

Taotluse aruanne

14.11.2024 Sotsiaalne kaasatus kogukondades (Arenduskoda) (Arenduskoda) Mittetulundusühing
Ökokratt

PROJEKTI ARUANNE

Taotleja nimi: 80182274

Projekti pealkiri: Koosloomine ja Toetus: Kuusalu Seenioride ja Erivajadustega Inimeste Kaasamise Projekt

Projektitegevused on lõpetatud või jätkuvad:: Tegevused on lõpetatud

Aruande periood: 01.05.2025 - 11.06.2025

Kokkuvõte projekti tegevustest ja tulemustest:

Taotluses esitatud eesmärgi täitmise lühikirjeldus:: Projekti „Koosloomine ja Toetus: Kuusalu Seenioride ja Erivajadustega Inimeste Kaasamise Projekt“ eesmärk oli tõsta eakate ja erivajadustega inimeste elukvaliteeti ja enesetunnet läbi kogukondliku toe ning sotsiaalse kaasamise suurendamise. Selleks viidi läbi loodusteraapia päev, mis hõlmab matka veekogu ääres, klaaskajakiga allikajärve elustiku vaatlemist ja akustilist muusikateraapiat looduses. Tegevused soodustavad osalejate füüsilist ja vaimset tervist, suurendasid kogukonna sidemeid ning julgustasid aktiivset osalust kogukonnaelus. Eesmärkide täitmist tõendavad osalejate nimekirjad 31. mai ja 11. juuni ja sündmuste fotod.

Mida on aruandeperioodil ära tehtud või missugused üritused/ettevõtmised on toimunud?: Akustiline muusikateraapia kontsert (31. mai 2025): Kirjeldus: Toimus akustiline muusikateraapia seanss 54 eakale ja erivajadustega inimesele. Osalejatele mõjus see lõõgastavat ja meeldejäävat kogemust, tugevdades nende vaimset heaolu ja kogukonna sidemeid. Eesmärk täideti: Aidati osalejatel lõõgastuda, parandada vaimset tervist ja soodustada sotsiaalset kaasatust kogukonnaellu.

Tõendid: Osalejate nimekirjad ja sündmuse fotod.

Loodusteraapia päev (11. juuni 2025):

Kirjeldus: Toimus loodusteraapia päev 51 eakale ja erivajadustega inimesele, mis hõlmas matka loodusterapeudi juhendamisel. Tegevus pakkus turvalist looduskogemust ja toetas füüsilist ning vaimset heaolu.

Eesmärk täideti: Parandati osalejate elukvaliteeti, pakuti elamuslikku looduskogemust ja suurendati aktiivset osalust kogukonnas.

Tõendid: Osalejate nimekirjad ja sündmuse fotod.

Toitlustamine ja transport:

Mõlemal päeval (31. mai ja 11. juuni) korraldati toitlustamine 54+51 inimesele (kokku 105 osalejat) ning tagati bussitransport sündmuspaikadesse ja tagasi koju.

Täiendav kontekst:

Tegevused olid suunatud eakatele (55+) ning erivajadustega inimestele, et vähendada sotsiaalset isolatsiooni, parandada nende füüsilist ja vaimset tervist ning tugevdada kogukonna sidemeid.

Tõendid eesmärkide täitmise kohta (osalejate nimekirjad ja fotod) vastavad dokumendis esitatud.

Tagasiside osalejatelt oli 10-st punktist 10 ehk maksimum.

Kes osalesid? Mis kasu osalejad said? Missugust mõju see sihtgrupile avaldab?:

Missugust mõju see sihtgrupile avaldab?

Projekti sihtgrupiks olid 98 eakat (55+) ja 7 erivajadustega inimest Kuusalu, Kadrina ja Tapa vallast, enamuses Kuusalu Seenioride Seltsingu liikmed. Osales 2-l päeval (31.

mai ja 11. juuni) kokku 105 inimest, mis tähendab, et kummalgi päeval osales sama grupp suures osas-

Tõendid: Osalejate nimekirjad.

Akustiline muusikateraapia (31. mai 2025):

Kasu: Osalejad said lõõgastava ja meeldejääva kogemuse toimunud akustilise muusikateraapia seansi kaudu. See aitas vähendada stressi, parandada vaimset heaolu ja tugevdada emotsionaalset sidet kogukonnaga. See aitas osalejatel tunda end väärtusliku ja aktiivse kogukonna liikmena.

Osalejad tundsid suuremat vajadust osaleda aktiivses kogukonnaelus ja said positiivse emotsionaalse laengu, mis toetas nende psühholoogilist heaolu.

Loodusteraapia päev (11. juuni 2025):

Kasu: Osalejad said turvalise ja elamusliku looduskogemuse, liikudes looduses. Toimunud matk parandas osalejate füüsilist ja vaimset tervist, pakkudes võimalust olla värskes õhus ja kogeda looduse teraapilist mõju.

Osalejad said uusi teadmisi loodusest ja eneseabi kogemuse, mis motiveeris neid rohkem looduses viibima ja aktiivselt osalema kogukonna tegevustes.

Osalejate elukvaliteet paranes, vähenes sotsiaalne isolatsiooni ja üksildus ning loodi võimalus kogukondlikuks suhtluseks. Toitlustamine ja transport tagasid osalejatele mugava ligipääsu sündmustele.

Projekti tegevused aitasid eakatel ja erivajadustega inimestel tunda

end rohkem kogukonna osana. Osalejad tunnevad end sotsiaalselt aktiivsete ja väärtuslike kogukonnaliikmetena, mis vähendab nende sotsiaalset eraldatust ja suurendab kuuluvustunnet.

Tegevused parandasid sihtgrupi psühholoogilist ja füüsilist heaolu. Looduses viibimine ja akustiline muusika pakkusid rahustavat mõju, mis aitas vähendada stressi ja toetas vaimset tervist.

Matkamine ja liikumine parandasid füüsilist aktiivsust, eriti nende seas, kellel on piiratud liikumisvõimalused.

Projekt tekitas osalejates suuremat huvi looduses viibimise ja kogukonna

tegevustes osalemise vastu. See andis tõuke uute kogukondlike koostegemiste arendamiseks,

kaasates seeniore ja erivajadustega inimesi, kes varem ei osalenud turvalisuse või muude

piirangute tõttu. Projekt julgustas ka sotsiaalse ettevõtluse vormide arendamist sihtgrupi seas.

Tegevused tugevdasid kogukondlikke sidemeid, luues ühistegevuste kaudu

suuremat koostööd ja suhtlust sihtgrupi liikmete vahel. See toetas pikaajalist kogukonnaaktiivsust ja koostööd.

Projekti tegevused kaasasid 105 eakat ja erivajadustega inimest. Osalejad said emotsionaalseid ja füüsilisi elamusi, mis parandasid nende vaimset ja füüsilist heaolu, vähendasid sotsiaalset isolatsiooni ning suurendasid kogukonna sidemeid. Tegevused motiveerisid sihtgruppi olema aktiivsemad ja osalema rohkem kogukonnaelus, luues aluse uutele koostegemistele. Tagasiside kohaselt oli rahulolu 10-st 10 punkti ehk maksimum.

Seirenäitajad - tegevustes osalenud inimeste arv (täidetakse ainult projekti lõpus)

Kaasatud eakate arv (55+): 98

Kaasatud erivajadustega inimeste arv (16+): 7

Osalejaid maapiirkonnast: 105

Piirkonna või kohaliku tasandi toetatavate asutuste või avalike teenuste arv:

Toetatavate ettevõtjate arv, sh ühistud ja sotsiaalsete ettevõtete arv:

Piirkonna kaasatus omavalitsustest (mitme KOVi territooriumilt on kaasatud sihtrühmad): 3

Eakate ja erivajadusega inimeste kaasamisel rahulolu määr (tagasiside küsimine projekti lõppedes toetuse saajalt): 10.00

Projekti tegevused ja maksumus:

Arve või dokumendi nr	Kuupäev	Tegevus või selgitus	Summa
ARVE NR.09	31.05.2025	Akustiline kontsert eakatele ja erivajadustega inimestele 31.05.2025	1000.00
25004	11.06.2025	11. juuni Loodusmatk terapeudiga (osalejateks 50 seeniori ja erivajadusega inimest 3h)	2625.00
Arve nr 20250001	28.05.2025	31. mai 50 seeniori ja erivajadusega inimese transport ja 11. juuni 50 seeniori ja erivajadusega inimese transport	900.00

Arve või dokumendi nr	Kuupäev	Tegevus või selgitus	Summa
nr 22551	11.06.2025	31. mai 50 seeniori ja erivajadusega inimese toitlustamine 11. juuni 50 seeniori ja erivajadusega inimese toitlustamine	1250.00
			KOKKU: 5 775.00

Toetuse summa, mille väljamaksmiseks esitatakse Arenduskojale arve või kulude summa, millises suuruses arvete väljamaksmist taotletakse:: 5775.00

Kulude koondarve Arenduskojale, millega taotletakse toetussumma väljamaksmist::
[Arve_404_Okokratt.pdf](#)

Tegevusaruandele on lisatud järgmised dokumendid - kulude tegemist tõendavad dokumendid (kuulutused, osalejate nimekiri, päevakava, fotod sündmustest, arved, maksekorraldused, pakkumised)::

[Osalejate nimekiri 31. mai lk 1.jpg](#)

[Osalejate nimekiri 31. mai lk 2.jpg](#)

[Osalejate nimekiri 31. mai lk 3.jpg](#)

[Osalejate nimekiri 11. juuni lk1.jpg](#)

[Osalejate nimekiri 11. juuni lk2.jpg](#)

[Osalejate nimekiri 11. juuni lk3.jpg](#)

[Arve_404_Okokratt.pdf](#)

[3K Ökokratt 25004.pdf](#)

[payment_order_TECHSOL OÜ.pdf](#)

[payment_order_Peensalu Köök OÜ.pdf](#)

[payment_order_FIE Mart Soo.pdf](#)

[payment_order_MTÜ KOLM KOBRAST.pdf](#)

[Peensalu Köök OÜ Arve nr 22551.pdf](#)

[Ökokratt kutse 31. mai 11. juuni.pdf](#)

[TECHSOL OÜ Arve nr 20250002.pdf](#)

[arve nr 09_2025 ARVED 2025.pdf](#)

[Loodusmatkapäev 11. juuni \(10\).jpeg](#)

[Loodusmatkapäev 11. juuni \(12\).jpeg](#)

[Loodusmatkapäev 11. juuni \(14\).jpeg](#)

[Akustilise muusikapäev 31.05.2025.png](#)

[Akustilise muusika päev 31.05.2025.jpg](#)

Aruande allkirjastaja andmed

Isikukood: 36504010213

Allkirjastaja ees- ja perenimi: Priit Adler

Aruande allkirjastaja e-post (teavituse jaoks): priit@okokratt.ee

Kinnitan kõigi esitatud andmete õigsust ja võimaldan neid kontrollida Arenduskoja bürool.: jah

Projekti pealkiri: Koosloomine ja Toetus: Kuusalu Seenioride ja Erivajadustega Inimeste Kaasamise Projekt

Antud summa: 5 775.00