

Taotlusvorm

<b>1. Taotleja andmed</b>
1.1. Asutuse/ettevõtte nimetus: Pool&looP OÜ
1.2. Registrikood: 14657548
1.3. Postiaadress: Põllu tn 63, Nõmme linnaosa, Tallinn, Harju maakond, 11613
1.4. Arvelduskonto (IBAN):
1.5. Esindaja nimi ja ametikoht: Riina Järve-Tammiste, juhatuse liige
1.6. Kontaktisiku andmed (nimi, e-post, telefon): Riina Järve-Tammiste, <a href="mailto:pool.osauhing@gmail.com">pool.osauhing@gmail.com</a> , +372 5551 2119
1.7. Taotletav toetuse kogusumma (käibemaksuta): 18560.00 eurot
1.8. Projekti elluviimise periood: 01.04.2026 – 31.12.2026

*Kui taotlus sisaldab mitut VIPS-sekkumist, esitatakse allolev info iga sekkumise kohta eraldi (vajaduse korral dubleerides vastavad väljad).*

<b>2. VIPS-i kirjeldus</b>
2.1. Nimetus: CARE-põhine varajase märkamise ja toe teenus
2.2. Lühikirjeldus (sh metoodiline alus): CARE metoodika keskendub inimese elukvaliteedi parandamisele, tuginedes võrdsele ja koostööl põhinevale suhtele teenuse kasutaja ja spetsialisti vahel, kus isiklik kontakt on abi ja teenuste kujundamise aluseks. Lähenemine arvestab inimest terviklikult koos tema sotsiaalse keskkonnaga ning keskendub tema enda kogetud elukvaliteedile, eriti haavatavas olukorras olevate inimeste puhul. Metoodika rakendub nelja põhitegevuse kaudu (ühendumine, mõistmine, tagamine, tugevdamine ehk CUES), pakkudes struktureeritud, kuid paindlikku raamistikku, mis võimaldab valida sobivaid sekkumisi vastavalt inimese vajadustele. See toetab 15–64-aastaste inimeste meeleolulanguse ja ärevuse varajast märkamist läbi usaldusliku suhte, igapäevase kontakti ja tervikliku hindamise ning aitab leevendada sümptomeid, tugevdades toimetulekuoskusi, sotsiaalset võrgustikku ja osalust kogukonnas.
2.3. Sihtrühm (vanuserühm jne): 15–64-aastased inimesed, , kellel esinevad meeleolulanguse ja/või ärevuse varajased sümptomid või nende kujunemise risk, sealhulgas isikud, kes ei pruugi olla teadlikud oma vaimse tervise riskist või abivajadusest. Teenus on suunatud isikutele, kelle toimetulekut mõjutavad psühhosotsiaalsed raskused.

2.4. Piirkond: Tallinn, Harjumaa
2.5. Formaat (individuaal, grupi, kombineeritud): igale osalejale 10 individuaalset sessiooni + 6 grupisessiooni
2.6. Struktuur (seansside arv, ühe seansi kestus minutites, grupisekkumiste korral inimeste arv grupis): Kokku 12 teenusesaajat, kellele igaühele 10 individuaalseansi + 6 grupiseansi. Ühe individuaalseansi kestus 45 minutit + 15 minutit eel- ja järeltööks. Ühe grupiseansi kestus 90 minutit + 15 minutit eel- ja järeltööks. Grupiseansil 12 inimest grupis. Kokku 36 individuaalseansi + 6 grupiseansi.
2.7. Vorm (kohapeal, veebis jne): Üldjuhul toimuvad seansid kohapeal, kuid kui inimese seisukohast on vajalik veebikohtumine, see võimaldatakse. Seansse on võimalik läbi viia ka inimeste tegevuskohas.
2.8. Tõenduspõhisus (viidata uuringutele, rahvusvahelisele kasutusele; lisada viited või allikad): <a href="#">CARE metoodika</a> on üks enim kasutatavaid lähenemisi Hollandi ja Belgia vaimse tervise ning kodutute abistamise praktikates. Lisaks kasutatakse seda mudelit veel enam kui kümnes Ida-Euroopa ja Kesk-Aasia riigis. Eestis on CARE metoodikat rakendatud üle 10 aasta. <a href="#">CARE metoodika tõenduspõhisus</a> põhineb erinevate allikate – teadusuuringute, praktilise töö kogemuse ja teenusekasutajate sisendi – integreerimisel, mis loob tervikliku ja usaldusväärse aluse sekkumisteks. Mudelit on rakendatud laialdaselt erinevates valdkondades, mis kinnitab selle sobivust ja kohandatavust erinevate sihtrühmade toetamisel. Lisaks pakub CARE metoodika struktureeritud raamistikku (etapid, tegevused ja tööriistad), mis toetab süsteemselt inimeste isiklikku ja sotsiaalset taastumist. Eestis toetab sarnaseid põhimõtteid ka <a href="#">Dagmar Narusson doktoritöö</a> , mis käsitleb taastumisele suunatud ja suhetel põhineva lähenemise olulisust vaimse tervise toetamisel.
2.9. Kinnitus sekkumise juhendi olemasolu kohta (lisada näidis või kirjeldus): Meeskonna juht Riina Järve-Tammiste on läbinud rahvusvahelisel koolitusel CARE metoodika koolitaja koolituse. Meeskond on läbinud CARE metoodika rakendamise koolituse.
2.10. Varasem rakendamine (rakendamise kirjeldus, maht ja kestus): Pool&loop keskus töötab taastumisele suunatud põhimõttel ja rakendab igapäevases klienditöös CARE metoodikat. CARE metoodika koolitaja Riina Järve-Tammiste on viinud läbi mitmeid CARE metoodika koolitusi ning praegu on koolitajana <a href="#">Avatud Hariduse Liidu projektis</a> , mis toetab ukrainlaste tööturule siirdumist läbi CARE metoodika.
2.11. Tagasiside kogumise viis: kogutakse paberkandjal viimasel kohtumisel/elektroniliselt pärast viimast seanssi

### 3. Kavandatud maht

3.1. Seansside koguarv toetusperioodil: 36 individuaalseansi + 6 grupiseansi
3.2. Teenusesaajate arv: 12
3.3. Keskmise seansside arv ühe teenusesaaja kohta: 3 individuaalseansi + 6 grupiseansi

3.4. Maht maakondade kaupa: Tallinn, Harjumaa kokku 12 teenusesaajat, kellele 36 individuaalseanssi + 6 grupiseanssi
3.5. Sihtrühmani jõudmise ja suunamise kanalid: sotsiaalmeedia, teavitamine e-kirjaga (koolid, perearstikeskused, psühhiaatrid, Töötukassa konsultandid, läbi Sotsiaalkindlustusameti rehabilitatsiooni- ja erihoolekandteteenuse osutajad, KOVid), personaalturundus telefoni teel pakkudes kohapeal tegevuste tutvustamise kohtumist

#### 4. Meeskond ja rakendusvõimekus

4.1. Spetsialistide koguarv (vähemalt 5, lisada viie inimese info allolevasse tabelisse):

Ees- ja perekonnanimi	Haridus (eriala, kraad)	Lepingu (nt töö-, töövõtu- või käsundusleping) sõlmimise kuupäev
<b>Riina Järve-Tammiste</b>	sotsiaaltöö- ja poliitika, MA personalitöö- ja arendus, MA	tööleping alates 07.02.2019
<b>Bärbel Kuulbas</b>	sotsiaaltöö, BA	tööleping alates 07.02.2019
<b>Kaidi Inso</b>	ökonoomika ja ettevõtlus, MA	käsundusleping alates 07.02.2019
<b>Natali Hanni</b>	eripedagoogika, MA	käsundusleping alates 24.10.2023
<b>Külli Kärt</b>	tegevusteraapia, BA	käsundusleping alates 09.11.2023
<b>Liis Helen Klemm</b>	psühholoogia, BA	käsundusleping alates 01.09.2025

4.2. Spetsialistide kvalifikatsioon: Kõik spetsialistid omavad pikaajalist kogemust psüühikahäirega klientidega ja nende lähedastega töös. Meeskond on läbinud CARE metoodika rakendamise koolituse/töötab CARE metoodika põhisel juhendamisel.
4.3. Superviisorite arv ja kvalifikatsioon: 2, läbitud on ANSE ja NBBE koolitusstandarditele vastav koolitus, kuuluvus Eesti Supervisiooni ja Coachingu Ühingusse
4.4. Supervisiooni sagedus ja korraldus: supervisioon viiakse läbi ühel päeval kuus grupisessioonina kestvusega kuni kolm tundi
4.5. Riskijuhtimise plaan: Teenusesaajate leidmine ja motiveerimine osalema – kasutatakse erinevaid kanaleid osalejate leidmiseks ja leitakse võimalus personaalseks vestluseks motivatsiooni tõstmiseks, tehakse koostööd võrgustikuga. Teenusesaaja motivatsiooni tõstmiseks leitakse sobivad viisid ja toetus sessioonide läbiviimiseks.
4.6. Kinnitus metoodika kasutusõiguse kohta: Meeskonna juht Riina Järve-Tammiste on läbinud rahvusvahelisel koolitusel CARE metoodika koolitaja koolituse. Meeskond on läbinud CARE metoodika rakendamise koolituse/töötab CARE metoodika põhisel juhendamisel.

## 5. Ühe seansi maksumuse ja kulude põhjendus

5.1. Ühe seansi maksumus (koos seansi formaadiga, kui sama taotlus/VIPS sisaldab erinevaid formaate): Gndividuaalseanssi üks tund 90.00 eurot + käibemaks.  
Grupiseansi üks kord (90 minutit) 520.00 eurot + käibemaks.

5.2. Keskmine kulu ühe teenusesaaja kohta: 1160.00 eurot + käibemaks

5.3. Seansi maksumuse struktuur – esitada kulude jaotus, sh tööjõukulud, supervisioon, koolitus, koordineerimine, litsentsi- ja platvormikulud ning kaudsed kulud (kuni 7% taotletava toetuse üldmahust): tööjõukulud moodustuvad 65% seansi maksumusest, seansi maksumusest 35% on spuervisiooni, koordineerimise ja kaudsete kuludeks

## 6. Koolitustegevused (vajaduse korral)

6.1. Koolituste kirjeldus ja maht (tundides): CARE metoodika rakendamise täiendkoolitus.

6.2. Koolitavate spetsialistide arv: 6

6.3. Koolitavate superviisorite arv: 0

6.4. Seos kavandatud rakendamisega ja proportsionaalsuse põhjendus: CARE metoodika uueneb ja täieneb ning seetõttu on vajalik läbi viia koolitused, et metoodika rakendamine oleks kaasaajastatud.

6.5. Koolituskulude kogusumma (eurodes) ja osakaal toetuse eelarvest (%): 4640.00 eurot + käibemaks, osakaal eelarvest 25%

7. Selgitus, kuidas kavandatud tegevus aitab tervikuna suurendada VIPS-i rakendamise võimekust Eestis (nt spetsialistide ettevalmistus, sekkumise kättesaadavus, rakendamise maht või organisatsiooniline suutlikkus): Kavandatud tegevus aitab suurendada VIPS-i rakendamise võimekust Eestis, luues praktilise rakenduskogemuse varajase märkamise ja tõenduspõhise sekkumise pakkumisel. Pilootmahus (12 teenusesaajat) teenuse osutamine võimaldab spetsialistidel arendada ja kinnistada oskusi meeleolulanguse ja ärevuse varajaseks tuvastamiseks, abivajaduse hindamiseks ning sobivate sekkumiste rakendamiseks nii individuaal- kui grupitöö vormis. Tegevuse käigus kujuneb organisatsioonil selgem teenusemudel (sh tööprotsessid, sekkumise struktuur ja koostööpraktikad), mida on võimalik edaspidi laiendada suuremale sihtrühmale. Samuti suurendab tegevus sekkumise kättesaadavust, pakkudes struktureeritud tuge inimestele, kes ei pruugi muidu abi otsida või selleni jõuda.

## Kinnitused

Kinnitan, et esitatud andmed on õiged ning vastan määruses sätestatud nõuetele.

Kinnitan, et taotluses esitatud kulude katteks ei ole saadud ega taotleta toetust Euroopa Liidu fondidest, riigieelarvest ega muudest avaliku sektori vahenditest.

/allkirjastatud digitaalselt/  
Riina Järve-Tammiste