

# Taotluse aruanne

Arenduskoja ESF+ miniprojekti toetuse taotluse aruanne Mittetulundusühing VIRUMAA TUGITEENUSED

## PROJEKTI ARUANNE

|                                                     |                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Taotleja nimi</b>                                | 80245721                                                                                                              |
| <b>Projekti pealkiri</b>                            | Akustiline rahu ja loodusjulgus — erivajadustega inimeste kognitiivse toimetuleku ja sotsiaalse osaluse kasv Virumaal |
| <b>Projektitegevused on lõpetatud või jätkuvad:</b> | Tegevused on lõpetatud                                                                                                |
| <b>Aruande periood</b>                              | 01.05.2026 kuni 14.06.2026                                                                                            |

## Kokkuvõte projekti tegevustest ja tulemustest:

### Taotluses esitatud eesmärgi täitmise lühikirjeldus:

Projekti käigus viidi edukalt ellu tegevused, mille eesmärk oli suurendada 16+ erivajadusega inimeste ja 55+ vanemaealiste sotsiaalset kaasatust, liikumisjulgust ning vaimset ja kognitiivset heaolu. Projekti raames toimusid juhendatud meeltepõhised loodusmatkad ning vibroakustiline akustiline kontsert, mille kaudu pakuti osalejatele võimalust osaleda turvalistes ja ligipääsetavates kogukondlikes tegevustes. Korraldati loodusmatkad väikestes gruppides, kus osalejad õppisid kasutama tähelepanu- ja hingamistehnikaid, said liikuda jõukohases tempos ning kogesid positiivseid elamusi looduskeskkonnas. Lisaks toimus meelelahutus- ja kontserdipäev, mis aitas vähendada sotsiaalset isolatsiooni ning pakkus võimalust uute kontaktide loomiseks ja kogukonnatunnetuse tugevdamiseks. Projekti tegevuste tulemusena suurenes osalejate osalusjulgus kogukondlikes ettevõtmistes, paranes liikumisaktiivsus ning tugevnesid sotsiaalsed sidemed. Osalejad omandasid uusi teadmisi ja praktilisi oskusi vaimse heaolu hoidmiseks ning said positiivse kogemuse looduses viibimisest ja ühistevõttes osalemisest. Projekti eesmärgid saavutati ning kavandatud tegevused viidi ellu vastavalt projektiplaanile.

**Mida on aruandeperioodil ära tehtud või missugused üritused/ettevõtmised on toimunud?**

Aruandeperioodil viidi ellu projekti „Akustiline rahu ja looduspõhine erivajadustega inimeste kognitiivse toimetuleku ja sotsiaalse osaluse kasvatamine Virumaal“ kavandatud tegevused. Metsamõisa talus toimus juhendatud loodusmatkapäev, kus osalejad said osa meeltepõhisest elamusmatkast looduses, õppisid tähelepanu- ja hingamisharjutusi ning osalesid ühisel piknikul. Matkad viidi läbi rahulikus tempos ning arvestati eakate ja erivajadustega inimeste vajadustega. Toimus ühine lõunasöök. Lisaks toimus meelelahutuspäev, mille keskseks sündmuseks oli akustiline kontsert Helin-Mari Arderi ja Mart Soo esituses. Kontserdile eelnes ühine lõunasöök ning päeva lõpetas osalejate tagasiside kogumine. Üritus pakkus osalejatele võimalust veeta aega turvalises ja toetavas keskkonnas, suhelda teiste kogukonnaliikmetega ning saada positiivseid emotsionaalseid kogemusi. Kõikidel projektipäevadel tagati osalejatele tasuta transport ja toitlustus. Tegevused olid ligipääsetavad ning kohandatud 16+ erivajadustega inimestele ja 55+ vanemaealistele. Projekti raames korraldati osalejate registreerimine, teavitustegevused, osalejate vastuvõtt, tegevuste läbiviimine ning projekti tulemuste dokumenteerimine fotode ja tagasiside abil. Projekti tegevused aitasid suurendada osalejate liikumisaktiivsust, sotsiaalset kaasatust ja kogukonnatunnet ning pakkusid võimalust osaleda kvaliteetsetes looduspõhistes ja kultuurilistes ühistevõtmistes.

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

Projektis osalesid 16+ erivajadustega inimesed, sealhulgas füüsilise või vaimse puudega inimesed, ning 55+ vanemaealised Arenduskoja tegevuspiirkonnast. Tegevustesse kaasati vajadusel ka tugiisikud ja saatjad, et tagada osalejate turvaline ja mugav osalemine. Osalejad saabusid Tapa, Kadrina, Kuusalu ja Loksa piirkonnast ning osalesid loodusmatkadel, ühisel toitlustamisel, kontserdil ja kogukondlikes tegevustes. Osalejad said projektist mitmekülgset kasu. Loodusmatkad ja ühistevõtmised aitasid parandada liikumisaktiivsust ning suurendada enesekindlust looduses ja kogukondlikes ettevõtmistes osalemisel. Õpiti lihtsaid hingamis- ja tähelepanuharjutusi, mis toetavad vaimset heaolu ning aitavad vähendada stressi ja ärevust. Samuti saadi uusi teadmisi tervisliku liikumise, looduse märkamiskuse ja igapäevase toimetuleku kohta. Oluliseks väärtuseks oli sotsiaalne suhtlus. Paljud osalejad kohtusid uute inimestega, suhtlesid teiste kogukonnaliikmetega ning kogesid ühtekuuluvustunnet. Ühised tegevused vähendasid üksildust ning julgustasid osalema ka tulevikus kogukondlikel üritustel. Erivajadustega inimeste jaoks oli oluline, et tegevused olid ligipääsetavad ja kohandatud nende vajadustele, mis suurendas nende osalusjulgust ja eneseväärikust. Projekti mõju sihtgrupile on pikaajalisem kui üksikud sündmused. Kasvas osalejate liikumisjulgus, paranes vaimne heaolu ning tugevnes kogukonnatunne. Osalejad said positiivse kogemuse aktiivsest osalemisest ning teadmise, et nende piirkonnas on olemas võimalused turvaliseks liikumiseks, suhtlemiseks ja ühistevõtmeks. Samuti aitas projekt vähendada sotsiaalset tõrjutust ning toetada aktiivset ja väärikat vananemist ning erivajadustega inimeste kaasamist kogukonnaellu.

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

Kaasatud eakate arv (55+): 4  
Kaasatud erivajadustega inimeste arv (16+): 46  
Osalejaid maapiirkonnast: 50  
Piirkonna või kohaliku tasandi toetatavate asutuste või avalike teenuste arv 0  
Toetatavate ettevõtjate arv, sh ühistud ja sotsiaalsete ettevõtete arv: 1  
Piirkonna kaasatus omavalitsustest (mitme KOVi territooriumilt on kaasatud sihtrühmad): 4  
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 26006         | 26.05.2026 | loodusmatkad 120 min 8 gruppi 23. mai        | 2900.00        |
| arve 1050             | 26.06.2026 | 50 inimese toitlustamine 23. mai             | 750.00         |
| ARVE NR.1053          | 02.06.2026 | 50 inimese toitlustamine 13 juuni            | 750.00         |
| arve nr 255           | 28.05.2026 | bussitransport 23 mai 2026 50 inimest        | 450.00         |
| arve nr 259           | 03.06.2026 | bussitransport 13. juuni 2026 50 inimest     | 450.00         |
| ARVE NR.16 /2026      | 07.06.2026 | vibroakustiline kontert 50 inimest 13. juuni | 700.00         |
|                       |            |                                              | KOKKU: 6000.00 |

Toetuse summa, mille väljamaksmiseks 6000.00

esitatakse Arenduskojale arve või kulude summa, millises suuruses arvete väljamaksmist taotletakse:

Kulude koondarve Arenduskojale, millega taotletakse toetussumma väljamaksmist:

[Mittetulundusühing VIRUMAA TUGITEENUSED Arve nr 26\\_45.pdf](#)

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

[VIRUMAA TT LOGO PLAKAT.pdf](#)  
[Pakkumine HG Kurre Transport.docx.pdf](#)  
[Pakkumine KolmKobrast matk.pdf](#)  
[Pakkumine MartSoo Kontsert.pdf](#)  
[Pakkumine Piirametsa toitlustus.pdf](#)  
[Akustiline rahu ja loodusjulgus kutse.pdf](#)  
[3K 26006 VT.pdf](#)  
[arve nr 16\\_2026.pdf](#)  
[Piirametsa OÜ Arve nr 1050 toitlustamine I päev.pdf](#)  
[Piirametsa OÜ Arve nr 1053 toitlustamine II päev.pdf](#)  
[Tripp OÜ Arve nr 255 transport I päev.pdf](#)  
[Tripp OÜ Arve nr 259 transport II päev.pdf](#)  
[payment 3K.pdf](#)  
[payment buss II päev.pdf](#)  
[payment I päeva transport.pdf](#)  
[payment Mart Soo kontsert.pdf](#)  
[payment Piirametsa I päev söök.pdf](#)  
[payment Söök II päev.pdf](#)  
[23 mai osalejate nimekiri 50 inimest \(1\).jpg](#)  
[23 mai osalejate nimekiri 50 inimest \(2\).jpg](#)  
[23 mai osalejate nimekiri 50 inimest \(3\).jpg](#)  
[23. mai toimunud sündmuse fotod \(1\).jpg](#)  
[23. mai toimunud sündmuse fotod \(3\).jpg](#)  
[23. mai toimunud sündmuse fotod \(4\).jpg](#)  
[23. mai toimunud sündmuse fotod \(5\).jpg](#)  
[23. mai toimunud sündmuse fotod \(7\).jpg](#)  
[13. juuni osalejate nimekiri 50 inimest \(1\).jpg](#)  
[13. juuni osalejate nimekiri 50 inimest \(2\).jpg](#)  
[13. juuni osalejate nimekiri 50 inimest \(3\).jpg](#)  
[13. juuli Helin\\_mari Arder ja Mart Soo kontsert \(1\).jpg](#)  
[13. juuli Helin\\_mari Arder ja Mart Soo kontsert \(2\).jpg](#)

## **Aruande allkirjastaja andmed**

|                                                       |                    |
|-------------------------------------------------------|--------------------|
| <b>Isikukood</b>                                      | 47507055229        |
| <b>Allkirjastaja ees- ja perenimi</b>                 | Ene Augasmägi      |
| <b>Aruande allkirjastaja e-post (teavituse jaoks)</b> | ene@virumaatugi.ee |

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

|                          |                                                                                                                       |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Projekti pealkiri</b> | Akustiline rahu ja loodusjulgus — erivajadustega inimeste kognitiivse toimetuleku ja sotsiaalse osaluse kasv Virumaal |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                    |          |
|--------------------|----------|
| <b>Antud summa</b> | 6 000.00 |
|--------------------|----------|