

TEENUSKOMPONENTIDE LOETELU

Teenuskomponentide loetelu annab täpse ülevaate teenuse planeerimiseks vajalikest baas- ja lisatoetuse teenuskomponentidest.

OSA I BAASTOETUS

<p>BAASTOETUSE KOMPONENDID</p> <p>Baastoetuse osutaja töötab juhtumikorralduse põhimõtteid järgides ning tagab läbi personaalse ja sisulise juhtumikorralduse tervikliku plaani elluviimise, sh koordineerib terviklikult võrgustikutööd. Baastoetuse teenuskomponentide eesmärk on kõikide inimese eluolukorras vajalike osapoolte koostöö hoidmine tagamaks paindlik ja terviklik teenuse osutamine, mis arvestab inimeste personaalset toetusvajadust kõigis eluvaldkondades.</p> <p>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.</p> <p>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).</p> <p>Baastoetuse pakkuja tagab abivajajale võimalikult kiire, lihtsa ja arusaadava asjaajamise lisatoetuse teenuskomponentide osutajateni jõudmisel.</p> <p>Teenuskomponendid sisaldavad eeltööd, otsesest klienditööd ja järeltööd, sealhulgas dokumenteerimist.</p> <p>Kõik teenuskomponendi läbiviimisega kaasnevad kulud sisalduvad selle hinnas.</p>	<p>*Üks tund - 60 minutit teenust.</p> <p>Teenuse ühe tunni hind koos KM-ga (täpsusega kaks kohta peale koma)</p>
---	---

Komponendi nimetus	Komponendi selgitus	Töö maht: individuaalne või grupitegevus	Teenuse ühe tunni* hind ilma KM-ga	KM Kui KM ei lisandu, märkida 0	Teenuse ühe tunni hind koos KM-ga
Teenuse planeerimine	<p>Teenuse planeerimise raames toimub:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. terviklik ja järjepidev toetusvajaduse ja selle muutumise hindamine (sarnased kohustuslikud tegevused nagu on erihoolekande ja sotsiaalse rehabilitatsiooni teenustel); 2. teenuskomponentide planeerimine, sh tegevusplaani koostamine koos inimesega, vajadusel kaasates inimese lähedased ja teised vajalikud sidusvaldkonna esindajad; 3. regulaarne toetusvajaduse arvestamine, tegevusplaani üle vaatamine ja muudatuste planeerimine; 4. teenuse tegevuste kokkuvõte, tulemuste ja mõju hindamine; <p>Komponendi tegevused on oma iseloomult meeskondlikud tegevused, kus võivad osaleda vastavalt inimese eluolukorras tulenevale vajadusele erinevad spetsialistid ja sidusvaldkonna esindajad.</p> <p>Sidusvaldkonna esindajad saavad osaleda teenuse planeerimisel oma põhitegevuse eesmärgist ja valdkonna ülestest koostöö kokkulepetest tulenevalt.</p> <p>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).</p>	Individuaalne tegevus	45	0	45
	<p>Tegevusplaani elluviimise tagamise raames toimub:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. tegevusplaani elluviimise terviklik toetamine ja selle täitmise koordineerimine; 2. võrgustikutöö koordineerimine ja teostamine (sh sotsiaalse võrgustikuga suhtlemine), koostöö kõikide inimese eluolukorras tulenevate võrgustikulüükmete ja sidusvaldkonna esindajatega (nt tervishoiutöötajad, haridussüsteemi töötajad, tööhõivestüsteemi töötajad, teised teenuse osutajad); 3. inimese nõustamine olemasolevatest abimeetmetest, esmane seostamine ja kontaktide loomine vajalike teenuskomponentide pakkujate ning sidusvaldkondade 				

<p>Tegevusplaani elluviimise tagamine</p>	<p>ja KOV teenustega, sh vajadusel:</p> <p>a) tervishoiuteenustega sidumine, et inimene jõuaks vajalike teenusteni ning jälgiks ravi, vajadusel esmased pere- või eriarsti vastuvõttude organiseerimine;</p> <p>b) teavitustöö kogukonnas: kogukonna hirmude maandamine ja positiivse suhtumise tekkimise toetamine. Naabrite/kogukonna/ võrgustiku toetamine ja teavitamine, et tagada neile ja inimesele turvaline koostöö;</p> <p>c) toetamine kogukonnateenuste kasutamisel: otsitakse võimalusi korraldada toetust viisil, et inimene seostatakse võimalikult maksimaalselt tegevustega tema loomulikus elukeskkonnas;</p> <p>d) nõustamine ja abi rahaliste toetuste taotlemisel, eestkoste korraldamisel.</p> <p>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.</p> <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>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).</p>	<p>Individuaalne tegevus</p>	<p>45</p>	<p>0</p>	<p>45</p>
<p>Välise spetsialisti/eksperti konsultatsioon teenuse planeerimiseks</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. Komponendi 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>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.</p>	<p>Individuaalne tegevus</p>	<p>55</p>	<p>0</p>	<p>55</p>
		<p>Kokku:</p>	<p>145</p>	<p>0</p>	<p>145</p>

OSA II LISATOETUS

Pakkumuse võib esitada ühe või mitme teenuse komponendi osutamiseks.

Maksumus märkida selle teenuse juurde, millist teenust soovite osutada. Eraldi hinna võib pakkuda komponendi individuaalse ja grupi tegevuse osas kui tegevuse läbiviimise võimalus on märgitud kahel erineval moel. *Üks tund - 60 minutit teenust

Esitame pakkumuse järgnevate lisatoetuse komponentide osutamiseks

LISATOETUSE KOMPONENDID						
Lisatoetuse eesmärk on tagada paindlikkus ja terviklik lähenemine teenuse sisu planeerimisel, mis arvestaks kõiki eluvaldkondi.						
Komponendipõhine lähenemine võimaldab kombineerida ühte teenussüsteemi nii tänaseid erihoolkande ja rehabilitatsiooniteenuse sisutegevusi kui ka kogukonna ressursse.						
Lisatoetuse teenuskomponendi osutaja: vastutab oma teenuskomponendi sisuliste tegevuste ja teenuskomponendi kvaliteedi eest. 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); hindab oma tegevuse mõju ja tulemusi.			*Üks tund - 60 minutit teenust. Teenuse ühe tunni hind koos KM-ga (täpsusega kaks kohta peale koma)			
Teenuskomponendid sisaldavad eeltööd, otsustööd inimesega ja järeltööd, vajadusel dokumenteerimist. Kõik teenuskomponendi läbiviimisega kaasnevad kulud sisalduvad selle hinnas.						
Komponendi valdkond	Komponendi nimetus	Komponendi kirjeldus	Töö maht: individuaalne või grupitegevus	Teenuse ühe tunni* hind ilma KM-ta	KM Kui KM ei lisandu, märkida 0	Teenuse ühe tunni hind koos KM-ga
Personaalne toetus	Personaalne toetamine erakorralistes eluolukordades	Personaalne toetamine inimese elus ette tulevates 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, raviarsti/tööandajaga suhtlemine; töövõimetusele 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) 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. Käsitletav 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 ülalnimetatule ja/või seda ei ole võimalik liigitada mingi muu teenuskomponendi tegevuseks.	Individuaalne tegevus	40	0	40
	Psühholoogiline nõustamine ja psühhoteraapia perele	Psühholoogiline nõustamine, psühhoteraapia perele (psüühilise erivajadusega inimese hooldus- ja toetuskohmusega kaasnevate olukordadega toimetulekuks), sh teraapia koos abivajava isikuga.	Individuaalne tegevus	40	0	40
		Psühholoogiline nõustamine psüühikahäirega vanema alaealiste lastele ja noortele (individuaalne, grupis, laagrites vm).	Grupi tegevus	12	0	12
	Pere nõustamine ja koolitus	Vaimse tervise alane nõustamine perele sh: Informeerimine, emotsionaalne ja praktiline toetus ning juhendamine haiguse ja sellest tulenevate piirangute ja võimaluste mõistmiseks, sobiva toe pakkumiseks, peresuhete ja toetuse optimeerimiseks, sh kriisilolukorras käitumise ja sobivate strateegiate õppimiseks.	Individuaalne tegevus	40	0	40
		Perele koolitus, grupinõustamine 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 kriisilolukorras käitumise ja sobivate strateegiate õppimiseks. Näiteks perekoolituse metoodika: Hamilton Family Education and Training Program 1 (Hamilton, Kanada)	Grupi tegevus	12	0	12

Pere toetamine Teenus-komponendid on suunatud toetama ja abistama hooldus-koormusega pereliikmeid ja lähedasi selle ülesandega toime tulema	Kogemus-nõustamine perele	Kogemusnõustamine perele sarnase kogemusega perede või taastujast kogemusnõustaja poolt. Teenuskomponendi tegevusena saab olla nõustamine raske, sügava või püsiva psüühikahäire (teenusmudeli katsetamise sihtgrupp) kogemusega inimese või sellise inimese pereliikme 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. Eneeseabigrupp perele - sarnase kogemusega inimeste toetus, grupijuhina tegutseb tavapäraselt kogemusnõustaja, kellel on kogemus olla ise samas olukorras pereliige.	Individuaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
	Intervallhoid	Ajutise hoiu teenus kodus või teenuseosutaja juures, eesmärgiga võimaldada lähedastele puhkust – teenuskomponendil eesmärk pere suunal. Abivajadusega inimesele teenuskomponendi lühiajaliselt osutades on selle sees tagatud lisatoetuse komponentidest vähemalt igapäevaelu toetamine ning vaba aja ja huvitegevuse toetamine. Vastavalt inimese vajadustele saavad sellele lisanduda ka teenuskomponentide – liikumine eluruumides, füüsilise aktiivsuse toetamine – tegevused. Teenuskomponendi osutamine tähendab, et teenuseosutaja on määratlenud, millisele sihtgrupile ja millisele toetusvajaduse määraga inimestele ta ajutist hoidu osutab. Vastavalt sellele on kirjeldatud konkreetse teenuseosutaja intervallhoiu teenuskomponendis lisatoetuse teenuskomponendi tegevused. Kui teenuskomponenti kasutab pere ja abivajaja lühiajaliselt ja ajutiselt, siis tuleb osutada ja arvestada intervallhoiu, kui erinevate lisatoetuse komponentide tervikut. Sellele ei lisandu samaaegselt eraldi teisi lisatoetuse komponente. Intervallhoid ole inimesele regulaarselt igal tööpäeval teenuseosutaja juures päevasel ajal toimetulekuks vajalike teenuskomponentide osutamisega. Kui kasutatakse pere hoolduskoormuse vähendamiseks igapäevaselt päevasel ajal hoiu teenust, kus toimub abivajaja toetamine ja abistamine, siis on tegemist teenuseosutaja pinnal erinevate lisatoetuse teenuskomponentide osutamisega ning tegemist ei ole intervallhoiuga. Koduses keskkonnas inimesele intervallhoiu teenuskomponendi osutamisel rakenduvad samad põhimõtted. Teenuskomponendil võib olla ööpäevahind, kui teenuskomponenti osutatakse ja kasutatakse ööpäevaringselt, kuid teenuskomponentide koondaruandes tuleb arvestada ja esitada teenuskomponendi hind ja maht tunnipõhise ühikuna. Teenuskomponent „Intervallhoid“ on piirhinnaga komponent, mille arvestuslik isikupõhine kuu piirhind on ühes kuus 1380 eurot, kuid mis võib kuude lõikes erineda, sh olla suurem kui 1380 eurot, kuid ühe kalendriaasta kogukulu inimese kohta ei tohi ületada arvestuslikku 12 kuu piirhinda.	Individuaalne tegevus		0	0
Sotsiaalsed suhted	Sotsiaalsete suhete toetamine	Sotsiaalsete suhete soodustamine, loomine ja säilitamine, sh: a) nõustamine ja toetus lähedastega suhete taastamiseks ja hoidmiseks; b) alaealiste lastega suhete taastamine ja toetamine, haiguse tõttu kannatanud/katkenud suhete taastamine alaealiste lastega c) vanade sõprusuhete taastamine, uute sõprade leidmine, ärakasutamise ennetamine. d) võimalused ja piisav tugi turvaliste seksuaal- ning paarisuhete loomiseks. (UCLA moodul nt kasutuses Maarjakülas, Tallinna Vaimse Tervise Keskuses, HENK). d) toetus ja nõustamine lapsevanemaks olemisel, sh lapsevanemaks vajalike oskuste arendamine, tugi ja nõustamine lapse kasvatamisel individuaalselt või grupis (kursused, tugigrupp jm). Tegevuseks ei ole lapsega pere tugiisiku teenuse tegevuste läbiviimine, mis on kirjeldatud Sotsiaalhoolekande seaduses KOV teenusena.	Individuaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
	Taastumise ja vaimse tervise haigusega toimetuleku toetamine	Tegevused, mis on suunatud psüühikahaigusega inimestele vajaliku abi tagamiseks ja taastumisteekonna protsesside toetamiseks raskest vaimse tervise häirest taastumisel. a) Vaimse tervise alase info jagamine ja nõustamine (sh digitaalselt, telefoni teel) ning teiste tegevusi läbi viivate praktikuteni edasi jõudmise tagamine. b) Raviarstiga koostöös sobiva ravi ja seda toetavate taastumistegevuste planeerimine, sh ohumärkide plaani ja kriisikaardi koostamine koostöös oluliste tugivõrgustiku liikmetega (lähedased, vaimse tervise õde jt). c) Nõustamine ja toetus haiguse, selle sümptomite, ravi ja ravimi kõrvalmõjudega toimetulekuks, haiguse ägenemise ennetamiseks, sh sümptomite kontrolli jms grupiõppeprogrammid. d) Nõustamine ja toetus haiguse mõjude, takistuste, stressi ja negatiivsete emotsioonidega toimetulekuks. e) Taastumiskursus - taastumise mõtteviisi arendamiseks, oma loo ja taastumisprotsessi läbitöötamiseks, eesmärkide läbimõtleamiseks. f) Vaimse tervise alane (psühhiaatria õde, psühhiaater) või sotsiaalne nõustamine ja teraapiad, sh nt kognitiivne remediatsioon, erinevad loovteraapiad, tegevusteraapia jms.	Individuaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12

Vaimne tervis	Vaimse ja motoorse võimekuse arendamine ja säilitamine	Teenuskomponendi tegevused on suunatud abivajajate kognitiivsete võimete arendamiseks ja säilitamiseks, sh nii intellektipuudega inimestele kui tõsise vaimse tervise haiguse inimestele, kellel on haiguse tõttu kognitiivsed võimed langenud. Motoorse võimekusega tegelemine aitab kaasa vaimse tervise stabiilsusele ja vaimse võimekuse säilimisele. Teraapiad ning tegevused vaimse ja motoorse võimekuse säilitamiseks ja arendamiseks, sh: a) erinevad loovteraapiad b) sotsiaalpedagoogi, eripedagoogi, logopeedi nõustamine ja tegevused, nt alternatiivkommunikatsiooni vahendite planeerimine ja kasutama õppimine – PCS, piktogramm, aistinguliste abivahendite alane nõustamine c) sensoorse interpretatsiooni toetamine (aistinguliste iseärasuste kaardistamine ja sellega arvestavate sekkumiste planeerimine); d) sensoorne dieet, tunnetuslik suhtlemine (nt pervasiivse arenguhäire lähenemised), e) füsioteraapia, sh loomade kaasamine teraapiates f) erinevad tegevusteraapilised tegevused, sh tegevusteraapia jms.	Individaalne tegevus	40	0	40
		Grupi tegevus	12	0	12	
	Psühholoogiline nõustamine ja psühhoteraapia	Nõustamine ja psühhoteraapia personaalse identiteedi tugevdamiseks, jõustamiseks, taastumisloole läbi töötamiseks, stressi, emotsioonide ja negatiivsete mõtetega toimetulekuks, oma keha tunnetuseks jms.	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
	Kogemusnõustamine	Teenuskomponendi tegevusena saab olla kogemusnõustamine raske, sügava või püsiva psüühikahäire (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. Tugi- ja/või eneseabigrupp - toetusgrupid sarnase probleemiga inimeste toetamiseks, haiguse ja sümptomitega toimetulekuks, erinevatele probleemidele, psüühikahäirest tulenevatele piirangutele ja diagnoosigruppidele suunatud grupid, nt depressiooni suund, sõltuvus, hääle kuulmine jne. Tugi- ja eneseabigruppe võivad juhtida spetsialistid koos kogemusnõustajaga või vastava väljaõppega kogemusnõustaja üksi.	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
	Riski- ja probleemse käitumise juhtimine	Teenuskomponendi tegevuseks on etteplaneeritud 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 sündmuse ennetamiseks (nt enda hoolitsemise jätkamine, suitsiid, agressiivsus, oht lastele). Tegevuste planeerimine olemasolevate riskide ohjamiseks ja kõigi seotud osapoolte kaitsmiseks. Koostatakse vajadusel ohumärkide plaan, kriisikaart jm (nt CARE meetoodika alusel). Probleemse käitumise juhtimine, sh käitumiseksperdi nõustamine toetusmeeskonnale ja perele probleemse käitumise mõistmiseks ja korrigeerimiseks, emotsioonide ja negatiivsete mõtetega toimetulekuks. Inimese ettevalmistus kriisilukorraks, 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, kiiret nõustamist lähedastele. On olemas valmisolek tagada töötaja, kes on kättesaadav ja toetab inimest (mobiilne kriisiabi).	Individaalne tegevus	40	0	40
	Füüsilise tervise alane nõustamine ja toetus	Füüsilise tervise eest hoolitsemise toetamine, nõustamine ja motiveerimine tervislike eluviiside tagamiseks (füüsiline aktiivsus, toetamine, tervislikud eluviisid jms). Tervishoiuteenustega jooksev (igapäevavajadustega seonduvalt) kontakti loomine, hoidmine ja seostamine (pereõde, perearst jm arstidega kontakti loomine, vajadusel retseptide ja ravimitega seonduvad tegevused.)	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
			Füüsilise aktiivsuse toetamine	Individaalne tegevus	40	0
Grupi tegevus				12	0	12

Füüsiline tervis	Teraapiad füüsilise tervise toetamiseks	Füsioteraapiline nõustamine jm teraapilised tegevused füüsilise tervise toetamiseks. Tegevusega tagatakse inimesele tema füüsilise sooritusvõime ja tegevuskeskkonnaga seotud hindamine ja kohanduste soovitamine. Inimese füüsilise liigutuslikku sooritusvõimet ja iseseisvat toimetulekut arendavate, taastavate ja/või säilitavate tegevuste/juhiste koostamine ja rakendamise toetamine/nõustamine. Eesmärk on anda inimesele teadmised ja harjutused, mida iseseisvalt sooritada. Sisaldab ka abivahendite vajaduse hindamist ja sobivate abivahendite soovitamist ja kasutama õpetamist spetsialisti poolt (füsioterapeut, tegevusterapeut vms, kellel on vastav õigus ja pädevus). On samuti inimese ja tema lähedaste nõustamine, sh ergonoomiliste abistamise võtete õpetamine inimese elu- ja tegevuskeskkonnas. Ei ole füsioteraapiline ravi.	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
	Liikumine eluruumides	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.	Individaalne tegevus	40	0	40
	Liikumine väljaspool eluruume	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 ühistranspordi, läbima uusi teekondi (hirmude maandamine, toetamine uutest ja/või ärevust tekitavates olukordades).	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
Hõivatus	Töötamise toetamine	Töötamise toetamise komponendi raames toimub igakülgne toetus töö otsimisel ja/või säilitamisel sh: Sobivaks tööks inimese töösuutlikkuse hindamine - töösuutlikkuse ja -oskuste, ressursside ja riskide hindamine ning kaardistamine. Praktiliste töötegevuste käigus sobivate töövaldkondade väljaselgitamine. Vajaliku toetuse ja töötingimuste planeerimine.Esmane karjäärinõustamine - nõustamine töö leidmiseks, säilitamiseks, tuleviku planeerimiseks. Töö leidmine - toetus töö leidmisel ja töötamiseks vajalike tugiteenuste korraldamisel, sh vajadusel koostöö töötukassaga. Töötingimuste kohaldamine - erivajadustest lähtuvate paindlike ja sobivate töötingimuste ning töökeskkonna loomise toetamine. Tööandjaga suhtlemine ja toetamine paindlike ning vajadustele vastavate töötingimuste korraldamiseks ja tagamiseks. Tööandja motiveerimine sobivate tingimuste loomiseks. Töö juhendamine tööga alustamisel ja töö lõpetamisel. Töötamise toetamise tegevused võivad toimuda teenuseosutaja juures, tööandja juures või kohandatud keskkonnas sh töö- või tegevuskeskustes. Teenuskomponendi arvestuslik isikupõhine kuu piirhind 2023-2024.a on 305 eurot, kuid see võib kuude lõikes erineda, sh olla suurem kui 305 eurot, kuid ühe kalendriaasta kogukulu inimese kohta ei tohi ületada arvestuslikku 12 kuu piirhinda.	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
	Töösarnase või rakendustegevuse toetamine spetsiaalselt kohandatud	Täenduslike töösarnaste või rakenduslike tegevuste teostamise võimalus turvalises ja kohandatud keskkonnas, kus saab teha võimetekohaseid ülesandeid jõukohases tempos ning sealjuures on tagatud vajalik ulatus juhendamise, nõustamise ja abi. Töösarnased tegevused toimuvad teenuseosutaja juures või kohandatud keskkonnas sh töö- või tegevuskeskustes. Rakendus töö- ja/või tegevuskeskuses - rakendustegevused inimese aktiveerimiseks. Töösarnase ja rakendustegevusega seotud toimetulekuoskuste grupid, huvidel põhinevad tegevusringid jm, mis tagavad piisava hõivatuse. Teenuskomponendi arvestuslik isikupõhine kuu piirhind 2023-2024.a on 305 eurot, kuid see võib kuude lõikes erineda, sh olla suurem kui 305 eurot, kuid ühe kalendriaasta kogukulu inimese kohta ei tohi ületada arvestuslikku 12 kuu piirhinda.	Grupi tegevus	12	0	12
	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.	Individaalne tegevus	40	0	40
		Grupi tegevus	12	0	12	
	Rakendus kogukonnas	Vabatahtliku töö võimaluste leidmine vm võimaluste loomine kogukonda panustamiseks, sh vabatahtliku tegevuse leidmine. Juhendamine või abistamine kogukonna tegevustega liitumisel.	Individaalne tegevus	40	0	40
		Grupi tegevus	12	0	12	
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 tegevuskeskuses või kogukonnas. Toetus huviringi valimisel ja sinna kohale jõudmisel ning tegevustega liitmisel. Individuaalse huvitegevuse toetamine kogukondlikes tegevusi pakkuvates asutustes, tegevustega liitumisel toetamine.	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12

Eluase	Toetus elukoha vahetusel	Sobivama elamispinna korraldamine - nõustamine sobiva elamispinna või eluasemega teenuse valikul, võimalike elamispiindadega teenuskohtadega tutvumine kohapeal. Toetus sobivama elamispinna organiseerimiseks, kui olemasolev eluase raskendab taastumist. Kolimisplaan/üleminekuplaan - kolimise planeerimine, koostöö kliendi ja tema 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.	Individaalne tegevus	40	0	40
Igapäeaeluga toimetulek	Igapäeaelu toetamine	Toetus vastavalt inimese vajadusele ja võimekusele. Igapäeaelu toetamise komponendi raames toetatakse inimest vastavalt tema vajadustele ja võimekusele (meeldetuletus, juhendamine, toetus, hooldus) alljärgnevates igapäeaelu valdkondades: a) Söömise ja söögitegemise toetamine - tugi poes käimisel ja/või toidu valmistamisel või söömisel. b) Enese eest hoolitsemise toetamine - tugi hügieenitoimingutes, riietumisel jms. c) Majapidamistoimingute toetamine - tugi koristamisel, pesu pesemisel jm elukoha eest hoolitsemisega seotud toimingutes. d) Rahadega toimetuleku toetamine, sh toetus eelarve planeerimisel ja raha kasutamisel, rahaliste toimingute tegemisel, pangateenuste kasutamisel, arvete tasumisel, sh võlgade tekkimise vältimine. e) Asjaajamise toetamine, sh suhtlus ametiasutuste ja erinevate teenuseosutajatega, regulaarsed tegevused sissetuleku tagamiseks, nt KOV toimetulekutoetus jms ühekordsed toetused.	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
	Ettevalmistus iseseisvumiseks	Iseseisvuskursus - iseseisva(ma) eluga toimetulekuks vajalike oskuste arendamine kursuse/laagri, individuaal- või grupitöö viisil. Iseseisva elu harjutamine ajutisel elamispiinl. Kohanemise toetamine - üleminekut võimaldav ja kohanemist toetav tegevus, sh uue teenuskomponendi osutajaga tutvumise periood, mis tagaks sujuvama ülemineku teenuste vahel ning informeeritud otsuse uue teenuskomponendi osutaja valikul.	Individaalne tegevus	40	0	40
			Grupi tegevus	12	0	12
			Kokku:	1108	0	1108