

Lisa 2: Arendusseminaridel kogutud ideed rohepöörde toetamiseks

Mõttekoda Praxis viis märtsis 2023 projekti „Inimkäitumisest informeeritud tööriistakasti loomine rohepöörde elluviimiseks“ raames läbi seitse 4-tunnist arendusseminari, kus igas käsitleti erinevat rohepöördega seotud olulist teemat ning konkreetset käitumist:

- energia tarbimise vähendamine;
- füüsilise liikuvuse ümbermõtestamine;
- lihasöömise vähendamine;
- pakendite kasutamise vähendamine;
- parandamine ja vana uueks kohandamine, sh uute asjade ostmise vähendamine;
- toiduraiskamise vähendamine;
- rohe- ja sinialade rajamine ja taastamine, rohealade mittehooldamine koduaias.

Ignasse seminari kaasati teemaekspertid võimalusel nii akadeemiast, era-, kolmandast- kui avalikust sektorist. Arendusseminaride eesmärk oli leida lahendusi ja ideid üksikisiku käitumise mõjutamiseks kõigis seitsmes valdkonnas. Pakutud ideede tulemuslikkust on allolevates tabelites hinnatud teaduskirjanduse põhjal koostatud ülevaate alusel, mis valmis projekti varasemas etapis ning millesse kaasati viimase 22 aasta jooksul avaldatud meta-analüüsid ja süstemaatilised ülevaated.

Toetudes teaduskirjandusele üksikisiku käitumise muutmisel, **tulemuslikud sekkumised** on näidanud soovitud muutust käitumises ning **kahjulikud sekkumised** on kaasa toonud vastupidise mõju. Juhul, kui sekkumise hindamisel ei tuvastatud muutust kummaski suunas, on see kategoriseeritud **sekkumiseks, mis ei ole näidanud tulemuslikkust**. Osade pakutud lahenduste tulemuslikkuse **info puudub**, sest nende kohta me teaduskirjandust ei leidnud, kuid need võiksid väärida katsetamist. Näiteks “Rohe- ja sinialade rajamine ja taastamine, rohealade mittehooldamine koduaias” teemal on teaduskirjanduses fookus eelkõige linnaplaneerimisel ja seetõttu puudub info pakutud ideede tulemuslikkuse kohta üksikisiku vaatenurgast. Samas saavad pakutud ideed olla sisendiks näiteks kohalikele omavalitsustele tegevuste planeerimisel.

Iga lahenduse puhul on rasvases tekstis tähistatud mõjutusmehhanism, mis peaks soovitud muutuse käitumises esile kutsuma. Eraldi on alla joonitud lahendused, mille arendusseminaridel osalenud eksperdid hindasid potentsiaaliks eelisjärjekorras ellu viia.

Energia tarbimise vähendamine

Sekkumine	Tulemuslik	Tulemuseta	Kahjulik	Puudub info
Kodu energia tarbimise audit	Khanna et al. (2021) ⁶⁰ , Buckley (2020) ⁵⁷ , Nemati ja Penn (2020) ⁶⁹			
Säästu ja säästlike otsuste/lahenduste automatiseerimine , nt <ul style="list-style-type: none"> • elektrikella kasutamine ja teadlikkuse tõstmine, millise elektriseadme puhul seda kasutada • igapäevaste säästu-/tarbimisotsuste andmine seadmele 	Davis et al. (2013) ⁵⁸			
Auhinnastamine , nt heade valikute/tegude vautšerid („tiputarbimise“ vautšerid)	Khanna et al. (2021) ⁶⁰ , Maki jt. (2016) ⁶⁸ , Nemati ja Penn (2020) ⁶⁹ , Sloot ja Scheibehenne (2022) ⁶¹	Buckley (2020) ⁵⁷		
Vaikimisi börsipakett kõigile/turupõhine hind kohustuslikuks (dynamic pricing)	Davis jt. (2013) ⁵⁸ , Khanna jt. (2021) ⁶⁰ , Sloot ja Scheibehenne (2022) ⁶¹	Buckley (2020) ⁵⁷	Delmas jt. (2013) ⁶³	
Tagasisidestamine , nt <ul style="list-style-type: none"> • kui inimene on säästlikult käitunud, kui energiatarbimine ületab soovitusliku taseme või kui tarbimine läheneb ebasoovitavale tasemele (nt kulude-tulude baasil) • võrreldes tarbimiskäitumist ajas • võrreldes tarbimiskäitumist teiste kasutajatega 	Ahir as jt. (2013) ⁶³ , Davis jt. (2013) ⁵⁸ , Sloot ja Scheibehenne (2022) ⁶¹ ja Chakraborty (2021) ⁵⁶ , Khanna jt. (2021) ⁶⁰ , Buckley (2020) ⁵⁷ , Nemati ja Penn (2020) ⁶⁹ , Karlin jt. (2015) ⁵⁹ , Delm	Buckley (2020) ⁵⁷	Buckley (2020) ⁵⁷	
Teadlikkuse tõstmine , nt	Delmas jt. (2013) ⁶³ ,		Buckley (2020) ⁵⁷	

<ul style="list-style-type: none"> • kust infot/abi/nõu saada energiasäästlike lahenduste ja praktikate kohta • millised seadmed omavad kodus energiatarbimisele kõige suuremat mõju • lastes inimesel täita ankeedi, mis võimaldab oma energiatarbimist ja –vajadust hinnata • tuues välja enne maja ostu vm suuremaid otsuseid, mis otsusega kaasneb • selle osas kuidas finantseerida muudatusi (nt teistsugune küttesüsteem) 	Karlin jt. (2015) ⁵⁹ , Khanna jt. (2021) ⁶⁰ , Nemati ja Penn (2020) ⁶⁹ , Nisa et al. (2019) ⁷⁰ , Sloot ja Scheibehenne (2022) ⁶¹			
Tururegulatsioonide loomine kogukonnalahenduste jaoks, nt vahetu tootmise toetamine – kui tarbimine kogukonnas, siis ilma võrgutasuta				
Energiaarbitrimise kõrgemalt maksustamine , nt astmeline energiaaktsiis				
Karmimad normid energiasäästule				
Suuremate otsustega kaasnevad lock-in skeemid				
Toe pakkumine renoveerimistoetuste pakkumisel, suurte otsuste tegemisel ja lahenduste planeerimisel				
Vaikimisi projekteerimisel/ planeerimisel terviklikud ja kõige energiasäästlikumad lahendused				
Taastuenergia projektide finantseerimine läbi selle, kui ostetakse mõni seade ja teatud periood makstakse tarbimise deposiiti				
Säästuprojektide/seadmete puhul hilisem tagasimaks				
Elektritarbimist jälgiva elektrikella tasuta jagamine				
Avaliku lubaduse võtmine , nt „Olen planeedisõbralik“				
Perekonnas ühiste eesmärkide püstitamine				
Eeskujude kasutamine , nt energiasaadikutest suunamudijad, supernäited				

Märgiste kasutamine, nt „Tark tarbija“				
Auhinnastamine, nt				
<ul style="list-style-type: none"> • naabrist parem võistlus • säästmise võistlus 				
Koolis lastele erinevate valikutega kaasneva õpetamine (tagajärgedest teadlikustamine)				

Füüsilise liikuvuse ümbermõtestamine

Arendusseminaril genereeriti sekkumised 1–3 ja siis ülejäänud vastavalt sihtrühmadele (*igapäevaselt liikuvad inimesed ehk eelkõige töönimesed, tihti lastega ja sõltumatu (nt üksi elav) linnas elav inimene, kes sõidab autoga lühikesi vahemikke*). Esimese sihtrühma sekkumiste lõikes on arvestatud ka kirjandust, mis uurib lastevanematele suunatud sekkumisi.

Sekkumine	Tulemuslik	Tulemuseta	Kahjulik	Puudub info
<u>Tervistedendav töökoht: eri liikuvussekkumiste pakettideks koondamine, mõju hindamine ja organisatsioonidele pakkumine</u>	Kuss ja Nicholas (2022) ⁸²			
Individuaalne liikuvusnõustamine	Bamberg ja Rees (2017) ⁸⁰ , Goodman jt. (2013) ⁸¹ , Kuss ja Nicholas (2022) ⁸² , Ogilvie jt. (2004) ⁸³ , Semenescu jt. (2020) ⁷⁷			
Info jagamine, nt				
<ul style="list-style-type: none"> • iga piirkonna jaoks spetsiifiline mitte-autoga liikumise võimaluste info, võib ka rakendusena • liikumisvõimaluste info sihitult levitamine, nt uutele elanikele, uutele töötajatele vms 	Reynolds jt. (2014) ⁷² , Scheepers jt. (2014) ⁹⁹ , Ogilvie jt. (2004) ⁸³	Byerly jt. (2018) ²⁵		
<u>Normi muutmine läbi töötajatele tasuta parkimise mittevõimaldamise või selle piiramise</u>	Kuss ja Nicholas (2022) ⁸²			
Ruumilised sekkumised, nt auto-alternatiiviga (ratta, tõuksiga või jala) peaks olema kiirem/otsetee kui autoga	Doğru jt. (2021) ⁷⁹ , Scheepers jt. (2014) ⁹⁹ , Yang jt. (2010) ¹⁰⁰			

Info jagamine, nt <ul style="list-style-type: none"> • kulude teadvustamine, mis kaasnevad autoga sõitmisel • eeskujud/näited/kogemuslood inimestelt, kes kasutavad autodele alternatiive (mitte entusiastidelt, vaid pärisinimestelt) 	Oglivie jt. (2004) ⁸³ , Scheepers jt. (2014) ⁹⁹ , Semenescu jt. (2020) ⁷⁷	Byerly jt. (2018) ²⁵		
Toetuste/boonuste/ preemiate/hüvitiste andmine, nt <ul style="list-style-type: none"> • <u>neile, kes kasutavad autole alternatiive</u> • spordikulude hüvitamise laiendamine, nt töölesõiduks rattaga 	Scheepers et al. (2014) ⁹⁹	Byerly jt. (2018) ²⁵ , Yang jt. (2010) ¹⁰⁰		
Kogemuse tekitamine (nn käitumise modelleerimine), võimaldada proovida nt kastiratast				

Lihasöömise vähendamine

Sekkumine	Tulemuslik	Tulemuseta	Kahjulik	Puudub info
Taimse toidu kättesaadavuse parandamine ja normaliseerimine läbi muutuste keskkondlikes tegurites , nt <ul style="list-style-type: none"> • toidu paigutamine poodides nii, et taimsed ja loomsed toidud ei oleks eraldi, erinevate koostisainetega tootekategooriad kõik koos (nt lihast ja lihavabad kotletid) • toidukeskkond koolis, tööl jms võiks soosida taimseid valikuid, nt taimsed toidud on nähtavamad valikute hulgas, nädalapakkumised • riigihangete tingimustesse taimse toidu pakkumise kohustus (koolitoit, riigiasutused, kaitseväge jms) • taimne toit vaikevalikuna, nt firma ürituste, ettevõtete toitlustuse puhul pead eraldi teada andma, kui soovid lihatoitu 	Bianchi jt. (2018) ¹⁹ , Byerly jt. (2018) ²⁵ , Meier jt. (2022) ¹⁷ , Taufik jt. (2019) ¹⁶			
Teadlikkuse tõstmine , nt <ul style="list-style-type: none"> • taimetoidu retseptide pakkumine ja levitamine 	Amiot et al. (2018) ⁵³ , Bianchi jt. (2018) ¹⁹ , Fonseca jt.	Bianchi jt. (2018) ¹⁹ , Byerly jt. (2018) ²⁵		

<ul style="list-style-type: none"> • taimsete toitude toiteväärtuse kommunikatsioon ja võrdlus lihatoodetega • Google'i otsinguga esmalt taimetoidu retseptid (Google'i algoritm + sponsoreeritud reklaamid, rääkimisaktiivus) • kasutada Rimi jm poekette infoplatvormina • toitumisharjumuste teenustest avalikkuse teadlikkuse tõstmine • arstide ja pereõdede teadmiste tõstmine taimsest toitumisest • koolis pakkuda teadmisi lastele toitumisest • kokakoolides õppekavade arendus eesmärgiga parandada kokade teadmisi, sh kokaõppes kohustuslik õppida taimse toidu valmistamist • tuntud kokad õpetavad nt koolikokkasid (aga ka restorani ja kodukokkasid) head toitu valmistama, nt koolikokkade saade: võistlused, koolitused (stiilis ajujaht, rakett69) (käitumise modelleerimine, auhinnastamine) 	(2022) ¹⁰¹ , Harguess jt. (2020) ¹⁰² , Taufik jt. (2019) ¹⁶			
Raamistamine ja taimetoidu nõu mainekujundus, nt <ul style="list-style-type: none"> • liha kui lisand • taimse toidu kirjeldamine nii, et see oleks võimalikult ahvatlev • kuvandi loomine peamiselt läbi tervise aspekti ja maitseaudingu (+ kesk-kondlik jalajälg) • taimse toidu söömise hea kogemuse ja maitseelamuse võimaldamine • kokad kui kangelased ja maailmapäästjad, nt plakatid ja lood linnatänavatel 		Bianchi jt. (2018) ¹⁹		
Kulude suurendamine , nt <ul style="list-style-type: none"> • liha eraldi tasu eest • lihatoit taimetoidust söögikohtades kallimaks 				
Sotsiaalne aspekt , nt <ul style="list-style-type: none"> • kokkamisõhtud sõpradega, kus fookus on taimsel, 				

<ul style="list-style-type: none"> mängustamine – nt x päeva intensiivkursus, kuidas õigesti toituda – lisada võistlusmoment ja kogukonnatunne 				
Sõnum/üleskutse , pöörates tähelepanu tervislikkuse aspektile taimse eelistamisel, nt <ul style="list-style-type: none"> restoranides ja kohvikutes meeldetuletus või üleskutse eelistada taimset 				
Põllumajandustoetused suunata taimsete alternatiivide toeks				

Pakendite kasutamise vähendamine

Sekkumine	Tulemuslik	Tulemuseta	Kahjulik	Puudub info
Pakendeid võiks olla võimalik kullerile tagastada (teenuse pakkumine)	Allison jt. (2022) ⁹⁰			
Seadusandlus , nt <ul style="list-style-type: none"> ühekorrapakend tuleks maksustada kohustus muuta õhukesed kilekotid tasuliseks kaupmeestele korduskasutust müües rääkida tulevatest seadustest (korduskasutuse suurendamine) 	Allison jt. (2022) ⁹⁰			
Kommunikatsioon ja turundus , nt <ul style="list-style-type: none"> positiivne käitumine võiks olla teistele nähtav näidata arvamusi teistes tegemas head asja happening nagu kuhuviaa.ee vana elektroonika mägi. Visualiseerida prügihunnikuid, nt Tallinna ühe päeva pakendiprügi hunniku näitus 	Allison jt. (2022) ⁹⁰			
Anda inimesele tagasisidet tema käitumise kohta võrreldes teistega (sotsiaalne norm)	Allison jt. (2022) ⁹⁰			
"Saad 2 € ostult tagasi" kui tagastad korduspakendi (rahalisel meetmed)	Allison jt. (2022) ⁹⁰			
Soovituste komplekt e-poodidele pakendiprügi vähendamiseks <ul style="list-style-type: none"> Korduspakend on e-poes vaikevalik 				

<ul style="list-style-type: none"> • Valikud pakendamisel on: (1) korduspakend, (2) ise järgi tulemine, (3) teise ringi pakend, (4) alles siis ühekordne pakend • Korduspakendi juures on info tagastusest (ükskõik mis pakiautomaadi juures tagastuskasti) • Tuua esile positiivset statistikat võimalusel: "nt 60% meie klientidest valivad korduspakendi/teise ringi pakendi" 				
--	--	--	--	--

Uute asjade ostmise vähendamine

Sekkumine	Tulemuslik	Tulemuseta	Kahjulik	Puudub info
Taaskasutamise võimaldamine kogukondlike ettevõtmiste kaudu, nt <ul style="list-style-type: none"> • kogukonnakonteinerid • asjade vahetamise nädalavahetused ühes esinejatega paranduskeldrist (jmt eksperdid, kes oskavad nõu anda) • <u>mobiilne kogumis- ja jagamisring kooliaasta alguses, kus noored saavad võtta asju oma uue kodu jaoks</u> (ning teised anda). Selle juures on võimalik noortel võtta endale elluastuja juhul, kuidas toimetada keskkonnasõbralikumalt 				
Korduskasutuse bingo üritustel (mängustamine)				
Tööriistakast KOVidele: kordus-kasutust ja parandamist toetavad tegevused üritustel				

Toiduraiskamise vähendamine

Sekkumine	Tulemuslik	Tulemuseta	Kahjulik	Puudub info
<u>Kogukondlik lähenemine</u> (käitumise modelleerimine, teadlikkuse tõstmine, sotsiaalne aspekt), nt				

<ul style="list-style-type: none"> • ühiskokkamised kogukonnas¹ • vanemad põlvkonnad pakuvad peredele oma toiduvalmistamisoskusi² 				
Planeerimine ja selle lihtsustamine, nt³ <ul style="list-style-type: none"> • poeskäiguks märkmed paberil, telefonis • toidu planeerimine (tasuta?) teenusena • retseptid planeerimiseks⁴ 				
Info jagamine, nt <ul style="list-style-type: none"> • formaat nippidega ise poes käivale inimesele⁵ • kuidas valmistada köögiviljadest maitsvaid toite • koolis poistele kokkamise õpetamine (oskuste arendamine) 				
Meelelahutuslik lähenemine, nt <ul style="list-style-type: none"> • väljakutse – kes on parim planeerija (auhinnastamine) • rahaline sääst – võida 180 € – toidu raiskamise päevik • tõsielusari inimeste kodudes või kodust väljas (noortele suunatud, nt basseini ääres) – vaatame toidujäägid üle, teeme midagi maitsvat (teadlikkuse tõstmine) 				
Valikute lihtsustamine, nt <ul style="list-style-type: none"> • hooajalise/kohaliku/tervisliku toidu valik lihtsaks • nädalamenüü kasutajale allahindlus kogu ostukorvile, aja kokkuvõtteid • veebiostude atraktiivseks muutmiseks mitteteadlikule kliendile 				

¹ Nt kokkamise klubid (sh meeste kaasamine), toidu planeerimise teemalised FB grupid; kogukonna-aiad – toidu väärtustamise arendamine; fond(id) kogukonna kooskokkamiseks jmt – sh toidu raiskamise vähendamine; kogukondliku kooskokkamise formaadi loomine sarnaselt "riiete vahetamise" või "potluck" kontseptsioonile, mida inimesed saaks lihtsasti jälgendada

² Sh pensionile jäänud inimesed pakuksid oma oskuseid sellistele peredele, kes oma igapäevase toimetulekuga raskustes on, või muidu tahavad osavamaks saada

³ Tervise Arengu Instituudil on väga head lahendused oma toitumise jälgimiseks, aga sellel pole seost poes toidu valikuga. Selle lõhe ületamine oleks vajalik – tahad vähem toitu raisata, tee nii, tahad tervislikumalt toituda, tee nii; formaat nippidega ise poes käivale inimesele

⁴ Formaati planeerimiseks ette anda, nt kuidas tellida toitu, kui sõbrad külla tulevad (1. päev sõbrad külas, 2. päev jäägipäev)

Rohe- ja sinialade rajamine ja taastamine, rohealade mittehooldamine koduaias

Sekkumine	Tulemuslik	Tulemuseta	Kahjulik	Puudub info
<p>Sõnumid/kampaaniad, nt ^{5,6}</p> <ul style="list-style-type: none"> „Niitmata ruutmeeter ukse juures muudab koju-tulemise mõnusaks.” „Oled osa rohe-võrgustikust!” „Sinu arvamus loeb ka kortermajast kaugemal!” <p>Sõnumite ühtlustamine ning selguse parandamine, nt</p> <ul style="list-style-type: none"> Riigiasutuste sõnumite ühtlustamine (nt Tervise Arengu Instituudi soovitus ei toeta elurikkust) 				
<p>Info jagamine, nt</p> <ul style="list-style-type: none"> Aveliina Helmi trükis postkasti elurikka kortermaja ümbruse juhised⁷ 				
<p>Eeskujud, nt</p> <ul style="list-style-type: none"> nädislahendused ja eeskujud (Osoon, Maahommik) metsikum aed on ka ilus, nt konkursid, veebilehed, ajakirjad kohalikud omavalitsused 				
<p>Füüsilised ja finantsilised lahendused, nt</p> <ul style="list-style-type: none"> tsoneerimine: palju hooldatud alad ja vähe hooldatud alad roheala katusel: kogukonna kogunemiskoht, putukate elupaik, üleujutuste vähendamine 1% elurikkusele kõigis hoovides, aga eelkõige lasteaiad, koolid jne 				

⁵ Kampaania hästi lihtsa sõnumiga, nt niitmise seotult; kampaania teemal väärtustada elurikkust; kampaania "Hoia kass toas (siis ei tule ka parasiidid ja puugid)" – halb mõju linnustikule

⁶ Murda läbi kommunikatsiooni sotsiaalseid norme, et vähem hooldatud on lohakas

⁷ Kui suur on minu õigus kortermaja elanikuna?; kas mu hoov/aed on osa linnarohevõrgustikust? kas ma olen kusagil rohekoridoril ja kuidas minu aed saab olla koridori osa? kellele saad olla kasulik – selgrootud, seemned, väikeimetajad, linnud, samblikud jne; kuidas niita kõrgemat muru või suurte alade puhul niita jupiti, ei pea korruga kõike; rõhuda lihtsusele, et metsikum aed võtab vähem aega ja vähem raha – omakorda ka atraktiivne + meelelahutus liikide näol

• hoovid elurikkaks – toetus				
„Tinistusüritus“ koduajakirjade, aiafoorumite ja naisteajakirjade toimetajate ja suunamudijatega (teadlikkuse tõstmine, sotsiaalse normi muutmine)				
<u>Elurikkuse disainer</u> (käitumise modelleerimine, teadlikkuse tõstmine)				

3