peavad Väärikate Ülikoolis käimist ja seal omandatud teadmisi – õppimiseks?“ Kiire ja ühine vastus oli – jah. Lisades, et nende vanuses on see kindlasti õppimine, tõeline ülikool ja üldse mitte meelelahutus. Seda enam, et kolm intervjuueeritavatest on elu jooksul juba eelnevalt ülikooli lõpetanud. Oluliseks peeti, et saadakse tunnistus ja seal on kirjas EAP-d. Enamus õppijatest konspekteerib loengumaterjali, et seda hiljem kodus veel läbi töötada või vajadusel vajaminev info üles leida. Keele, arvuti jt. õpitubades on õppimise maht suurem.

Kai: „Me võtame seda ikka kui õppimist. Saame EAP'sid ja tunnistusi. Mul on ikka paberiplokk kaasas ja panen kõik tähtsa kirja.“

Ingrid: „Nagu tõeline ülikool ikka. See ei ole üldse mingi niisama meelelahutus. Ja põhjus, miks kodust jälle välja tulla. See on suur asi.“

Mari arvates on see toetus kindlasti olemas. Väärikate Ülikooli puhul ei saa antav haridus olla väga akadeemiline vaid pigem praktiline. See on täiendõppevorm, mis toetab inimest ühiskonnas toimuvate protsesside paremaks mõistmiseks ning on sotsiaalne ennetustöö leevendamaks üksindust. Suureks puuduseks on riigipoolne vähene abi, sest õpikojad, õppekäigud ja ekskursioonid maksavad üliõpilased ise kinni. Need aga on ühed väga olulised õppimist toetavad võtted vanemas eas.

## Arutelu

Tänapäeval on pidevhariduse ideest haaranud kinni just vanemad inimesed. Huvi uute teadmiste hankimise vastu on kindlamaks vahendiks vaimse säilitamisel kõrges eas ning iseseisvaks toimetulekuks oma eluga. Alati on uusi teadmisi, väärtusi, tõekspidamisi, oskusi jne., mida õppijad võivad omandada (Tulva, 2003, 23; Jarvis, 1998, 81). Kujunemas on hariduspoliitiline suund, mis peab silmas eakaid õppijaid ja hakkab enam väärtustama elukestvat õpet (Tulva, 2003, 56). Õpet, mis hõlmab kõiki elu jooksul ette võetud õppetegevusi, eesmärgiga parandada teadmisi, oskusi ja kompetentsi vastavalt iseenda, kodanikkonna, ühiskonna või tööturu vajadustele (Märja, Lõhmus, Jõgi, 2003, 233). Samadel seisukohtadel olid väärikad üliõpilased, kes rõhutasid, et elukestval õppel on olnud ja on ka praegu oluline roll nende elus. Juurde on saadud uusi teadmisi ja oskusi, laienenud on silmaring. Väärikate Ülikoolis õppimine on andnud õppijatele vahetu kontakti ja suurepärase võimaluse kuulata loenguid Eesti oma ala väljapaistvatelt inimestelt, saada osa harivatest ja põnevatest õpitubadest ning reisidest. Vähemtähtsad pole ka positiivsed emotsioonid ja hea enesetunne. Oluline pole vanus vaid huvi, tahtmine ja motivatsioon veel midagi õppida. Et kõigega kursis olla tuleb end pidevalt täiendada ja juurde õppida. Mida rohkem inimesi on erinevatel viisidel elukestvasse õppesse kaasatud, seda paremini läheb nii omavalitsustel kui ka riigil. P. Jarvis (1998) on öelnud: „Lõppkokkuvõttes peab täiskasvanutele pakutav haridus olema seotud nii õppijate ning nende vajadustega kui ka ühiskonna ning selle nõudmistega.“

Üheks põhiliseks vanaduspoliitika eesmärgiks peetakse eakatele õppimisvõimaluste loomist. Pole selge, kas need peaksid olema ainult eakatele koostatud õppeprogrammid või võiksid need olla osaliselt integreeritud täiskasvanukoolitusega. Tegemist on filosoofilise küsimusega ja käsitusega sellest, millisena näeme kesk- ja vanemas eas õppijat, teisalt tuleb arvesse võtta ka vanuse ja

õppimisvõime vahelist suhet. Eakate osalemist koolitustes on peetud pigem harrastustegevuseks, mida see tegelikult ka on kutseõppes või uurimustöös osalemisega võrreldes. Koolitustes osalemine on seotud eaka tervisliku seisundi, toimetuleku ja liikumisvõimega (Tulva, 2003, 58). Eestis pakuvad spetsiaalselt väärikatele inimestele õppimisvõimalusi ülikoolide juures tegutsevad Väärikate Ülikoolid, mille eesmärgiks on anda pensioniealistele inimestele teavet ühiskonnas toimuvate protsesside üle ning aidata muutustega toime tulla. Intervjueeritavate hinnangutest selgus, et nende õppimist on Väärikate Ülikool palju toetanud, olles vanemas eas inimestele väga oluline ja sobilik õppimise vorm. Mari Suurvälja arvates ei saa Väärikate Ülikoolis antav haridus olla väga akadeemiline vaid pigem praktiline. See on täiendõppevorm, mis toetab inimest ühiskonnas toimuvate protsesside paremaks mõistmiseks ning on sotsiaalne ennetustöö leevendamaks üksindust. Väärikad ise peavad Väärikate Ülikoolis käimist ja seal omandatud teadmisi – õppimiseks. Lisades, et nende vanuses on see kindlasti õppimine, tõeline ülikool ja üldse mitte meelelahutus.

Vanemaealistele suunatud õppetegevus peaks olema võimalikult mitmekesine ja põimunud. Vanemaealiste õppeprotsessis peaks kasutama erinevaid õppimise ja õpitu kinnistamise stiile. Õppetöö planeerimisel tähendab kasulikkuse printsiip nii õppesisu kui õppetöö tulemuse rakendatavust. Ei ole mõtet koostada toetavaid materjale liialt kaudse tähendusega või vormis, mis ei ole seotud sisu kasutamisega reaalses elus. Seetõttu on eakate õppetöö korraldamisel vaja tähele panna, et pakutav sisu, kasutatavad vahendid ja mõisted käiksid kaasas tehnoloogia, ühiskonna, kultuuri jt valdkondade arengutega (Tambaum, 2014). Samadel seisukohtadel olid nii väärikad kui programmijuht Mari Suurvälja, kes peab paindlikkust Väärikate Ülikooli tegevuses väga oluliseks, pidevat muutust vastavalt ühiskonnas toimuvatele protsessidele ning päevakajaliste teemade kiiret käsitlemisele võttu ja osalejate arvamustega arvestamist. Empiirilisest andmestikust selgus, et väärikad üliõpilased on saanud uusi teadmisi ja oskusi nii igapäevaeluga toimetulekuks kui ka informatsiooni üldarendavatel teemadel. Välja toodi: praktilised nõuanded juriidilistel teemadel, arvutialaste oskuste täiendamine, ajaloo käsitus, poliitiliste ja majanduslike seisukohtade selgitamine.

Tänapäevases 3Ü liikumises nähakse mitmeid kitsaskohti (nii Eestis kui välismaal), mis paradoksaalsel kombel tulenevad 3Ü enda suurest edust. Kuna Eakate Ülikoolid on väga populaarsed, siis on neil probleemid piisavalt suurte ruumide leidmisega ning osavõtjate logistikaga. 3Ü-d peavad osad soovijad jätma ukse taha, avatud ja lihtsa sisenemise printsiip ei toimi. Esile kerkib ka riigi poolne vähene toetus.

## Kokkuvõte



Prantsusmaalt alguse saanud ja Eestiski üha suuremat populaarsust võitmas väärikate ülikoolid, ei ole lihtsalt õppimisvorm, vaid seda võib pidada liikumiseks – Väärikate Ülikooli liikumiseks, mille eesmärgiks on eakate inimeste hoidmine kursis uute seisukohtadega tervise, toitumise, looduse, majanduse, kunsti ja kirjanduse alal. Oluline pole vanus vaid soov ja tahe veel midagi õppida.

Juba kuus aastat tegutsenud Pärnu Väärikate Ülikoolist on tänaseks lõputunnistuse saanud üle kahe tuhande eaka üliõpilase. Uurimuse tulemustest selgus, et elukestval õppel on väärikate elus oluline roll. Neil on olnud võimalus saada uusi teadmisi kuulates huvitavaid ja elulisi loenguid oma ala professionaalidelt, osaledes arvukates töötubades, käia õppereisidel. Pärnu Väärikate Ülikooli algataja ja eestvedaja Mari Suurväli peab kõige suuremaks kordaminekuks seda, et mõte sai teoks – elukestvas õppes on tehtud suur samm, mida ei pea häbenema ja mida tuleb edasi arendada. Tema arvates on see tunnustust vääriv täiendõppevorm. Väärikad on saanud juurde uusi teadmisi ja oskusi nii igapäevaeluga toimetulekuks kui ka informatsiooni üldarendavatel teemadel. Probleemide poole pealt kerkib esile ruumi puudus, mis on tingitud üha kasvavast üliõpilaste arvust ning riigipoolne vähene toetus.

Tänaseks on Pärnu eeskujul ettevõtmisest hoo sisse saanud ja alustanud tööd Väärikate Ülikoolid Tartus, Tallinnas, Viljandis, Haapsalus, Kuressaares ja Narvas. Lõpetada tahaksin Väärikate Ülikooli projektijuht Mari Suureväli sõnadega: „Nad ise ütlevad, et nad on nüüd bakalaureuse väärikad. Ja neil on kogemusi nii palju, et meil on täna vaja neid ainult ära kasutada, mitte lasta neid seista.” Oluline pole vanus vaid huvi, tahtmine ja motivatsioon veel midagi õppida.

## Allikad

Eakate Tervise ja Liikumise Ülikool

[https://ois.tlu.ee/pls/portal/!tois.ois\\_public.draw\\_page?](https://ois.tlu.ee/pls/portal/!tois.ois_public.draw_page?)

[\\_page=26C55172C85FAFF3D6EB1F8D2FED4A6307BA759863366D72&p\\_id=0D7294BC51DF3875](https://ois.tlu.ee/pls/portal/!tois.ois_public.draw_page?_page=26C55172C85FAFF3D6EB1F8D2FED4A6307BA759863366D72&p_id=0D7294BC51DF3875)

Formosa, M. (2012). Education and Older Adults at the University of the Third Age. *Educational Gerontology*, 38, 114–126

Formosa, M. (2012). Four Decades of Universities of the Third Age: past, present, future. *Ageing & Society*, Cambridge University Press. p 1–25.

Heli, D. (2014) *Elukestev õpe 100-aastase August Puuste näol*, portfoolio

Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. (2010). *Uuri ja kirjuta*. Kirjastus Medicina.

Jarvis, P. (1998). *Täiskasvanuharidus ja pidevõpe: teooria ja praktika*. Kirjastus SE&JS.

John, M. T. (1981). Skills for teaching the elderly subculture. *Educational Gerontology*, 6(2), 151–164.

Knox, A. (1997) *Adult Development and Learning*, San Francisco: Jossey Bass

Mindwellness Project (2010): Improvement the Learning Capacities and Mental Health of Older People [www.mindwellness.eu](http://www.mindwellness.eu) – training tool [20.10.2014]  
[http://www.ttk.ee/public/MIndwellness\\_eesti.pdf](http://www.ttk.ee/public/MIndwellness_eesti.pdf)

Märja, T., Lõhmus, M., Jõgi, L. (2003). *Andragoogika. Raamat õppimiseks ja õpetamiseks*. Kirjastus Ilo.

Nussbaum, J. F., Coupland, J. (eds) (2008). *Handbook of Communication and Aging Research*. Taylor and Frances e-Library.

Pincas, A. (2007). How do mature learners learn? *Quality in Ageing – Policy, practice and research*. Vol 8, issue 4; p 28–33 Pavilion Journals, Brighton.

Requejo-Osorio, A. (2008). The learning of the elderly and the profile of the adult educator. *Convergence*, Volume 41, Number 2–3, 2008 p 155–172.

Sotsiaalministeerium. (2013). *Aktiivse vananemise arengukava 2013-2020* [ 25.10. 2014]  
[http://www.sm.ee/sites/default/files/contenteditors/eesmargid\\_ja\\_tegevused/Sotsiaalhoolekanne/Eakatele/aktiivsena\\_vananemise\\_arengukava\\_2013-2020.pdf](http://www.sm.ee/sites/default/files/contenteditors/eesmargid_ja_tegevused/Sotsiaalhoolekanne/Eakatele/aktiivsena_vananemise_arengukava_2013-2020.pdf)

Tallinna Kolmanda Nooruse Rahvaülikooli koduleht  
<http://www.kolmasnoorus.ee/>

Tambaum, T. (2014). Geragoogika 1. moodul – Miks on vaja õppida vanas eas, e-kursus [10.09.2014]  
<http://www.tlu.ee/opmat/ka/opiobjekt/geragoogika/index.html>

Tambaum, T.(2014). Geragoogika 2. Moodul – Kuidas eakas õpib, e-kursus[10.09.2014]  
<http://www.tlu.ee/opmat/ka/opiobjekt/geragoogika2/>

Tartu Ülikooli Pärnu Kolledži Väärikate Ülikooli koduleht [10.09.2014]

<http://www.pc.ut.ee/et/taiendusope/mis-vaarikate-ulikool>

Tulva, T; Viiralt, I. (2003) *Väärikas vananemine: müüdid ja tegelikkus*. As Sprin Press

Vihalemm, T. (2014). Fookusgrupi intervjuu. [12.01.2015]

<https://sisu.ut.ee/samm/fookusgrupi-intervjuu>

ARTIKLID 2011

ARTIKLID 2012

ARTIKLID 2013

ARTIKLID 2014

ARTIKLID 2015

ARTIKLID 2016

ARTIKLID 2017

ARTIKLID 2018

ARTIKLID 2019

ARTIKLID 2020

ARTIKLID 2021

ARTIKLID 2022

ARTIKLID 2023

Otsi

---

Privaatsusreeglid

© 2025 Tallinna Ülikool | Haridusteaduste instituut | Andragoogika | CC BY-NC-ND 4.0