



SOTSIAALMINISTEERIUM

**Taotlusvorm kohalikule omavalitsusele mobiilse Perepesa teenuse toetuse taotlemiseks**

<b>1. Taotleja nimi ja registrikood</b> TARTU LASTE TURVAKODU 75006701
<b>2. Taotleja juriidiline aadress</b> TIIGI 55, TARTU
<b>3. Kontaktandmed (telefon ja e-posti aadress)</b> 54450420, <a href="mailto:tartu@perepesa.ee">tartu@perepesa.ee</a>
<b>4. Arvelduskonto number, viitenumber, pank</b> Arvelduskonto number EE401010102030203008 Viitenumber 33109185000000
<b>5. Taotletav summa</b> 49000 eurot
<b>6. Toetuse kasutamise eesmärk (palun sõnastage eesmärk 1-2 lausega)</b> Mobiilsete perepesa teenuste elluviimine 2024-2025 aastal. Perepesa teenuste tutvustus laiemale sihtgrupile Mobiilse perepesa projektiga on jõutud 2500 sihtgrupi laste ja vanemateni (sh vanavanemateni) läbi: 1) Perepesa teenuste tutvustamise ja vanemahariduslike koolituste (suhtluskoolitused ja Rahupesa meetodika tutvustamine) läbiviimisega Tartu linna lasteaedades; 2) vanemahariduslike videode levitamine sotsiaalmeedias, koolitustel ja koostööpartnerite (sh lastekaitsetöötajad ja lasteaedade tugispetsialistid ja õpetajad) kaudu
<b>7. Tegevuste kirjeldus koos aastate kaupa eeldatava ajakavaga (vajadusel lisage fail)</b> Tartu linn on hea ühistranspordiühendusega linn ning Perepesa paikneb strateegiliselt heas asukohas kesklinna piirkonnas, kust pääseb erinevatesse linnaosadesse suhteliselt kergelt. Seetõttu rakendame mobiilse Perepesa teenust erinevate linnaosade lasteaedades (5 erinevas lasteaias). Tegevused on jaotatud 3 alaprojekti vahel: <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>RAHUPESA METOODIKA TUTVUSTUS JA RAKENDAMISE TUGI</b> <b>Sisu:</b> Lastelt eeldatakse, et kooli minnes on nad omandanud erinevaid olulisi oskusi, sh peaksid nad suutma enda emotsioone kirjeldada ning tugevaid emotsioone sobivalt väljendada (Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava, 2008). Ometi näeme me, et kõik lapsed ei ole neid olulisi oskusi veel kooli minnes omandanud. Tugevate tunnetega toimetuleku oskuse õppimine on keeruline ja aeganõudev ning vajab palju harjutamist. Seetõttu on juba varakult nii kodus kui lasteaias vaja sellega pihta hakata. Üks meetod, mis eelnimetatud oskuste õppimist toetab, on rahupesa. Rahupesa on turvaline ja rahulik koht ruumis, kuhu laps võib minna ennetamaks tundetormi või tugeva tunde ajal (nt viha, kurbus, hirm, aga ka elevus ja rõõm). Rahupesas on erinevad rahustavad vahendid (nt stressipall, sädeluspudel, raamatud, hingamisharjutuste pildid jm), mille seast saab laps endale valida parasjagu kõige meelepärasema. Rahupesa efektiivsust näitavad mitmed uuringud. Uurimistöös „The Impact of a Classroom Calm Down Corner in a Primary Classroom“ (Thompson, C., 2021) leiti, et rahupesa kasutamine toetab laste eneseregulatsiooni ja sotsiaal-emotsionaalsete oskuste õppimist. Uuringust nähtus, et negatiivsed käitumismustrid vähenesid rahupesa kasutamise tulemusel. Ewert, C. (2023) leidis samuti, et rahupesa on laste tunnete regulatsiooni õppimiseks kasulik. Uuringust nähtus, et rahupesad olid tugevate negatiivsete tunnete vähendamisel 81% ajast efektiivsed. Kvalitatiivsed andmed toetasid kvantitatiivseid andmeid. Õpilastega tehtud intervjuudes väljendas 80% vastanutest rahupesade suhtes positiivset meelestatust. <b>Sihtgrupp:</b> 3-7-aastaste laste vanemad ja õpetajad, kelle sissekirjutus on Tartu linn. Igas</li></ul>

grupis kuni 20 osalejat. Kokku 2 aasta peale 200 osalejat.

- **SUHTLUSKOOLITUSED**

**Sisu:** Suhtluskoolitus 3-7-aastaste laste vanematele on eesmärgiga aidata vanematel luua tervislik ja toetav suhe oma lastega.

Teemad, mida koolitus katab:

- Aktiivne kuulamine ja tundekasvatus- kuidas kuulata oma last, olla empaatiline ja mõista nende tundeid ning mõtteid. Aitab teil luua usaldust ja avatud suhtlust. Käsitleme miks on oluline õpetada lastele emotsioonide mõistmist ja nendega toimetulekut, ning kuidas seda teha.
- Konfliktide lahendamine ja piiride seadmine - kuidas õpetada lastele konfliktide lahendamise oskusi ning kuidas seada selgeid, kuid armastavaid, piire ning miks need on laste jaoks olulised.
- Vanemluse stiilid - erinevaid vanemluse stiilid ning nende mõju lastele. See aitab vanematel leida tasakaalu ja valida sobiva lähenemise.
- Mängu ja loovuse tähtsus - mängu ja loovuse rolli laste arengus ning kuidas neid elemente igapäevaelus rakendada.
- Tehnoloogia ja ekraaniaeg - tehnoloogia kasutamise piiranguid ja ekraaniaega ning selle mõju laste arengule ja suhtlusele.

**Vorm:** kokku kolm 2-tunnist kohtumist viies erinevas kohas. Loeng, grupiarutelud, praktilised harjutused ja näited reaalistest olukordadest, et aidata vanematel arendada oskusi, mis parandavad nende suhtlust ja suhet lastega.

**Sihtgrupp:** 3-7-aastaste laste vanemad, kelle sissekirjutus on Tartu linn. Igas grupis kuni 20 osalejat. Kokku kahe aasta peale 200 osalejat.

PEREPROGRAMM „MORE THAN WORD“ (eesti keeles „Enam kui sõnad“) on Kanades Haneni keskuses välja töötatud programm peredele, kus kasvab autismispektri häire või suhtlemisraskustega laps. Programmi eesmärgiks on suurendada efektiivsete ning teaduspõhiste strateegiatega rakendamise kaudu vanemate oskusi ning seeläbi ka osalust oma lapse suhtlemisoskuse arendamisel.

**Programmi sisu:** Logopeedi juhendamisel õpivad vanemad kasutama koduses keskkonnas erinevaid võtteid ja strateegiaid ning saavad praktilisi nõuandeid ja soovitusi lapse suhtlemisoskuste parandamiseks.

Programmi käigus õpivad vanemad:

- märkama lapse suhtlemiskavatsusi
- mõistma, kuidas omandab laps kõige efektiivsemalt uusi suhtlemisoskusi
- teada saama, mis motiveerib last kõige enam suhtlema;
- ärgitama last suhtlema igapäevaste ühistegevuste käigus

**Kursus sisaldab:** üheksat grupitundi ja kolme individuaalset kohtumist.

Individuaalseks kohtumiseks antaks vanemale kindel ülesanne, mida ta koos lapsega kodus harjutab ning millest tehakse videosalvestus. Individuaalsete kohtumiste käigus analüüsitakse vanemate tehtud videosalvestusi ning antakse peredele tagasisidet.

**Sihtgrupp:** kuni 4-aastaste laste vanemad, kelle sissekirjutus on Tartu linn. Grupis kuni 12 osalejat.

- **VANEMAHARIDUSLIKUD VIDEOOD**

**Fookus:** lapsega lähedase suhte loomine, lapse eakohase arengu toetamine

Väärtused: positiivne vanemlus, teaduspõhisus, praktilisus

Projekti lõpus on Tartu Perepesal vähemalt 6 kvaliteetset videoklippi, mida kasutada Tartu linna lastevanemate koolitustel, Perepesa tutvustamisel ja väikelaste vanemate teadlikkuse tõstmisel laiemalt.

Teemad:

1. Mäng kui vahend lapsega suhtlemiseks ja tema arengu toetamiseks – väikelaps õpib maailma tundma ja tunnetama läbi mängu. Vanema ülesanne on tutvustada lapsele mängimist ning osaleda lapse mängus.
2. Lahkumise rituaalid ja lasteaiaga kohanemine – väikelapsel võib olla keeruline leppida olukorraga, kus vanem lahkub tema juurest ja tal tuleb kohaneda võõras keskkonnas iseseisvalt hakkama saada. Selle olukorraga harjutamiseks on mitmeid võtteid, mis austavad lapse vajadusi ning suurendavad vanema meelerahu.
3. Lapse uni, uinumise toetamine – lapsel võib olla keeruline uinuda, sest põnev maailm vajab avastamist. Kuidas vanem saab toetada, et tagada lapsele kasvamiseks vajalik kosutav uni.

<p>4. Toit ja toitumine esimestel eluaastatel – Kui lapsel on suhu tulnud hambad ning ta saab laua taga istumisega kenasti hakkama, on väikelaps valmis sööma perega sama toitu. Mida mees pidada ja kuidas harjutada last sööma, tehes häid valikuid.</p> <p>5. Jonnihoogudega toimetulek – nutuhood on väikelapse arengus igapäevane nähtus. Vanema austav ja mõistev käitumine aitab lapsel suurte tunnetega paremini toime tulla.</p> <p>6. Rahupesa kui eneseregulatsiooni harjumuste kujundamine</p> <p>7. Piiride seadmine – enesekehtestamine ja koostöö lapsega – peaks olema mingi situatsioonipõhine</p> <p>8. Jagatud vanemlus – igal lapsel on kaks vanemat. Kuna väikelapse kasvatamine on raske töö, siis kuidas saavad vanemad omavahel kohustusi jaotada nii, et mõlema vanema tass püsib täis.</p> <p><a href="#">AJAKAVA</a> on lisatud failina.</p>
<p><b>8. Mõõdetav tulemus (teenust saanud inimeste arv) 2024.aastal ja 2025.aastal</b>  2024. aastal koolitustel osalenud inimest arv 400, videod on jõudnud 200 inimeseni  2025. aastal koolitustel osalenud inimest arv 400, videod on jõudnud 1500 inimeseni</p>
<p><b>9. Kas küsitud tegevuse rahastamiseks kasutatakse muud rahastust, sh koostööpartnerid (KOV jne) või lisatakse omafinantseeringut. Palun loetleda</b>  Ei kasuta muud rahastust</p>
<p><b>10. Kas ja kuidas olete planeerinud nimetatud tegevuste jätkusuutlikkuse peale kirjeldatud elluviimise perioodi, kirjeldage</b>  Peale nimetatud perioodi saavad huvilised jätkata teenustel osalemist Tartu Perepesas.</p>

## 11. Finantseelarve

Kululiigid taotletava summa osas	2024.aasta	2025.aasta	Summa kokku
1. Koolitusteenused (sh kooliatajate tasu, ruumide rent, kohvipausid)	14000	13200	27200
2. Bürootarbed ja koolitusmaterjalid	2550	2550	5100
3. Projektide juhtimise tasu	5800	3900	9700
4. Teavitusvideode tehnika rent, filmimine, toimetamine, esinejatasud	5000	0	5000
5. Kommunikatsioonikulud	1000	1000	2000
<b>Kulud kokku:</b>	<b>28350</b>	<b>20650</b>	<b>49000</b>

Taotleja esindaja nimi

Piret Värno

(allkirjastatud digitaalselt)  
volitus on kaasas manusena