Terve Pere Pesa MTÜ
Baas- ja lisatoetuse komponentide hinnakiri ISTE projektis Rapla vallas perioodil 2023 - 2024

BAASTOETUSE KOMPONENDID

Komponendi nimetus	Komponendi selgitus	**Töö maht:** individuaalne või grupitegevus	Teenuse ühe tunni* hind ilma KM-ta	KM Kui KM ei lisandu, märkida	Teenuse ühe tunni hind koos KM-ga
Teenuse planeerimine	Teenuse planeerimise raames toimub: 1. terviklik ja järjepidev toetusvajaduse ja selle muutumise hindamine (sarnased kohustuslikud tegevused naga on erihoolekande ja sotsiaalse rehabilitatsiooni teenustel); 2. teenuskomponentide planeerimine, sh tegevusplaani koostamine koos inimesega, vajadusel kaasates inimese lähedased ja teised vajalikud sidusvaldkonna esindajad;	Individuaalne tegevus	35	0	35
Tegevusplaani elluviimise tagamine	Tegevusplaani elluviimise tagamise raames toimub: 1. tegevusplaani elluviimise terviklik toetamine ja selle täitmise koordineerimine; 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);	Individuaalne tegevus	35	0	35
Välise spetsialisti/eksperdi 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	Individuaalne tegevus	Väline spetsialist turuhinnaga	0	Väline spetsialist turuhinnaga

LISATOETUSE KOMPONENDID

Komponendi valdkond	Komponendi nimetus	Komponendi kirjeldus	Töö maht: individuaalne või grupitegevus	Teenuse ühe tunni* hind ilma KM-ta	KM Kui KM ei lisandu, märkida	Teenuse ühe tunni hind koos KM-ga
Personaalne toetus	**Personaalne toetamine erakorralistes eluolukordades**	Personaalne toetamine inimese elus ettetulevates erakorralistes eluolukordades. Teenuskomponendiga tagatakse: 1) personaalne toetus ootamatult tekkinud kriisi korral või olukorras, mis vajab kiiret sekkumist nt inimese või tema pere toetamine haiguse äkilisel ägenemisel, raviasutustõõndajaga suhtlemine; töövõimetusleht 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. 2) haiguskriitikata 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. Käsiletav ka kiire ja lühiajalise kriisiabi ja/või SOS kontaktina – töötaja tegevus, kes on kättesaadav ja toetab inimest kriisi korral lühiajaliselt. Teenuskomponent ei ole inimese regulaarne igapäevane nõustamine ja toetamine. Kasutatakse ainult sellisel juhul, kui tegevus vastab ühalnimetatule ja/või seda ei ole võimalik liigitada mingi muu teenuskomponendi tegevuseks.	Individuaalne te	35	0	35
Pere toetamine Teenus-komponendid on suunatud toetama ja abistama hooldus-koormusega perelikmeid ja lähedasi selle ülesandega toime tulema	**Psühholoogiline nõustamine ja psühhoteraapia perele**	Psühholoogiline nõustamine, psühhoteraapia perele (psühhilise erivajadusega inimese hooklus- ja toetuskoormusega kaasnevate olukordadega toimetulekuks), sh teraapia koos abivajava isikuga.	Individuaalne tegevus	70	0	70
			Grupi tegevus	35	0	35
	Pere nõustamine ja koolitus	Vaimse tervise alane nõustamine perele sh: Informeerimine, emotsionaalne ja praktiline toetus ning juhendamine haiguse ja sellest	Individuaalne te	70	0	70
			Grupi tegevus	35	0	35
	Kogemus-nõustamine perele	Kogemusnõustamine perele sarnase kogemusega perede või taustujast kogemusnõustaja poolt. Teenuskomponendi tegevusena saab olla nõustamine raske, sõgava või pitsiva psühhikahäire (teenusmudeli katsetamise sihtgrupp) kogemusega inimese või sellise inimese perelikme poolt, kes on saanud vastava ettevalmistuse. Teenuskomponendi käigus toimub teadmiste ja kogemuste vahetamine ning emotsionaalse, sotsiaalse ja/või praktilise toe pakkumine. Tugigrupp perele - regulaarselt toimuv toetusgrupp (sarnaste probleemidega peredele), grupijuhtimisel osalevad koos eriala praktikutega ka kogemusnõustajad. Eneseabigrupp perele - sarnase kogemusega inimeste toetus, grupijuhina tegutseb tavapäraselt kogemusnõustaja, kellel on kogemus olla ise samas olukorras perelige.	Individuaalne te	55,00 (kohalik spetsialist) 75,00 (maakonna-väline spetsialist)	0	55,00 (kohalik spetsialist) 75,00 (maakonna-väline spetsialist)
			Grupi tegevus	25,00 (kohalik spetsialist) 40,00 (maakonna-väline spetsialist)	0	25,00 (kohalik spetsialist) 40,00 (maakonna-väline spetsialist)
	Intervallhoid	Ajutise hoia teenus kodus või teenuseosutaja juures, eesmärgiga võimaldada lähedastele puhkust – teenuskomponendil eesmärk pere suunal. Abivajadusega	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
Sotsiaalsed suhted	**Sotsiaalsed suhete**	Sotsiaalsete suhete soodustamine, loomine ja säilitamine, sh: ja nõustamine ja toetus lähedastega suhete taastamiseks ja hoidmiseks;	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
Vaimne tervis	**Vaimne tervise ja vaimse tervise**	Tegevused, mis on suunatud psühhikahaigusega inimestele vajaliku abi tagamiseks ja taastumisteekonna protsesside toetamiseks raskest vaimse tervise häirest taastumisel.	Individuaalne te	70	0	70
			Grupi tegevus	30	0	30
	Vaimse ja motoorse võimekuse arendamine ja säilitamine	Teenuskomponendi tegevused on suunatud abivajajate kognitiivsete võimete arendamiseks ja säilitamiseks, sh nii intellektipuudega inimestele kui tõsise vaimse	Individuaalne te	70	0	70
			Grupi tegevus	30	0	30
	Psühhoosiga inimese nõustamine	Psühhoosiga inimese nõustamine, psühhoosiga inimese toetamine, psühhoosi, taastumisloo läbi töötamiseks, stressi, emotsioonide ja negatiivsete mõtetega	Individuaalne te	70	0	70
			Grupi tegevus	35	0	35
	Kogemus-nõustamine	Teenuskomponendi tegevusena saab olla kogemusnõustamine raske, sõgava või pitsiva psühhikahäire (teenusmudeli katsetamise sihtgrupp) kogemusega inimese poolt, kes on saanud vastava ettevalmistuse. Kogemusega inimeste vahel toimuv teadmiste- ja kogemuste vahetus ja/või nõustamine, mille käigus jagatakse kogemuslikku emotsionaalset, sotsiaalset ja/ või praktilist tuge. Kogemusnõustamine vastavalt sellele, mis on isiku eesmärgid või väljakutsed. Rääkimine inimestega, kes on sarnase taastumisprotsessi läbi teinud. Eesmärgiks on haiguse, ravimite kõrvaltoimete ja sümptomitega toimetulekuks haigusteadlikkuse tõstmine. Tugigrupp ja/või eneseabigrupp - toetusgrupid sarnase probleemiga inimeste toetamiseks, haiguse ja sümptomitega toimetulekuks, erinevatele probleemidele, psühhikahäirest tulenevatele piirangutele ja diagnoosigruppidele suunatud grupid, nt depressiooni suund, sõltuvus, häälte kuulmine jne. Tugi- ja eneseabigruppe võivad juhtida spetsialistid koos kogemusnõustajaga või vastava väljaõppega kogemusnõustaja üksi.	Individuaalne te	55,00 (kohalik spetsialist) 75,00 (maakonna-väline spetsialist)	0	55,00 (kohalik spetsialist) 75,00 (maakonna-väline spetsialist)
			Grupi tegevus	25,00 (kohalik spetsialist) 40,00 (maakonna-väline spetsialist)	0	25,00 (kohalik spetsialist) 40,00 (maakonna-väline spetsialist)
	Riski- ja probleemse käitumise juhtimine	Teenuskomponendi tegevuseks on ettetaneerritud ja kavandatud tegevused inimesel esineva riski- ja probleemse käitumise maandamiseks ja olukordade ennetamiseks. Tegevusi viiakse läbi pikema ajaperioodi jooksul ning konkreetselt kokkulepitud tegevussammudena. Ei ole ootamatute kriiside akuutne lahendamine. Riskijuhtimine - riskikäitumise hindamine ja juhtimine, sh riskide hindamine kahjustava sõndmuse ennetamiseks (nt enda hooletusse jätmine, suitsiid, agressiivsus, oht 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 nõustamine toetusmeeskonnale ja perele probleemse käitumise mõistmiseks ja korrigeerimiseks, emotsioonide ja negatiivsete mõtetega toimetulekuks. Inimese ettevalmistus kriisisituatsiooniks, nt harjutamine ja õpetamine kriitilistes olukordades käituma - turvalisuse tagamise ja abi kutsumise oskused. Teenuskomponendi osutaja võib olla valmis pakkuma ka tegevusi (nõustamist ja toetust) ootamatult tekkinud kriisi korral nt inimese või tema pere toetamist haiguse äkilisel ägenemisel, käiret nõustamist lähedastele. On olemas valmisolek tagada töötaja, kes on kättesaadav ja toetab inimest (mobiilne kriisiabi).	Individuaalne te	55	0	55
Füüsiline tervis	**Füüsilise tervise alane nõustamine**	Füüsiline tervise eest hoolitsemise toetamine, nõustamine ja motiveerimine terviklike eluviiside tagamiseks (füüsiline aktiivsus, toitumine, terviklikad eluviisid jms).	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	15	0	15
	Füüsilise aktiivsuse	Sportimis- ja liikumisvõimalused: värskes õhus viibimise ja sportimisvõimaluste tagamine individuaaleks liikumiseks, treeninguiks ja/vö rühmatreeninguiks.	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	15	0	15
	Teraapiline füüsilise	Füsioteraapiline nõustamine jm teraapilised tegevused füüsilise tervise toetamiseks. Tegevusega tagatakse inimesele tema füüsiline sooritusvõime ja tegevuskeskkonnaga	Individuaalne te	50	0	50
			Grupi tegevus	25	0	25
	Liikumine eluruumides	Sõirdumise 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 te	35	0	35
	Liikumine väljaspool	Transpordi kasutamise toetamine - transpordi planeerimine ja harjutamine. Toetus (nt ühis)transpordi kasutamisel (liikumisteede planeerimine, harjutamine).	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
Hõivatus	**Töötamise toetamine**	Töötamise toetamise komponendi raames toimub igakülgne toetus töö otsimisel ja/või säilitamisel sh:	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
	Töösarnase või rakendustegevuse toetamine spetsiaalselt kohandatud	Tähenduslike töösarnaste või rakenduslike tegevuste teostamise võimalus turvalises ja kohandatud keskkonnas, kus saab teha võimalikohaseid tõlesandeid jõukohases tempos ning sealjuures on tagatud vajalikus ulatuses juhendamine, nõustamine ja abi. Töösarnased tegevused toimuvad teenuseosutaja juures või kohandatud keskkonnas sh töö- või tegevuskeskustes. Rakendus töö- ja/vöi tegevuskeskuses - rakendustegevused inimese aktiviseerimiseks. Töösarnase ja rakendustegevusega seotud toimetulekuoskuste grupid, huvidel põhinevad tegevusringid jm, mis tagavad piisava hõivatuse. Teenuskomponendi arvestuslik isikupõhine kau piirhind 2023-2024.a on 305 eurot, kuid see võib kaude lõikes erineda, sh olla suurem kui 305 eurot, kuid ühe kalendriaasta kogukulu inimese kohta ei tohi ületada arvestuslikku 12 kau piirhinda.	Grupi tegevus	20	0	20
	Õppimise toetamine	Õppimise toetamine - toetus õpivõimaluste leidmisel, õpingute alustamisel ja säilitamisel.	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
	Rakendus kogukonnas	Vabatahtliku tegevuse leidmine, vabatahtliku toetamine, kogukonna panustamiseks, sh vabatahtliku tegevuse leidmine. Juhendamine või abistamine	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
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 osalemise toetamine	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
Eluase	**Toetus elukoha vahetusel**	Sobivama elamispinna korraldamine - nõustamine sobiva elumispinna või eluasemega teemase valikul, võimalike elamispindadega teenuskohtadega tutvumine kohapeal. Toetus sobivama elamispinna organiseerimiseks, kui olemasolev eluase ruskendab taastumist. Kolimisplaan/üleminekuplaan - kolimise planeerimine, koostöös kliendi ja tema perega tegevuskava koostamine kolimisega seotud praktiliste küsimuste lahendamiseks, toetuse ja teenuse vahetuse sujuvaks ülemineku. Praktiline abi kolimise teostamiseks (transport jm). Uue elukeskkonnaga tutvumine (vajadusel juba eelnevalt), kogukonna ja ümbrusega tutvumine.	Individuaalne te	35	0	35
Igapäevaelu toimetulek	**Igapäevaelu toetamine**	Toetus vastavalt inimese vajadusele ja võimekusele. Igapäevaelu toetamise komponendi raames toetatakse inimest vastavalt tema	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20
	Ettevalmistus iseseisvumiseks	Iseseisvuskursus - iseseisva(ma) eluga toimetulekuks vajalike oskuste arendamine kursuse/lisagri, individuaal- või grupitöö võisõ. Iseseisva elu harjutamine ajutisel	Individuaalne te	35	0	35
			Grupi tegevus	20	0	20