

**Osalemine projektis: „ESFi toel isikukeskse ja paindliku erihoolekandeteenuste piloteerimine II voor“**

**MTÜ Abistu poolt pakutavad teenusekomponendid koos hinnapakumisega.**

<b>BAASTOETUSE KOMPONENDID</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Baastoetuse osutaja töötab juhtumikorralduse põhimõtteid järgides ning tagab läbi personaalse ja sisulise juhtumikorralduse tervikliku plaani elluviimise, sh koordineerib terviklikult võrgustikutööd.</li> <li>Baastoetuse teenuskomponentide eesmärk on kõikide inimese eluolukorras vajalike osapoolte koostöö hoidmine tagamaks paindlik ja terviklik teenuse osutamine, mis arvestab inimeste personaalset toetusvajadust kõigis eluvaldkondades.</li> <li>Baastoetuse raames toimub inimesele tegevusplaani koostamine, teenuskomponentide planeerimine ja seostamine teenuskomponentide osutajatega. Järjepidevalt, kogu teenuse perioodi vältel, jälgitakse abivajaduse muutumist ning vastavalt muutustele planeeritakse vajadusel teenus ümber.</li> <li>Baastoetuse osutaja ülesanne on plaani elluviimise raames inimese vajaduste osas tervikvaate omamine, sh lisatoetuse osutajatega esmane seostamine (nt vajadusel inimese perearsti nimistusse saamisega seotud toimingud jms või Töötukassa tegevustega esmane seostamine).</li> <li>Baastoetuse pakkuja tagab abivajajale võimalikult kiire, lihtsa ja arusaadava asjaajamise lisatoetuse teenuskomponentide osutajateni jõudmisel.</li> <li>Teenuskomponendid sisaldavad eeltööd, otsest klienditööd ja järeltööd, sealhulgas dokumenteerimist.</li> <li>Kõik teenuskomponendi läbiviimisega kaasnevad kulud sisalduvad selle hinnas.</li> </ul>			
<b>Komponendi nimetus</b>	<b>Komponendi selgitus</b>	<b>Töö maht: individuaalne või grupitegevus</b>	<b>Teenuse ühe tunni hind</b>
<b>Teenuse planeerimine</b>	Teenuse planeerimise raames toimub: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) terviklik ja järjepidev toetusvajaduse ja selle muutumise hindamine (sarnased kohustuslikud tegevused nagu on erihoolekande ja sotsiaalse rehabilitatsiooni teenustel);</li> <li>2) teenuskomponentide planeerimine, sh tegevusplaani koostamine koos inimesega, vajadusel kaasates inimese lähedased ja teised vajalikud sidusvaldkonna esindajad;</li> <li>3) regulaarne toetusvajaduse arvestamine, tegevusplaani üle vaatamine ja muudatuste planeerimine;</li> <li>4) teenuse tegevuste kokkuvõtte, tulemuste ja mõju hindamine.</li> </ol>	Individuaalne	70,00 €

	<p>Komponendi tegevused on oma iseloomult meeskondlikud tegevused, kus võivad osaleda vastavalt inimese eluolukorrast tulenevale vajadusele erinevad spetsialistid ja sidusvaldkonna esindajad. Sidusvaldkonna esindajad saavad osaleda teenuse planeerimisel oma põhitegevuse eesmärgist ja valdkonna ülestest koostöö kokkulepetest tulenevalt.</p> <p><i>Teenuse planeerimise komponent ei sisalda muid teenuse sisutegevusi. Kui on vajadus muude individuaalsete sisutegevuste järele, lisandub lisatoetuse personaalse toetamise teenuskomponent või muud lisatoetuse komponendid vastavalt abivajadusele (nt igapäevaelu toetamine või hõivatus toetamine).</i></p>		
<p><b>Tegevusplaani elluviimise tagamine</b></p>	<p>Tegevusplaani elluviimise tagamise raames toimub:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) tegevusplaani elluviimise terviklik toetamine ja selle täitmise koordineerimine;</li> <li>2) võrgustikutöö koordineerimine ja teostamine (sh sotsiaalse võrgustikuga suhtlemine), koostöö kõikide inimese eluolukorrast tulenevate võrgustikuliikmete ja sidusvaldkonna esindajatega (nt tervishoiutöötajad, haridussüsteemi töötajad, tööhõivesüsteemi töötajad, teised teenuse osutajad);</li> <li>3) inimese nõustamine olemasolevatest abimeetmetest, esmane seostamine ja kontaktide loomine vajalike teenuskomponentide pakkujate ning sidusvaldkondade ja KOV teenustega, sh vajadusel: <ol style="list-style-type: none"> <li>a) tervishoiuteenustega sidumine, et inimene jõuaks vajalike teenusteni ning jälgiks ravi, vajadusel esmased pere- või eriarsti vastuvõttude organiseerimine;</li> <li>b) teavitustöö kogukonnas: kogukonna hirmude maandamine ja positiivse suhtumise tekkimise toetamine. Naabrite/kogukonna/võrgustiku toetamine ja teavitamine, et tagada neile ja inimesele turvaline koostöö;</li> <li>c) toetamine kogukonnateenuste kasutamisel: otsitakse võimalusi korraldada toetust viisil, et inimene seostatakse võimalikult maksimaalselt tegevustega tema loomulikus elukeskkonnas;</li> <li>d) nõustamine ja abi rahaliste toetuste taotlemisel, eestkoste korraldamisel. Käsitletav kui esmane toetus, kontaktide loomine, olukordade selgitamine sidusvaldkondade esindajatega, sh sissetuleku tagamisel, nt töövõime või puude hindamise õiguse välja selgitamisel abistamine ja asjaajamise korraldamine, tagamaks, et inimesele tekkiks võimalus regulaarseks sissetulekuks.</li> </ol> </li> </ol> <p>Komponendi tegevused on oma iseloomult ühe töötaja poolt läbi viidavad tegevused, mida tehakse inimese vajadustest ja huvidest lähtuvalt. Need on vajalikud tegevusplaani kui terviku ja seal olevate teenuskomponentide rakendamiseks ja elluviimiseks.</p>	<p>Individuaalne</p>	<p>70,00 €</p>

		<p><i>Teenusplaani elluviimise tagamise komponent ei sisalda muid teenuse sisutegevusi. Teenuskomponent ei ole igapäevaselt inimese kõrval toimetamine ja sisuliste tegevuste läbiviimine. Kui on vajadus muude individuaalsete sisutegevuste järele, nt igapäevaelu regulaarsed tegevused ja toimetamised vastavalt abivajadusele, siis on tegemist lisatoetuse komponentidega (nt igapäevaelu toetamine, füüsilise tervise, liikumise toetamine vms).</i></p>		
	<p><b>Välise spetsialisti / eksperdi konsultatsioon teenuse planeerimiseks</b></p>	<p>Välise spetsialisti konsultatsiooni eesmärk on pakkuda lisapädevuse kaasamise võimalust baastoetuse osutajale teenuse planeerimisel. Lisapädevuse kaasamise vajadus võib tuleneda keerulisest kliendijuhtumist, kus baastoetuse osutajal puudub spetsiifilise psüühilise erivajadusega sihtgrupiga töös kogemus. Komponenti raames on võimalik sisse osta konsultatsiooni spetsialistidelt/ekspertidelt, kel on rehabilitatsioonispetsialisti pädevus ja/või kogemus väga spetsiifiliste või keeruliste kliendigruppidega.</p> <p>Baastoetuse osutaja saab välist spetsialisti kaasata teenuse planeerimise protsessis, enne tegevusplaani valmimist, aga ka regulaarse toetusvajaduse ja tegevusplaani ülevaatamise käigus ja muudatuste planeerimisel.</p> <p><i>Näiteks on võimalik kaasata eripädevusega väline ekspert juhtumite puhul, kus inimene keeldub abist madala haigusteadlikkuse tõttu, kuid sotsiaaltöötaja hinnangul vajab juhtum sekkumist. Väline ekspert aitab sel juhul baastoetuse osutajal koostada toetusplaani kontakti loomiseks ja koostöövalmiduse saavutamiseks.</i></p>	Individuaalne	70,00 €
<p><b>LISATOETUSE KOMPONENDID</b></p> <p>Lisatoetuse eesmärk on pakkuda paindlikkust ja terviklikku lähenemist teenuse sisu planeerimisel, mis arvestaks kõiki eluvaldkondi. Komponentipõhine lähenemine võimaldab kombineerida ühte teenussüsteemi nii tänaseid erihoolekande ja rehabilitatsiooniteenuse sisutegevusi kui ka kogukonna ressursse.</p> <p><b>Lisatoetuse teenuskomponendi osutaja:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>vastutab oma teenuskomponendi sisuliste tegevuste ja teenuskomponendi kvaliteedi eest.</li> <li>teeb oma tegevuste läbiviimiseks ja eesmärgi täitmiseks teenuskomponendi sees vajadusel võrgustikutööd. Võrgustiku all mõeldakse nii lähivõrgustikku (pereliikmed, sõbrad, naabrid jt) kui formaalset võrgustikku (omavalitsuse sotsiaaltöötaja, teiste teenuste osutajad, perearst, tööandja jt);</li> <li>hindab oma tegevuse mõju ja tulemusi.</li> </ul> <p>Teenuskomponendid sisaldavad eeltööd, otsest tööd inimesega ja järeltööd, vajadusel dokumenteerimist. Kõik teenuskomponendi läbiviimisega kaasnevad kulud sisalduvad selle hinnas.</p>				
<b>Komponendi valdkond</b>	<b>Komponendi nimetus</b>	<b>Komponendi selgitus</b>	<b>Töö maht:</b> individuaalne või grupitegevus	<b>Teenuse ühe tunni hind</b>

<p><b>Personaalne toetus</b></p>	<p><b>Personaalne toetamine erakorralistes eluolukordades</b></p>	<p>Personaalne toetamine inimese elus ettetulevates erakorralistes eluolukordades.</p> <p>Teenuskomponendiga tagatakse:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) personaalne toetus ootamatult tekkinud <u>kriisi korral</u> või olukorras, mis vajab <u>kiiret sekkumist</u> nt inimese või tema pere toetamine haiguse äkilisel ägenemisel, raviarsti/tööandajaga suhtlemine; töövõimetuslehe korraldamine; ootamatu haiglaravi vajadus ja selle korraldamine, sh tahtest olenematule ravi vajaduse korral jne. Võimalik tagada kiire sekkumine ja toetus ebastabiilse olukorra stabiliseerimiseks, isiku baasvajaduste ja turvalisuse tagamiseks.</li> <li>2) haiguskriitika inimese ja/või abist keelduja motiveerimine, koostöö ja usaldussuhte loomine, et abivajaja oleks valmis abi vastu võtma ja jõuaks erinevate eluvaldkondade teenuskomponentideni. Eesmärk on luua kontakt, kasvatada koostöövalmidust ja motiveerida abi vastu võtma ning valmistada ette tingimused tegevusplaani koostamiseks koostöös baastoetuse osutajaga.</li> </ol> <p>Käsitletav ka kiire ja lühiajalise kriisiabi ja/või SOS kontaktina: töötaja tegevus, kes on kättesaadav ja toetab inimest kriisi korral lühiajaliselt.</p> <p><i>Teenuskomponent ei ole inimese regulaarne igapäevane nõustamine ja toetamine. Kasutatakse ainult sellisel juhul, kui tegevus vastab ülalnimetatule ja/või seda ei ole võimalik liigitada mingi muu teenuskomponendi tegevuseks.</i></p>	<p>Individuaalne</p>	<p>70,00 €</p>
<p><b>Pere toetamine</b> Teenuskomponendid on suunatud toetama ja abistama hoolduskoormusega pereliikmeid ja lähedasi selle ülesandega toime tulema</p>	<p><b>Pere nõustamine ja koolitus</b></p>	<p>Vaimse tervise alane nõustamine perele sh:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) informeerimine, emotsionaalne ja praktiline toetus ning juhendamine haiguse ja sellest tulenevate piirangute ja võimaluste mõistmiseks,</li> <li>2) sobiva toe pakkumiseks,</li> <li>3) peresuhete ja toetuse optimeerimiseks, sh kriisiolukorras käitumise ja sobivate strateegiate õppimiseks.</li> </ol> <p>Perele koolitus, nõustamine vaimse tervise teemadel, sh:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) informeerimine;</li> <li>2) emotsionaalne ja praktiline toetus ning juhendamine haiguse ja sellest tulenevate piirangute ja võimaluste mõistmiseks;</li> <li>3) sobiva toe pakkumiseks;</li> <li>4) peresuhete ja toetuse optimeerimiseks, sh kriisiolukorras käitumise ja sobivate strateegiate õppimiseks, nt perekoolituse meetodika: Hamilton Family Education and Training Program'i (Hamilton, Kanada).</li> </ol>	<p>Individuaalne</p>	<p>70,00 €</p>

<b>Sotsiaalsed suhted</b>	<b>Sotsiaalsete suhete toetamine</b>	<p>Sotsiaalsete suhete soodustamine, loomine ja säilitamine, sh:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) nõustamine ja toetus lähedastega suhete taastamiseks ja hoidmiseks;</li> <li>2) alaealiste lastega suhete taastamine ja toetamine, haiguse tõttu kannatanud/katkenud suhete taastamine alaealiste lastega;</li> <li>3) vanade sõprussuhete taastamine, uute sõprade leidmine, ärakasutamise ennetamine;</li> <li>4) võimalused ja piisav tugi turvaliste seksuaal- ning paarisuhete loomiseks. (UCLA moodul nt kasutuses Maarjakülas, Tallinna Vaimse Tervise Keskuses, HENK);</li> <li>5) toetus ja nõustamine lapsevanemaks olemisel, sh lapsevanemaks vajalike oskuste arendamine, tugi ja nõustamine lapse kasvatamisel individuaalselt või grupis (kursused, tugigrupp jm). <i>Tegevuseks ei ole lapsega pere tugiisiku teenuse tegevuste läbiviimine, mis on kirjeldatud Sotsiaalhoolekande seaduses KOV teenusena.</i></li> </ol>	Individuaalne	70,00 €
<b>Vaimne tervis</b>	<b>Taastumise ja haigusega toimetuleku toetamine</b>	<p>Tegevused, mis on suunatud psüühika haigusega inimestele vajaliku abi tagamiseks ja taastumisteede protsesside toetamiseks:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) vaimse tervise alase info jagamine ja nõustamine (sh digitaalselt, telefoni teel) ning teiste tegevusi läbi viivate praktikuteni edasi jõudmise tagamine;</li> <li>2) raviarstiga koostöös sobiva ravi ja seda toetavate taastumistegevuste planeerimine, sh ohumärkide plaani ja kriisikaardi koostamine koostöös oluliste tugivõrgustiku liikmetega (lähedased, vaimse tervise õde jt);</li> <li>3) nõustamine ja toetus haiguse, selle sümptomite, ravi ja ravimi kõrvalmõjudega toimetulekuks, haiguse ägenemise ennetamiseks, sh sümptomite kontrolli jms grupiõppeprogrammid;</li> <li>4) nõustamine ja toetus haiguse mõjude, takistuste, stressi ja negatiivsete emotsioonidega toimetulekuks;</li> <li>5) taastumiskursus: taastumise mõtteviisi arendamiseks, oma loo ja taastumisprotsessi läbitöötamiseks, eesmärkide läbimõtleamiseks.</li> </ol> <p>Vaimse tervise alane (psühhiaatria õde, psühhiaater) või sotsiaalne nõustamine ja teraapiad, sh nt kognitiivne remediatsioon, erinevad loovteraapiad, tegevusteraapia jms.</p>	Individuaalne	70,00 €
<b>Füüsiline tervis</b>	<b>Füüsilise tervise alane nõustamine ja toetus</b>	<p>Füüsilise tervise eest hoolitsemise toetamine, nõustamine ja motiveerimine tervislike eluviiside tagamiseks (füüsiline aktiivsus, toitumine, tervislikud eluviisid jms).</p> <p>Tervishoiuteenustega jooksev (igapäevavajadustega seonduvalt) kontakti loomine, hoidmine ja seostamine (pereõde, perearst jm arstidega kontakti loomine, vajadusel retseptide ja ravimitega seonduvad tegevused).</p>	Individuaalne	70,00 €

	<b>Füüsilise aktiivsuse toetamine</b>	Sportimis- ja liikumisvõimalused: värskes õhus viibimise ja sportimisvõimaluste tagamine individuaalseks liikumiseks, treeninguks ja/või rühmatreeningud.	Individuaalne	70,00 €
	<b>Liikumine eluruumides</b>	Siirdumise ja liikumise toetamine inimese elukeskkonnas. Teenuskomponendiga tagatakse inimesele vajalik tugi (vajadusel abivahend või ka vahetu teise inimese poolt osutatav füüsiline tugi) ja teda on juhendatud oma igapäevases eluruumides liikumiseks ja tegutsemiseks.	Individuaalne	70,00 €
	<b>Liikumine väljaspool eluruumi</b>	Transpordi kasutamise toetamine: transpordi planeerimine ja harjutamine. Toetus (nt ühis)transpordi kasutamisel (liikumisteede planeerimine, harjutamine). Teenuskomponendiga tagatakse inimesele nõustamine ja juhendamine transpordi kasutamise ja planeerimise osas. Vajadusel harjutatakse kasutama ühistransporti, läbima uusi teekondi (hirmude maandamine, toetamine uutes ja/või ärevust tekitavates olukordades).	Individuaalne	70,00 €
<b>Hõivatus</b>	<b>Töötamise toetamine</b>	Töötamise toetamise komponendi raames toimub igakülgne toetus töö otsimisel ja/või säilitamisel sh: 1) töövõime hindamine: töövõime ja -oskuste, ressursside ja riskide hindamine ning kaardistamine; 2) hindamine praktiliste töötegevuste käigus, sobivate töövaldkondade väljaselgitamine; 3) toetuse ja tööotsingute planeerimine; 4) esmane karjäärinõustamine: nõustamine töö leidmiseks, säilitamiseks, tuleviku planeerimiseks; 5) töö leidmine: toetus töö leidmisel ja töötamiseks vajalike tugiteenuste korraldamisel, sh vajadusel koostöö töötukassaga; 6) töötingimuste kohaldamine: erivajadustest lähtuvate paindlike ja sobivate töötingimuste ja töökeskkonna loomise toetamine; 7) toetus ja suhtlemine tööandjaga paindlike ja vajadustele vastavate töötingimuste korraldamiseks ning tagamiseks; 8) tööandja motiveerimine sobivate tingimuste loomiseks.	Individuaalne	70,00 €
	<b>Õppimise toetamine</b>	Õppimise toetamine: toetus õpivõimaluste leidmisel, õpingute alustamisel ja säilitamisel.	Individuaalne	70,00 €
	<b>Rakendus kogukonnas</b>	Vabatahtliku töö võimaluste leidmine vm võimaluste loomine kogukonda panustamiseks, sh vabatahtliku tegevuse leidmine. Juhendamine või abistamine kogukonna tegevustega liitumisel.	Individuaalne	70,00 €

<b>Vaba aeg ja huvitegevus</b>	<b>Vaba aja ja huvitegevuse toetamine</b>	1) Vaba aja sisustamine, huvitegevuse leidmine ja säilitamine. 2) Puhkuse ja hõive (töö jm rakenduse) vahelise tasakaalu hoidmine. 3) Huviringides osalemise toetamine tegevuskeskuses või kogukonnas. Toetus huviringi valimisel ja sinna kohale jõudmisel ning tegevustega liitmisel. 4) Individuaalse huvitegevuse toetamine kogukondlikes tegevusi pakkuvates asutustes, tegevustega liitumisel toetamine.	Individuaalne	70,00 €
<b>Eluase</b>	<b>Toetus elukoha vahetusel</b>	Sobivama elamispinna korraldamine: 1) nõustamine sobiva elamispinna või eluasemega teenuse valikul; 2) võimalike elamispindadega teenuskohtadega tutvumine kohapeal; 3) toetus sobivama elamispinna organiseerimiseks, kui olemasolev eluase raskendab taastumist.  Kolimisplaan/üleminekuplaan: 1) kolimise planeerimine; 2) koostöös kliendi ja tema perega tegevuskava koostamine kolimisega seotud praktiliste küsimuste lahendamiseks; 3) toetuse ja teenuse vahetuse sujuvaks üleminekuks.  Praktiline abi kolimise teostamiseks (transport jm).  Uue elukeskkonnaga tutvumine (vajadusel juba eelnevalt), kogukonna ja ümbrusega tutvumine.	Individuaalne	70,00 €
<b>Igapäevaেলuga toimetulek</b>	<b>Igapäevaেলu toetamine</b>	Toetus vastavalt isiku vajadusele ja võimekusele. Igapäevaেলu toetamise komponendi raames toetatakse isikut vastavalt tema vajadustele ja võimekusele (meeldetuletus, juhendamine, toetus, hooldus) alljärgnevates igapäevaেলu valdkondades: 1) söömise ja söögitegemise toetamine: tugi poes käimisel ja/või toidu valmistamisel või söömisel; 2) enese eest hoolitsemise toetamine: tugi hügieenitoimingutes, riietumisel jms; 3) majapidamistoimingute toetamine: tugi koristamisel, pesu pesemisel jm elukoha eest hoolitsemisega seotud toimingutes; 4) rahadega toimetuleku toetamine, sh toetus eelarve planeerimisel ja raha kasutamisel, rahaliste toimingute tegemisel, pangateenuste kasutamisel, arvete tasumisel, sh võlgade tekkimise vältimine; 5) asjaajamise toetamine, sh suhtlus ametiasutuste ja erinevate teenuseosutajatega; 6) regulaarsed tegevused sissetuleku tagamiseks, nt KOV toimetulekutoetus jms ühekordsed toetused.	Individuaalne	70,00 €

	<b>Ettevalmistus iseseisvumiseks</b>	1) Iseseisvuskursus: iseseisva(ma) eluga toimetulekuks vajalike oskuste arendamine kursuse/laagri, individuaal- või grupitöö viisil. 2) Iseseisva elu harjutamine ajutisel elamispinnal. 3) Kohanemise toetamine: üleminekut võimaldav ja kohanemist toetav tegevus, sh uue teenuskomponendi pakkujaga tutvumise periood, mis tagaks sujuvama ülemineku teenuste vahel ning informeeritud otsuse uue teenuskomponendi osutaja valikul.	Individuaalne	70,00 €
--	--	--	---------------	---------

Lugupidamisega

Piia Pomerants  
juhatuse liige

---

MTÜ Abistu  
Tuule 2 Tartu 51009  
reg nr 80365974  
IBAN EE822200221060061266  
tel +372 554 8993  
e-post mtuabistu@gmail.com  
www.abistu.ee