

Ees-ti esi-me-ne lee-di Eve-lin Il-ves soos-tub in-terv-juud and-ma ter-vi-se, eri-ti ees-ti mees-te ter-vi-se tee-mal. Ju-tua-ja-mi-sel sel-gub, et ta on loo-mult pa-ran-da-ma-tu maailmaparandaja. Meie esileedid on seni üsna varju tahtnud jääda. Helle Meri ei andnud intervjuusid, Ingrid Rüütel küll, aga ta ta rääkis alati ainult oma tööst.

Kas mõtlete selle peale, kui erinev olete eelmiste presidentide abikaasadest?

Ei mõtle. Olen parandamatu maailmaparandaja, kel kogu aeg on mingi asi ajada. Mäletan lapsest saadik, et kõik, mida ette võtsin, sellel pidi olema mingi laiem mõju. Enne kui läksin Eesti Päevalehte tööle (1996 - 2001 oli Evelin Ilves Eesti Päevalehe turundusdirektor - toim), mõtlesin, et riigil on keerulised ajad ja peaks minema riigi teenistusse. Aga läksin hoopis eraettevõttesse ja motiveerisin end sellega, et ajakirjandus on neljas võim, kel samasugune jõud kui riigil või riiklikel institutsioonidel. Töötasin selle heaks, et moodne meedia saaks niisuguseks, nagu olema peab.

Mida tähendab kohustus olla esileedi?

See on missioon. Teed midagi alati millegi pärast. Ma pole kunagi käinud tööl, et teha karjääri, või ainult raha pärast. Pean olema endale alati eesmärgi sõnastanud - miks? Praegu, kui kuulen, et keegi on asunud sporti tegema või hakanud toitumise vastu huvi tundma, siis tunnen, et teen õiget asja. Kui sellel on tulemust, siis mida hing ikka veel ihkab.

Kuidas edeneb teie doktoritöö teemal "Eesti elanikkonna elukvaliteet, hoiakud ja praktikad"?

Kahjuks ei edene nii, nagu peaks. Uue programmi järgi peab loenguid võtma, milleks mul lihtsalt pole aega. Aga ma pole veel alla andnud ja minu küsimuste alusel tehtud uuring on valmis ehk andmed on olemas.

Mis andmed teid huvitasid. Eestlaste tervis?

Laiem teema on inimese elukvaliteet. Ja sellist laia (700 küsimusega) uuringut tehakse Eestis kolmandat korda. Elukvaliteedi all mõeldakse tegelikult elustiili: tarbimisharjumusi, töö- ja elutingimusi. Mind huvitab kitsam aspekt, see, mida inimene ise mõistab elukvaliteedina, kitsamalt just läbi tervise aspekti. Tervislik seisund määrab, kui hästi inimene ennast tunneb ja kui õnnelik ta on. Mind huvitab, kui palju inimesed tähtsustavad seda ja kui palju on nad nõus enda jaoks tegema - aktiivselt sekkuma oma tervise parandamisse, hoidmisse. Ning kuivõrd nad tegelikult teadvustavad, mis on tervis. Mitte ainult seda, kas kuskilt valutab, vaid ka seda, mida poest osta, kas nad jälgivad, mida söövad, kuidas veedavad oma vaba aega. Kuivõrd on see suvaline ja kui palju enda juhitud tegevus.

Ter vi sest rää gib eest la ne siis, kui se da enam po le?

Va-nas-ti de-fi-nee-ri-ti-gi ter-vist ei-tu-se kau-du. Aga te-ge-li-kult po-le ter-vis hai-gus-te puu-du-mi-ne. Uuem ter-vi-se de-fi-nit-sioon vas-tab täp-selt õnne de-fi-nit-sioo-ni-le. See on vaim-se, füüsi-li-se ja sot-siaal-se heao-lu sei-sund. Nii de-fi-nee-ri-tak-se me-dit-sii-nis ter-vist ja nn hap-pi-ness-uu-rin-gu-tes õnne.

Ku ni vii ma se aas ta ni tu li uu di seid, et meie ini me sed ei hoo li ter vi sest, aga nüüd on mu mee lest vas tu pi di. Üks hil ju ti ne uu ring kin ni tas, et üle 50% ini mes test on val mis te ge ma mi da gi oma ter vi se heaks, muut ma toi tu mis har ju mu si, spor ti ma jne. Mis moo di ini mes te tead lik kust muu ta saab?

Mi-nu mee-lest al-gab kõik prob-lee-mi tead-vus-ta-mi-sest. Ja kui lõppe-vat aas-tat kok-ku võtta, siis võib öel-da, et ole-me prob-lee-mi tead-vus-ta-nud, ning see on kõige täht-sam. Võime rää-ki-da ilu-sa-test ja üllas-test as-ja-dest, kui-das meil on keel ja kul-tuur ja kõik see, mis rah-va püsi-mi-se sei-su-ko-halt täh-tis. Aga ome-ti al-gab kõik ter-vi-sest. Kui vaa-ta-me lah-ti-se pil-gu-ga are-ne-nud maail-ma, siis vaev-leb ena-mik ol-mep-rob-lee-mi-de käes. Ja sel-le koh-ta on öel-dud, et see on jul-geo-le-ku-risk. Näi-teks las-te ras-vu-mi-ne on tin-gi-tud

elus-tii-list, va-lest toi-tu-mi-sest ja vä-he-sest lii-ku-mi-sest. 15 aas-tat ta-ga-si ei diag-noo-si-tud Ees-tis las-tel ühte-gi tei-se dia-bee-di juh-tu-mit, aga nüüd va-ja-me ju-ba eriars-te. Lu-ge-sin Aust-raa-lia ja Bri-ti võrd-le-vat uu-rin-gut, kust sel-gus: pal-jud va-ne-mad ei saa aru, et nen-de laps on paks. Kui ju-ba va-ne-mad ei tead-vus-ta ja an-na-vad õhtul lap-se-le kar-tu-likrõpse süüa, siis mil-lest me rää-gi-me. Eu-roo-pa rii-ki-dest on Ing-lis-maa kõige põhja-li-ku-malt ter-vi-sep-rob-lee-mi et-te võtnud. Neil on riik-lik las-te ras-vu-mi-se vas-ta-ne prog-ramm, ak-tiiv-selt võit-leb sel-le eest te-le-kokk Ja-mie Oli-ver. Kui oled noor ja at-rak-tiiv-ne, siis sind kuu-la-tak-se.

Kas teid võetakse ka kuulda?

Saab rää-ki-da neist as-ja-dest, mil-lest ise aru saad. Ing-las-tel on näi-teks Eu-roo-pas ai-nu-laad-ne toi-duai-ne-te mär-gis-ta-mi-se prog-ramm, mil-le-ga te-ge-le-vad toot-jad ja mis toi-mib val-gus-foo-ri põhimõttel: pu-na-ne, kol-la-ne, ro-he-li-ne. Kui toi-du-pa-kis on pal-ju kah-ju-lik-ke säi-li-tu-sai-neid, ras-vu, suhk-rut, siis on te-ge-mist ohu ehk pu-na-se mär-gi-ga. Toot-ja ise pa-neb sil-di. Kui too-de on ter-vis-lik, on see mär-gis-ta-tud ro-he-li-se-ga. Ini-me-sel on ker-ge aru saa-da, ta näeb ja teab, mi-da os-tab. Tu-le-mu-seks on see, et toot-jad on hu-vi-ta-tud ter-vis-li-kest toi-duai-ne-test.

Tervis tuuleb sporti miestest?

Ing-la-sed on pan-nud 2012. aas-ta Lon-do-ni olümpia rah-va ter-vi-se hu-vi-des töö-le. Ala-tes ke-ha-li-se kas-va-tu-se tun-di-dest ja lõpe-ta-des inf-rast-ruk-tuu-ri ob-jek-ti-de ehi-ta-mi-se-ga, spor-ti-misvõima-lus-te pa-ran-da-mi-se-ga. Järg-mi-sest aas-tast on neil ko-hus-tus-lik ne-li-viis tun-di ke-ha-list kas-va-tust nä-da-las. Va-rem oli üks tund või üld-se mit-te. Tu-leb võtta ter-ve ahel, lä-he-ne-da komp-leks-selt. Spor-ti-mi-se prog-ramm on ti-he-dalt seo-tud toi-tu-mi-se-ga.

Kas teie viieaastane tütar Kadri Keiu ka trenni teeb?

Kad-ri käis kuus-seit-se kuud ten-ni-set-ren-nis. Võimel-da ja tant-si-da saab ta las-teaias. Käib mi-nu-ga koos meie väi-ke-ses Kad-rio-ru jõusaa-lis ja püüab jõudumöö-da mat-ki-da.

Ehk poole sporti misvõimalused meil le kätte saadavad?

Sõltub koolist ja oma-valitsusest. On neid, kes mak-sa-vad kin-ni kõik las-te tren-nid, ja neid, kes ei mak-sa mi-da-gi. Lii-ku-mi-ne al-gab lap-seeas. Lap-sed la-se-vad end mõju-ta-da. Mis nei-le tun-dub popp, sel-le võta-vad liht-salt vas-tu. Olen se-da iseen-da pealt näi-nud. Iga kord, kui lastega koh-tun, tu-le-vad ja ütle-vad nad, et on ha-ka-nud rul-lui-su-ta-ma või ten-nist män-gi-ma. Mit-te kor-da-gi po-le las-te-ga koh-tu-mi-ne nii möö-da läi-nud, et kee-gi ei tuleks ütle-ma: nii la-he, et tee-te spor-ti.

Nägin ühes telesaates, kuidas tüdrukud niime-tasid mööduva aas-ta tähtsa maksini meks Eve-lin Il-vest. Ees-tis võiks ju olla sporti mi-sees kuju-sid pea-le Eri-ka Sa-lum-äe?

Olümpiavõit-ja on ii-dol, kau-ge. Mi-na olen na-gu naab-ritüdruk. Kui mi-na saan, siis saa-vad tei-sed ka. Meil on va-ja sel-li-seid ees-ku-ju-sid, kes on ta-va-li-sed ini-me-sed, kel-le-ga sa-mas-ta-da ja võrrel-da.

Kuidas kriitikat luote?

Täies-ti ra-hu-li-kult. Võtan se-da mõis-tu-se-ga. Siis-ki, jä-tan osa te-ge-vu-si te-ge-ma-ta. Näi-teks jä-tan te-ge-ma-ta ko-ka-raa-ma-tu, kui-gi olen sel-lest pik-ka ae-ga mõel-nud ja tut-ta-vad-sõbrad, kes mu roo-gi maits-nud, on soo-vi-ta-nud mul ko-ka-raa-mat kir-ju-ta-da. Kõigist toi-tu-dest on võima-lik te-ha ter-vis-lik-ke ver-sioo-ne. Näi-teks leiu-ta-sin ter-vis-li-ku kar-tu-li-sa-la-ti.

Kas luuge ja te le retsepti an-na te?

Mis kar-tu-li-sa-la-ti ras-keks teeb? Kar-tu-li ja li-ha kom-bi-nat-sioon. Ma ei pa-ne oma sa-la-tis-se li-ha ega vors-ti. Pa-nen õuna, värs-ket ja soo-la-kur-ki, peaae-gu sa-ma pal-ju kui kar-tu-lit, pa-nen por-gan-dit. Ja oi-va-li-selt so-bi-vad juur-de gra-naatõuna-seem-ned. Kast-me teen nii, et kol-man-dik on 10%-list ha-pu-koort, kol-man-dik mait-ses-ta-ma-ta jo-gur-tit ja kol-man-dik 15% -list jo-gur-ti-ma-jo-nee-si. Värs-ket sid-ru-ni-mah-la, pi-part. Ise-gi kon-ser-va-tii-vi-de-le meel-dib!

Miks ikka kaigi kokkaraamatu tege ma ta jäta te?

Ei tee sel-lepärast, et siis il-mub väl-ja ka-ri ha-gi-jaid, et kes sel-le eest kui pal-ju ra-ha sai, kui-das se-da müüak-se jne. Oo-tan ära, ku-ni pre-si-den-di ame-tiaeg möö-dub.

Kui palju teil tege li kult on tege mist pre si den di abi kaa sa na?

See võtab ik-ka roh-kem ae-ga kui ta-va-li-ne töölk-äi-mi-ne. Po-le aja-li-selt reg-le-men-tee-ri-tud, et tööp-äev kes-tab kell 8–17. Häs-ti pal-ju on sõite ja ega see Ees-ti ole-gi mida-gi nii väi-ke, na-gu kaar-di jär-gi võib ar-va-ta. Olen öel-nud meie mees-kon-na-le, et käin hea mee-le-ga Tal-lin-nast väl-jas. Las-te või noor-te-ga koh-tu-mas, mi-da-gi avamas jne.

Kas Tal lin na ini me sed eri ne vad mu jal ela va test?

Ei. Pi-gem ta-jun sel-get kont-ras-ti, mi-da rää-gi-vad ini-me-sed ja mi-da rää-gib mee-dia. Mee-dia-foon on vii-ma-sel ajal nii ne-ga-tiiv-seks ja kur-jaks läi-nud. Ini-mes-te pu-hul se-da ei ta-ju. Ini-me-sed on öel-nud: mul lä-heb pä-ris häs-ti, aga ega nüüd to-hi nii rää-ki-da. Peab üt-le-ma, et lä-heb hal-vas-ti.

Mis mee dial veel hä da?

Ma ei saa nii öel-da, et mi-da-gi on hä-da, aga mee-dial võiks ol-la pal-ju roh-kem vas-tu-tus-tun-net. Aja-kir-ja-nik, kes mi-da-gi kir-ja pa-neb, võiks ik-ka mõel-da, et se-da loe-vad kümned tu-han-ded ini-me-sed. See mõju-tab nii ini-me-si kui ka rii-ki-de-va-he-li-si suh-teid. Kõik, mis rah-vus-va-he-li-ses plaa-nis kir-ju-ta-me või üt-le-me, kõik tõlgi-tak-se ära kõiki-des-se Eu-roo-pa Lii-du keel-tes-se. Kõik jõuab ra-por-ti-tes-se, iga tei-se ot-sus-ta-ja laua-le. Me ei ela enam iso-lat-sioo-nis ega met-sas. On va-ja vas-tu-tus-tun-net. See pä-deb ka kur-ju-se kütmi-se pu-hul. Kui mee-dia teeb ta-va-li-se-le ini-me-se-le hai-get, siis on see pa-ha. Ei to-hi te-ha hai-get.

Peab tege ma head? Kui das toi mib teie ar va tes hea te ge vus Ees tis prae gu?

Kui töö-ta-sin Pää-va-le-hes, te-gi-me esi-me-si suu-ri as-ju – las-te-haig-la hea-te-ge-vus-kont-ser-ti. (Kõigi an-ne-ta-ja-te ni-med il-mu-sid le-hes – toim). Kõik ar-va-sid, et ole-te hul-lud, en-dal-gi ra-ha po-le. Meil oli sel-ge mis-sioon, sel-ge eesmärk: aja-leht ko-gu aeg ma-nit-seb, kui-das as-ju peab te-ge-ma, taht-si-me et-te näi-da-ta, mi-da saab te-ha. Käi-si-me ala-ti en-ne las-te-haig-las ja aru-ta-si-me, mi-da va-ja te-ha. Te-gi-me ühe konk-reet-se as-ja ja kõik tead-sid, ku-hu ra-ha lä-heb. Kui nüüd olin „Tant-sud täh-te-de-ga” pat-roon, sain õien-da-da. Aga see on areen, kus on võima-lik mi-da-gi öel-da. Ja tants on sport, emot-sioon. Mi-nu tin-gi-mus Ka-nal 2-le oli, et pea-te näi-ta-ma neid lap-si, kel-le-le ra-ha ko-gu-me. Vaa-ta-ja nä-gi-gi, et need on nor-maal-sed lap-sed, ke-da po-le va-ja kar-ta, vaid ai-da-ta. Peab ole-ma vä-ga konk-reet-ne, hea-te-gu peab ole-ma sul-le en-da-le mõis-te-tav. On võima-lik ka vä-ga väi-kes-te sum-ma-de-ga ai-da-ta. Mul-gi-maal oli ühe kur-su-se ee-lar-ve 3000 kroo-ni ja sel-le eest õppis 15 last aas-ta ae-ga mul-gi keelt. Tei-ne ini-me-ne lä-heb res-to-ra-ni ja ku-lu-tab sa-ma pal-ju ühe-le õhtusöö-gi-le.

Res to ra niõhtusöö ke vist pal jud en da le enam lu ba da ei saa... Töö tus, ma jan dus lan gus...

Töö-tus ja ma-jan-dus-lan-gus po-le uni-kaal-ne, se-da on en-ne-gi ol-nud. Ta-sub vaa-da-ta, mi-da tei-sed tei-nud. Soo-me la-ma ajal ehi-tas üks väi-ke La-pi-maa vald, kus töö-tus oli 75 prot-sen-ti, suu-sa-ra-jad, te-gi ho-kiväl-ja-ku, et ini-mes-tel oleks pea-le joo-mi-se muud-ki te-ha. Pa-nek-sin meie oma-va-lit-sus-te-le süda-me-le, et seal, kus töö-tu-se määr on kas-va-nud, tu-leks eri-li-selt mõel-da sel-le pea-le, kui-das ini-me-si n-ö käi-gus hoi-da. Ene-se tervi-se eest hoo-lit-se-mi-ne, lii-gu-ta-mi-ne ja sport on sel-leks ühed pa-re-mad võima-lu-sed.

Va-ja-me nii vä-he. Ärmal ei ku-lu-ta ma sen-ti-gi spor-ti-mi-se-le. Mul on seal üks va-na õud-ne jalg-ra-tas, mil-le koh-ta abi-kaa-sa poeg ütleb, et si-hu-ke-se-ga küll sõita ei saa. Mi-na saan. Mi-na rää-gin se-da jut-tu sel-lepä-rast, et see lõpuks ko-ha-le jõuaks, eri-ti mee-te-le.

No nii, jõua me gi mees te ni.

Mees-te-le ei to-hi lä-he-ne-da käs-ki-vas kõne-vii-sis. Ees-ti me-hed on maail-ma pa-ri-mad, aga neil on ma-dal ene-se-hin-nang. Mees-te lä-he-dus-suh-ted on teist-su-gu-sed. Naistel on ris-kid ha-ju-ta-tud, nei-le on emot-sioo-ni-de ja-ga-mi-ne lu-ba-tud nii sõbran-na-de-le, kol-lee-gi-de-le, su-gu-las-te-le. Nai-sed pea-vad me-hi roh-kem tun-nus-ta-ma. Kuid me-hed ise pea-vad ka tä-he-le-pa-ne-li-ku-mad ole-ma. Ei ta-ha ju kee-gi te-ha süüa, kui mees aitäh-ki ei ütle, heal ju-hul mõmi-seb mis-kit.

Kui das ik ka gi ras ke tes olu des hak ka ma saa da?

Olen mõel-nud, et ma-jan-dus-li-ku su-ru-ti-se ka-su on see, et sun-nib roh-kem sis-se-poo-le mõtle-ma. Prae-gu on aeg mõel-da en-da-le, lä-he-das-te-le, oma rii-gi-le. Võima-lus näi-da-ta, et hoia-me kok-ku: os-ta-me Ees-ti söö-ki, rii-deid, puh-ka-me Ees-tis. Võida-me ka to-hu-tult ter-vi-ses.

Kui pal ju teil on ae ga oma elu ela da? Teid nä hak se sa ge li kont ser ti del, teat ris.

Kui ole-me Tal-lin-nas ja meil on va-ba õhtu, siis ei is-tu me Kad-rio-rus, ala-ti lä-he-me väl-ja. Ja kui on va-ba aeg ja ole-me Ärmal, siis sõbrad tea-vad, et võivad külla tulla.

See pool on teie elust al les?

Kõik on al-les. Al-gul ta-ju-sin pi-sut võõris-tust, aga nüüd on kõik aru saa-nud, et mi-na olen ik-ka sa-ma ini-me-ne.

Ei saa klei dip rob lee mi koh ta küsi ma ta jät ta.

Püüan hoian ma-da-lat pro-fii-li. Aga ei saa ju. Ei saa ju rii-gi-pea-de juu-res käia ühe ja sa-ma kostüümi-ga.

Kui das uut aas ta vas tu võta te?

Sel aas-tal lä-he-me sõpra-de-le külla. Ta-va-li-selt ole-me Ärmal, vaa-ta-me pre-si-den-di kõne ära ja siis lä-he-me õue ela-va tu-le juur-de. Elav tu-li on ju pal-ju ohu-tum kui ilutu-les-tik. Ilu-tu-les-tik on ag-res-siiv-ne, kah-ju-lik, kesk-kon-naoht-lik, tuul-de vi-sa-tud ra-ha. Ilu-tu-les-ti-ku ase-mel võiks mõne võim-la kor-da te-ha.

Mind ja ilm selt pal ju sid tei si hu vi tab, miks te po le üht ki päe va töö ta nud ars ti na?

Taht-sin pä-rast üli-koo-li lõpe-ta-mist ot-se min-na dok-to-ran-tuu-ri, psühhiaat-rias-se, aga see võima-lus muu-tus iga aas-ta. 1993. aas-tal olek-sin pi-da-nud kaks aas-tat interna-tuu-ri lä-bi te-ge-ma. Tol-la-ne abi-kaa-sa oli Tal-lin-na ko-li-nud ja see oli üks põhjus. Pea-le-gi taht-sin 1993 mi-da-gi ühis-kon-na heaks te-ha. Vä-lis-maal rii-gi-pead küsivad ala-ti, et miks te ei töö-ta ars-ti-na. Vas-tan, et kui meil tol-lal oleks ol-nud sta-biil-ne riik, olek-sin tä-na arst.