



**Projekti „Isikukeskse erihoolekande teenusmudeli rakendamine kohalikus omavalitsuses 2023 - 2024“ teenuskomponentide loetelu ja hinnad Keila Sotsiaalkeskuses**

**Baastoetuste komponendid**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Komponendi nimetus** | **Komponendi kirjeldus** | **Hind** |
| **Teenuse planeerimine** | Teenuse planeerimise raames toimub: 1. terviklik ja järjepidev toetusvajaduse ja selle muutumise hindamine; 2. teenuskomponentide planeerimine, sh tegevusplaani koostamine inimesega koos, vajadusel kaasates lähedased ja vajalikud sidusvaldkonna esindajad; 3. regulaarne toetusvajaduse ja tegevusplaani ülevaatamine, muudatuste planeerimine; 4.teenuse tegevuste kokkuvõte , tulemuste mõju hindamine*Komponent ei sisalda muid sisutegevusi.* | Individuaalne tegevus45€/h |
| **Tegevusplaani elluviimise tagamine** | 1. tegevusplaani elluviimise toetamine ja selle koordineerimine; 2. võrgustikutöö koordineerimine (sh sotsiaalse võrgustikuga suhtlemine); 3. inimese nõustamine ja seostamine vajalike teenuskomponentide pakkujate ning sidusvaldkondade teenustega, sh vajadusel: * tervishoiuteenustega sidumine, et inimene jõuaks vajalike teenusteni ning

jälgiks ravi, vajadusel pere- või eriarsti vastuvõtu organiseerimine; * teavitustöö kogukonnas: kogukonna hirmude maandamine ja positiivse suhtumise tekkimise toetamine. Naabrite/kogukonna/ võrgustiku toetamine ja teavitamine, et tagada neile ja kliendile turvaline koostöö;
* toetamine kogukonnateenuste kasutamisel: otsitakse võimalusi korraldada

toetust viisil, et inimene seostatakse võimalikult maksimaalselt tegevustega tema loomulikus elukeskkonnas * nõustamine ja abi rahaliste toetuste taotlemisel, eestkoste korraldamisel. Toetus sissetuleku tagamisel, nt töövõime või puude hindamise dokumentide täitmisel abistamine ja asjaajamise korraldamine, tagamaks, et inimesel on regulaarne sissetulek.
 | Individuaalne tegevus45€/h |
| **Välise spetsialisti****konsultatsioon teenuse****planeerimiseks** | 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. Komponendi raames on võimalik sisse osta konsultatsiooni spetsialistidelt, kel on rehabilitatsiooni-spetsialisti pädevus ja/või kogemus väga spetsiifiliste või keeruliste kliendigruppidega. | Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |

**Lisatoetuse komponendid**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Komponendi valdkond** | **Komponendi nimetus** | **Komponendi kirjeldus** | **Hind** |
| **Personaalne toetus** | **Personaalne** **toetamine erinevates** **eluvaldkondades** | Personaalne toetamine: kõrvalabi, juhendamine, nõustamine erinevates eluvaldkondades. Personaalne toetamine kriisi korral: haiguse ägenemise korral toetus pere, raviarsti, tööandja ja kogukonnaga suhtlemisel. Vajadusel haiguslehe korraldamine ning abi inimese haiglaravile, sh tahtest olenematule ravile, saamisel. Mobiilne kriisiabi / SOS kontakt - töötaja, kes on kättesaadav ja toetab inimest kriisi korral. | Individuaalnetegevus45€/h |
| **Pere toetamine** | **Psühholoogiline** **nõustamine ja** **psühhoteraapia perele** | Psühholoogiline nõustamine perele stressi ja pingega toimetulekuks, psühhoteraapia, sh teraapia koos abivajava isikuga.Psühholoogiline nõustamine lastele (individuaalne, grupis, laagrites vm) psüühikahäirega vanema alaealistele lastele ja noortele. | Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
| **Pere nõustamine ja** **koolitus** | Vaimse tervise alane nõustamine perele: info andmine, emotsionaalne ja praktiline toetus, juhendamine haiguse ja sellest tulenevate piirangute ning võimaluste mõistmiseks, sobiva toe pakkumine, peresuhete ja toetuse optimeerimiseks, sh kriisiolukorras käitumise ja sobivate strateegiate õppimiseks. Pere toetamine, perekoolitus vaimse tervise teemadel, sh: informeerimine, emotsionaalne ja praktiline toetus ning juhendamine haiguse ja sellest tulenevate piirangute ja võimaluste mõistmiseks, sobiva toe pakkumiseks, peresuhete ja toetuse optimeerimiseks, sh kriisiolukorras käitumise ja sobivate strateegiate õppimiseks.  | Individuaalne tegevus45€/hGrupitegevus25€/hSisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
|  | **Kogemusnõustamine perele** | Kogemusnõustamine perele sarnase kogemusega perede või taastuja -kogemusnõustaja poolt. Tugigrupp perele - regulaarselt toimuv toetusgrupp (sarnaste probleemidega peredele), grupijuhtimisel osalevad koos eriala spetsialistidega ka kogemusnõustajad. Eneseabigrupp perele - sarnase kogemusega inimeste toetus, grupijuhina tegutseb tavapäraselt kogemusnõustaja. | Individuaalne tegevus 45€/hGrupitegevus25€/hSisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
|  | **Intervallhoid** | Ajutise hoiu teenus kodus või teenuseosutaja juures, eesmärgiga võimaldada lähedastele puhkust. | Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
| **Sotsiaalsed suhted** | **Sotsiaalsete suhete** **toetamine** | Sotsiaalsete suhete soodustamine, loomine ja säilitamine, sh: * nõustamine ja toetus lähedastega suhete taastamiseks ja hoidmiseks;
* alaealiste lastega suhete taastamine ja toetamine, haiguse tõttu kannatanud/katkenud suhete taastamine alaealiste lastega vanade sõprussuhete taastamine, uute sõprade leidmine, ärakasutamise ennetamine.
* võimalused ja piisav tugi turvaliste seksuaal- ning paarisuhete loomiseks.
* toetus ja nõustamine lapsevanemaks olemisel, sh lapsevanamaks vajalike oskuste arendamine, tugi ja nõustamine lapse kasvatamisel individuaalselt või grupis
 | Individuaalne tegevus45€/h |
| Grupitegevus25€/h |
| Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale |
| **Vaimne tervis** | **Taastumise ja** **haigusega** **toimetuleku** **toetamine** | * Vaimse tervise alase info jagamine ja nõustamine (sh digitaalselt, telefoni teel) ning spetsialistideni edasi suunamine.
* Raviarstiga koostöös sobiva ravi ja seda toetavate taastumistegevuste planeerimine, sh ohumärkide plaani ja kriisikaardi koostamine koostöös oluliste tugivõrgustiku liikmetega
* Nõustamine ja toetus haiguse, sümptomite, ravi ja ravimitega toimetulekuks, haiguse ägenemise ennetamiseks, sh sümptomite kontrolli jms grupiõppeprogrammid.
* Nõustamine ja toetus haiguse mõjude, takistuste, stressi ja negatiivsete emotsioonidega toimetulekuks.
* Taastumiskursus - taastumise mõtteviisi arendamiseks, oma loo ja taastumisprotsessi läbitöötamiseks, eesmärkide läbimõtlemiseks.
* Vaimse tervise alane (psühhiaatria õde, psühhiaater) või sotsiaalne nõustamine ja teraapiad. Kognitiivne remediatsioon, loovteraapia, tegevusteraapia jm.
 | Individuaalne tegevus45€/hGrupitegevus25€/hSisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
| **Vaimse ja motoorse****võimekuse****arendamine ja****säilitamine** | Teraapiad vaimse ja motoorse tervise säilitamiseks ja arendamiseks, sh loovteraapiad (muusikateraapia), tegevusteraapia, sotsiaalpedagoogi nõustamine, eripedagoogi, logopeedi nõustamine, sensoorse interpretatsiooni toetamine (aistinguliste iseärasuste kaardistamine ja sellega arvestavate sekkumiste planeerimine; sensoorne dieet, tunnetuslik suhtlemine (autismi puhul oluline), füsioteraapia, loomade kaasamine teraapiates, hipoteraapia jms. Alternatiivkommunikatsiooni vahendite planeerimine ja kasutama õppimine. | Individuaalne tegevus60€/hGrupitegevus25€/h. |
| Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale |
| **Psühholoogiline nõustamine ja****psühhoteraapia** | Nõustamine ja psühhoteraapia personaalse identiteedi tugevdamiseks, jõustamiseks, taastumisloo läbi töötamiseks, stressi, emotsioonide ja negatiivsete mõtetega toimetulek, oma keha tunnetuseks jms. | Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
| **Kogemusnõustamine** | Kogemusnõustamine – sarnase kogemusega inimeste vahel toimuv teadmiste- ja kogemuste vahetus ja/või nõustamine, mille käigus pakutakse kogemuslikku emotsionaalset, sotsiaalset ja/ või praktilist tuge. Kogemusnõustamine vastavalt sellele, mis on isiku eesmärgid või väljakutsed. Rääkimine inimestega, kes on sarnase taastumisprotsessi läbi teinud. Haiguse, kõrvaltoimete ja sümptomitega toimetulekuks haigusteadlikkuse tõstmine (sh kogemusnõustamine läbi digitaalsete kanalite, mis võiks sobida noortele).Tugigrupp ja/või eneseabigrupp - toetusgrupid sarnase probleemiga inimeste toetamiseks, haiguse ja sümptomitega toimetulekuks, erinevatele probleemidele, psüühikahäirest tulenevatele piirangutele ja diagnoosigruppidele suunatud grupid, nt depressioon, sõltuvus, häälte kuulmine jne.Tugi- ja eneseabigruppe võivad juhtida kas professionaalid koos kogemusnõustajaga või vastava väljaõppega kogemusnõustaja üksi. | Individuaalne tegevus45€/hGrupitegevus25€/hSisse ostetavad vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
|  | **Riski- ja probleemse****käitumise juhtimine** | Riskijuhtimine - riskikäitumise hindamine ja juhtimine, sh riskide hindamine kahjustava sündmuse ennetamiseks (nt enda hooletusse jätmine, suitsiid, agressiivsus, risk lastele), tegevuste planeerimine olemasolevate riskide ohjamiseks ja kõigi seotud osapoolte kaitsmiseks. Koostatakse vajadusel ohumärkide plaan, kriisikaart jm (nt CARe metoodika alusel).Probleemse käitumise juhtimine, sh käitumiseksperdi tegevus toetusmeeskonnale ja perele probleemse käitumise mõistmiseks ja korrigeerimiseks, emotsioonide ja negatiivsete mõtetega toimetulekuks. Ettevalmistus kriisiolukorraks, nt harjutamine ja õpetamine turvalisuse tagamise ja abi kutsumise teemal Personaalne sekkumine kontakti loomiseks ja koostöövalmiduse tekitamiseks abist keelduvate psüühilise erivajadusega inimeste puhul. Kiire sekkumine ja toetus ebastabiilse olukorra stabiliseerimiseks, isiku baasvajaduste ja turvalisuse tagamiseks. Eesmärk on luua kontakt, motiveerida abi vastu võtma ja valmistada ette tingimused tegevusplaani koostamiseks koostöös baastoetuse osutajaga. Mobiilne kriisiabi / SOS kontakt - töötaja, kes on kättesaadav ja toetab inimest kriisi korral. | Individuaalne tegevus45€/hSisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
| **Füüsiline tervis** | **Füüsilise tervise alane****nõustamine ja toetus** | Füüsilise tervise eest hoolitsemise toetamine, nõustamine ja motiveerimine tervislike eluviiside tagamiseks (füüsiline aktiivsus, toitumine, tervislikud eluviisid jms). Perearsti jm arstidega kontakti loomine, hoidmine. | Individuaalne tegevus45€/hGrupitegevus25€/h |
| Füüsilise aktiivsuse toetamine | Füüsilise aktiivsuse toetamine.Sportimis- ja liikumisvõimalused: värskes õhus viibimise ja sportimisvõimaluste tagamine individuaalseks liikumiseks, treeninguks ja/või rühmatreeningud. | Individuaalne tegevus35€/hGrupitegevus25€/h |
| Teraapiad füüsilise tervise toetamiseks | Füsioteraapia jm teraapiad füüsilise tervise toetamiseks. | Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
|  | Liikumine eluruumides | Siirdumise toetamine elukeskkonnas - nii abivahendid kui vahetu füüsiline aitamine. Abivahend/ kõrvalabi, juhendamine. | Individuaalne tegevus45€/h |
|  | Liikumine väljaspool eluruume | Transpordi kasutamise toetamine - transpordi planeerimine ja harjutamine. Toetus (ühis)transpordi kasutamisel (liikumisteede planeerimine, harjutamine). | Individuaalne tegevus45€/h |
| **Hõivatus** | Töötamise toetamine | Töötamise toetamise komponendi raames toimub igakülgne toetus töö leidmiseks, saamiseks ja säilitamiseks, sh: * Töövõime hindamine - töövõime ja -oskuste hindamine.
* Hindamine praktiliste töötegevuste käigus.
* Karjäärinõustamine - nõustamine töö leidmiseks, säilitamiseks, tuleviku planeerimiseks.
* Töö leidmine - toetus töö leidmisel ja tugiteenuste korraldamisel.
* Töötingimuste kohaldamine - erivajadustest lähtuvate paindlike

 ja sobivate töötingimuste ja töökeskkonna loomise toetamine. * Tööandja motiveerimine sobivate tingimuste loomiseks
 | Individuaalne tegevus35€/hGrupitegevus25€/h |
|  | Töö- või rakendustegevuse toetamine spetsiaalselt kohandatud keskkonnas | Töö tegemise võimalus turvalises ja kohandatud keskkonnas, kus on võimalik teha võimetekohaseid tööülesandeid turvalises töökeskkonnas ja jõukohases töötempos ning sealjuures on tagatud vajalikus ulatuses juhendamine, nõustamine ja abi. Töötegevused toimuvad teenusepakkuja juures või kohandatud töökeskkonnas avatud tööturul.Rakendus tegevuskeskuses -rakendustegevused inimese aktiviseerimiseks. Erinevad toimetulekuoskuste grupid, huviringid jm, mis tagavad piisava hõivatuse. | Individuaalne Tegevus45€/hGrupitegevus25€/h |
|  | Õppimise toetamine | Õppimise toetamine - toetus õpivõimaluste leidmisel, õpingute alustamisel ja säilitamisel. Õppimistingimuste kohaldamine erivajadustest lähtuvate paindlike ja sobivate õppimistingimuste ja -keskkonna loomise toetamine. Vajadusel hariduse tugiteenuste korraldamine. | Individuaalne tegevus45€/h |
| Sisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
|  | Rakendus kogukonnas | Vabatahtliku töö võimaluste leidmine vm võimaluste loomine kogukonda panustamiseks. Juhendamine või abistamine rakendusel kogukonnas. | Individuaalne tegevus45€/hGrupitegevus25€/h |
| **Vaba aeg ja huvitegevus** | Vaba aja ja huvitegevuse toetamine | Vaba aja sisustamine, huvitegevuse leidmine ja säilitamine. Puhkuse ja hõive (töö jm rakenduse) vahelise tasakaalu hoidmine.Huviringides osalemine tegevuskeskuses või kogukonnas. Toetus huviringi valimisel ja sinna kohale jõudmisel.Individuaalse huvitegevuse toetamine. | Individuaalne tegevus45€/hGrupitegevus25€/h |
| **Eluase** | Toetus elukoha vahetusel | Sobivama elamispinna korraldamine - nõustamine sobiva elamispinna või eluasemega teenuse valikul, võimalike elamispindadega teenuskohtadega tutvumine kohapeal. Toetus sobivama elamispinna organiseerimiseks, kui olemasolev eluase raskendab taastumist. Kolimisplaan/ üleminekuplaan - kolimise planeerimine, koostöös kliendi ja perega tegevuskava koostamine kolimisega seotud praktiliste küsimuste lahendamiseks, toetuse ja teenuse vahetuse sujuvaks üleminekuks. Praktiline abi kolimise teostamiseks (transport jm).Uue elukeskkonnaga tutvumine (vajadusel juba eelnevalt), kogukonna ja ümbrusega tutvumine. | Individuaalne tegevus45€/h |
| **Igapäevaelu toetamine** | Igapäevaelu toetamine | Toetus vastavalt isiku vajadusele ja võimekusele. Igapäevaelu toetamise komponendi raames toetatakse isikut vastavalt tema vajadustele ja võimekusele (meeldetuletus, juhendamine, toetus, hooldus) alljärgnevates igapäevaelu valdkondades: * Söömise ja söögitegemise toetamine - tugi poes käimisel ja/või toidu valmistamisel või söömisel.
* Enese eest hoolitsemise toetamine - tugi hügieenitoimingutes, riietumisel jms.
* Majapidamistoimingute toetamine - tugi koristamisel, pesu pesemisel jm elukoha eest hoolitsemisega seotud toimingutes.
* Rahadega toimetuleku toetamine, sh toetus eelarve planeerimisel ja raha kasutamisel, rahaliste toimingute tegemisel, pangateenuste kasutamisel, arvete tasumisel.
* Võlanõustamine võlgade vähendamiseks ja likvideerimiseks, uute võlgade tekkimise vältimiseks.
* Asjaajamise toetamine, sh suhtlus ametiasutuste ja erinevate teenuseosutajatega.
 | Individuaalne tegevus45€/hGrupi tegevus25€/hSisse ostetavad teenused vastavalt teenuseosutaja hinnakirjale. |
| Ettevalmistus iseseisvumiseks | Iseseisva(ma) eluga toimetulekuks vajalike oskuste arendamine. Iseseisva elu harjutamine ajutisel elamispinnal. Kohanemise toetamine - üleminekut võimaldav ja kohanemist toetav tegevus mis tagaks sujuvama ülemineku teenuste vahel ning informeeritud otsuse uue teenuskomponendi osutaja valikul. | Individuaalne tegevus45€/hGrupi tegevus25€/h |