

Saarde valla TERVISE- JA HEAOLU TEGEVUSKAVA AASTATEKS 2023-2026

- 1. Saarde vallas on toimiv terviseedenduse meeskond.
- 2. Saarde valla elanike vaimne, emotsionaalne ja füüsiline heaolu pareneb mitmekülgsete kultuuri-, huvitegevuse- ja spordialaste tegevuste ja teenuste kaudu.
- 3. Saarde vallas on loodud soodsad võimalused ja tingimused vaba aja veetmiseks kõikidele vanusegruppidele.
- 4. Saarde valla haridusasutused pakuvad ennetavaid tervist edendavaid tegevusi.

Eesmärgid, indikaatorid (tegevussuunad ja tegevused)	Teostamise AEG (täpsusta), vajadusel täpsustav tegevus ja indikaator							
	2023	2024	2025	2026				
Eesmärk 1. Saarde Vallavalitsuse terviseedenduse meeskonna moodustamine, vaimse ja füüsilise tervise idee kandmine valla tegevusplaanidesse					Eesmärgi saavutamise SEIRE, teostatakse perioodi lõpus (jälgi uuringute/küsitluste läbiviimist)			
Indikaatorid								
Saarde Vallavalitsuse terviseedenduse töögrupi moodustamine: indikaator: Moodustatud 1 tervisedenduse töögrupp								
Vaimse ja füüsilise tervise idee kandmine valla tegevusplaanidesse kajastub igal aastal: Indikaator nt aasta tööplaan								
Eesmärgi 1. saavutamiseks ellu viidavad tegevused					Teostajad/ Vastutav organisatsioon	Kaasatavad partnerid	Ressurss	Ressursi allikad
Tegevus 1.1 Tagada koostöövõimeline tervistedendav pädev meeskond ja spetsialistid	Moodustada töögrupp	Meeskond kohtub võimalusel kord kvartalis. Meeskond on koostöö-võimeline ja eesmärgipärane	Meeskond kohtub võimalusel kord kvartalis. Meeskond on koostöö-võimeline ja eesmärgipärane	Meeskond kohtub võimalusel kord kvartalis. Meeskond on koostöö-võimeline ja eesmärgipärane	KOV	TAI, POL, SIM	0	KOV , erinevad projektid
Tegevus 1.2 .Meeskonna suutlikkuse suurendamine - koolitused, õppereisid, konverentsidel osalemine, koostöö teiste maakondade meeskondadega jms	Meeskonnaliikmed on saanud koolitusi (täpsustaks: ennetusvaldkonna/ tervisedenduse alaseid koolitusi).	Meeskonnaliikmed on saanud koolitusi (täpsustaks: ennetusvaldkonna/ tervisedenduse alaseid koolitusi), võimalusel osalenud õppereisidel (sh välismaal)	Meeskonnaliikmed on saanud koolitusi (täpsustaks: ennetusvaldkonna/ tervisedenduse alaseid koolitusi), võimalusel osalenud õppereisidel (sh välismaal)	Meeskonnaliikmed on saanud koolitusi (täpsustaks: ennetusvaldkonna/ tervisedenduse alaseid koolitusi), võimalusel osalenud õppereisidel (sh välismaal)	KOV	TAI, POL, SIM	2500	KOV , erinevad projektid
Tegevus 1.3 KOV on liitunud TET võrgustikuga	Liitutakse TET võrgustikuga	Sisehindamise läbiviimine, kokkuvõtte tegemine, võimalike parenduste elluviimine	KOV töötajate terviseteadlikkuse tõstmine lähtudes sisehindamise tulemustest, info levitamine töökohas	Jätkub järjepidev tervist edendava info kajastamine ja tegevuste läbiviimine	KOV	TAI, POL	900	KOV , erinevad projektid
Tegevus 1.4 Meeskonna võimestamine ja jõustamine	Töökoha terviseedenduse enesehindamisvahend on läbi töötatud, kaardistatud on riskid ja tulevased tervist edendavad tegevused.	Meeskonna motivatsiooni tõstmine läbi hea tööõhkkonna koos motivatsioonipakettide; lisaks veel nt et iga aastaste sisehindamiste läbi viimine	Meeskonna motivatsiooni tõstmine läbi hea tööõhkkonna koos motivatsioonipakettide lisaks veel nt et iga aastaste sisehindamiste läbi viimine	Meeskonna motivatsiooni tõstmine läbi hea tööõhkkonna koos motivatsioonipakettide lisaks veel nt et iga aastaste sisehindamiste läbi viimine	KOV	TAI, POL, SIM	1000	KOV , erinevad projektid
Tegevuste SEIRE (aastate lõikes)		Tegevuse tulemlikkuse hindamine (TAI Töökoha tervisedenduse enesehindamisvahend)	Tegevuse tulemlikkuse hindamine (TAI Töökoha tervisedenduse enesehindamisvahend)	Tegevuse tulemlikkuse hindamine (TAI Töökoha tervisedenduse enesehindamisvahend)				

Eesmärk 2. Saarde valla laste ja noorte kehalise aktiivsuse suurendamine ja vaimse tervise tugevdamine					Eesmärgi saavutamise SEIRE, teostatakse perioodi lõpus (jälg <u>i</u> uuringute/küsitluste läbiviimist)			
Indikaatorid								
Spordikoolides, huvikoolides ja huviringides käivate laste (7-19 a) arv suureneb protsentuaalselt Baasindikaator 2023 aastal lapsi 523 nendest 77,4 % on hõivatud ja lõpp indikaator 2026 aasta lõpp 85%)								
Treenerite, õpetajate jt juhendajate märkamisel on psühholoogiteenusele suunatud abivajavad lapsed saanud vaimse tervise abi. (Baasindikaator 2023 aasta saanud abi 40 last ja lõpp indikaator 2026 aasta saanud abi 10% rohkem.								
Valla territooriumil olevad treeningvõimalused (discgolfirada, RMK matkarajad, suusarada, kelgumägi, skatepark, ujumiskoht jne) on aktiivselt kasutuses ja neile ligipääs on tagatud. (Indikaator: rahulolu liikumis- ja sportimisvõimalustega. 2023 aastal puuduvad näitajad ja 2026 aastaks on iga-aastased küsitlusandmed võrreldavad ning rahulolu näitaja on paranenud 20%)								
Eesmärgi 1. saavutamiseks ellu viidavad tegevused					Teostajad/ Vastutav organisatsioon	Kaasatavad partnerid	Ressurss	Ressursi allikad
Tegevus 2.1 Huviringides, huvikoolides, spordikoolides, trennides käivate laste hulga suurendamine (% vanuserühmast)sh Laste ja noorte füüsilist aktiivsust toetavate tegevuse toetamine	Liikumisingides, spordikoolides ja trennides käivate laste arvu kaardistamine. Laste ja noorte osalemine füüsilist aktiivsust toetavates huvitegevuses-kaardistamine, osaluse 77,4 %, mitteosalemise põhjuste välja selgitamine ja lahenduste võimaldamine	Ülelinnaliste liikumisürituste korraldamine, reklaami levitamine sihtgrupile. laste liikumisvõimaluste tutvustamine. vähemalt ühes füüsilist aktiivsust toetavas huvitegevuses laste osalustasu toetamine valla eelarvest. igal lapsel on võimalik osaleda vähemalt 1 treeeningrühmas tasuta. Rakendamine 80%	Vanematele liikumisalase info jagamin, vähemalt ühes füüsilist aktiivsust toetavas huvitegevuses laste osalustasu toetamine valla eelarvest. Eesmärk igal lapsel on võimalik osaleda vähemalt 1 treeeningrühmas tasuta. Rakendamine 80%	Heade praktikate jagamine ja juhendajate täiendkoolituste propageerimine. vähemalt ühes füüsilist aktiivsust toetavas huvitegevuses laste osalustasu toetamine valla eelarvest. Eesmärk igal lapsel on võimalik osaleda vähemalt 1 treeeningrühmas tasuta. Rakendamine 85%	KOV, KOV haridusasutused	KOV meeskond lasteaia <u>d</u> , huvikoolid koolid, MTÜd TÜ, TTÜ (koolituste pakkuja <u>na</u>)	46 000	KOV, hallatavad asutused
Tegevus 2.2 Mitmekesiste liikumisvõimaluste loomine ja pakkumine erinevatele sihtrühmadele	Seniste liikumisvõimaluste kaardistamine, huvirngide, trennide arvu ja sisuülevaatest kokkuvõtte tegemine. Kilingi-Nõmme suusaraja ettevalmistustööde teostamine	Kilingi-Nõmme suusaraja avamine. Skate-pargi ja discgolfiraja hoolduse tagamine. Küsitluse korraldamine elanike seas. Liikumistegevuste kavandamine.	Küsitluse korraldamine elanike seas. Liikumistegevuste kavandamine; tegevuste elluviimine, heade praktikate jagamine	Tegevuste elluviimine, heade praktikate jagamine, täiendav ideekorje, Küsitluse korraldamine elanike seas.	KOV, KOV haridusasutused	KOV meeskond lasteaia <u>d</u> , huvikoolid koolid, MTÜd TÜ, TTÜ (koolituste pakkuja <u>na</u>)	20 000	KOV, sponsorid ja toetajad
Tegevus 2.3 Kõik KOV haridusasutused järgivad tervistedendavaid põhimõtteid	Tervist edendava töö raames on lastele ja noortele tagatud vaimsele ja füüsilisele tervisele tähelepanu pööramine ja sekkumiste kavandamine ning rakendamine	Tervist edendavate tegevuste ja heade praktikate jagamine erinevate infokanalite kaudu. Tervist edendava töö raames on lastele ja noortele tagatud vaimsele ja füüsilisele tervisele tähelepanu pööramine ja sekkumiste kavandamine ning rakendamine	Tervist edendavate tegevuste ja heade praktikate jagamine erinevate infokanalite kaudu. Tervist edendava töö raames on lastele ja noortele tagatud vaimsele ja füüsilisele tervisele tähelepanu pööramine ja sekkumiste kavandamine ning rakendamine	Tervist edendavate tegevuste ja heade praktikate jagamine erinevate infokanalite kaudu. Tervist edendava töö raames on lastele ja noortele tagatud vaimsele ja füüsilisele tervisele tähelepanu pööramine ja sekkumiste kavandamine ning rakendamine	KOV, KOV haridusasutused	KOV meeskond lasteaia <u>d</u> , huvikoolid koolid, MTÜd TÜ, TTÜ (koolituste pakkuja <u>na</u>)	500	KOV, hallatavad asutused

Tegevus 2.4 Saarde valla elanike liikumisharjumuste suurendamine		Täisealiste osalemise füüsilist aktiivsust toetavates huvitegevuses -kaardistamine, osaluse %, mitteosalemise põhjuste välja selgitamine ja lahenduste võimaldamine. KOV elanike liikumisharjumuse küsimustiku kokkupanemine ja küsitluse korraldamine edasise tegevusplaani koostamiseks.	Tegevusplaani koostamine. Jätkutegevused tulenevalt küsitluste tulemustest ja tegevusplaanist.	Tegevusplaani järgimine. Jätkutegevused tulenevalt küsitluste tulemustest ja tegevusplaanist.	KOV, MTÜd, SAd	MTÜd, sponsorid, SAd.	1000	erinevad projektid, KOV omaosalus
Tegevuste SEIRE (aastate lõikes)				Tegevuse tulemlikkuse hindmine				
Eesmärk 2. Vanemahariduse pakkumine last ootavatele ja lastega peredele läbi Perepesa teenuse					Eesmärgi saavutamise SEIRE, teostatakse perioodi lõpus (järgi uuringute/küsitluste läbiviimist)			
Indikaatorid								
Loodud on vanemaharidust pakkuv teenus								
Lapsevanemad on ette valmistatud lapse sünniks ja eluks koos lapsega. (Perekooli gruppides osalejate arv sihtrühmast) (baasindikaator 2023 aasta alguses ei ole saanud ükski inimene abi ja lõpp indikaator 2026 aasta lõpuks on saanud abi 100 inimest)								
Vaimse tervise (sh mobiilse psühholoogilise) toe pakkumine peredele. Baasindikaator 2023 aasta alguseks on saanud abi 385 inimest ja lõpp indikaator 2026 aasta lõpuks on saanud abi 900 inimest								
Eesmärgi 2. saavutamiseks ellu viidavad tegevused					Teostajad/ Vastutav organisatsioon	Kaasatavad partnerid	Ressurss	Ressursi allikad
Tegevus 2.1 Küsitluse läbiviimine teenuse vajalikkuse kohta	Küsitlus teenuse vajalikkuse kohta on elanikkonna seas läbi viidud	Teenuse vajaduse pidev seire	Teenuse vajaduse pidev seire	Teenuse vajaduse pidev seire	KOV		200	KOV
Tegevus 2.2 Vaimse toe ja vanemliku hariduse pakkumine elanikele	Sõlmitud on tööleping psühholoogiteenuse pakkumiseks KOV piirkonnas	Abivajajateni jõudmine, varajane märkamine ja ennetustegevus (Imelised aastad vm)	Abivajajateni jõudmine, varajane märkamine ja ennetustegevus (Imelised aastad vm)	Abivajajateni jõudmine, varajane märkamine ja ennetustegevus (Imelised aastad vm)		Surju Rahvamaja, Kilingi-Nõmme Klubi, seltsingud, kirik	17 000	KOV, projekt
Tegevus 2.2 Informatsiooni jagamine sihtgrupile avatavate teenuste kohta	Infomaterjali koostamine, kanalite valik	Info levitamine erinevates kanalites, otsekontaktid	Info levitamine erinevates kanalites, otsekontaktid	Info levitamine erinevates kanalites, otsekontaktid	KOV, Perepesa	Surju Rahvamaja, Kilingi-Nõmme Klubi, seltsingud,	500	KOV, projekt
Tegevus 2.3 Teenuse pakkumiseks on ette valmistatud õiguslik alus	Loodud on eeltingimused/eellepingud teenuse pakkumiseks (ruumid, töötaja(d), teenusepartnerid, LaHe toetus), teenus on heaks kiidetud volikogu poolt	Lepingud on sõlmitud, Perepesa on alustanud tööd peredega.	Päevakohaste loengute pakkumine.	Päevakohaste loengute pakkumine.	KOV	LaHe	27 000	KOV, projekt
Tegevus 2.4 Kovisioonide ja supervisioonide pakkumine Perepesa personalile		Kovisioonide ja supervisioonide pakkujate leidmine Perepesa personalile; Kovisioonide ja supervisioonide pakkumine Perepesa personalile	Kovisioonide ja supervisioonide pakkumine Perepesa personalile	Kovisioonide ja supervisioonide pakkumine Perepesa personalile	Perepesa	LaHe	68 000	KOV, projekt
Tegevuste SEIRE (aastate lõikes)	Küsitlused on läbi viidud. Olukord on kaardistatud	Volikogu poolt heaks kiidetud ja kinnitatud. Oleme esitanud projekti Perepesa loomiseks.	Toimiv Perepesa, kus pakutakse vajaminevaid paindlikke teenuseid.	Suurenenud on Perepesa teenuseid kasutavate perede hulk.				

Eesmärk 3. Eakate vaimse ja füüfilise tervise toetamine läbi ühistegevuste					Eesmärgi saavutamise SEIRE, teostatakse perioodi lõpus (jälgitud uuringute/küsitluste läbiviimist)			
Indikaatorid								
Loodud on regulaarselt (1x kuus kolmapäeviti) toimuvad tugigrupid eakatele								
Erineva huvitegevuse pakkumine eakatele (% sihtgrupist 65-80 aastased) Baasindikaator 2023 aastal osales 11 % ja lõpp indikaator 2026 lõpp osaleb 20%)								
Vaimse tervise (sh mobiilse psühholoogilise) toe pakkumine eakatele. Baasindikaator 2023 aasta alguseks on saanud abi 600 inimest ja lõpp indikaator 2026 aasta lõpuks on saanud abi 1400 inimest								
Eesmärgi 3. saavutamiseks ellu viidavad tegevused					Teostajad/ Vastutav organisatsioon	Kaasatavad partnerid	Ressurss	Ressursi allikad
Tegevus 3.1 Eakate üksindus- ja kuuluvustunde leevendamine läbi ühistegevuse, motiveerimine	Toimuvad igakuised kokkusaamised eakatele ajakohastel teemadel. Ühistegevuse harjumuse loomine.	Toimuvad igakuised kokkusaamised eakatele ajakohastel teemadel.Erineva sisuga huvitegevuse pakkumine. Väärikate Ülikooli loengusarja alustamine vallas.	Toimuvad igakuised kokkusaamised eakatele ajakohastel teemadel. Huvitegevuste mitmekesistamine, huvigrupi soovide pidev seire	Toimuvad igakuised kokkusaamised eakatele ajakohastel teemadel. Huvitegevuste mitmekesistamine, huvigrupi soovide pidev seire	KOV, hallatavad asutused	Surju Rahvamaja, Kilingi-Nõmme Klubi, seltsingud, kirik	2000	
Tegevus 3.2 Psühholoogilise toe võimaldamine personaalselt	Psühholoogi teenus on kõikidele soovijatele kodukohas kättesaadav.	Psühholoogi teenus on kõikidele soovijatele kodukohas kättesaadav.	Psühholoogi teenus on kõikidele soovijatele kodukohas kättesaadav.	Psühholoogi teenus on kõikidele soovijatele kodukohas kättesaadav.	KOV	Vastavat pädevust omavad isikud, institutsioonid	17 000	Projekt, KOV
Tegevus 3.3 Eakate eneseabialase hariduse andmine gruppides	Vaimse toe spetsialistid on läbi viinud erinevad kohtumised piirkondades, kaardistanud enim käsitletavad vajavad teemad	Vajaduspõhiste koolituste ja loengute korraldamine	Vajaduspõhiste koolituste ja loengute korraldamine	Vajaduspõhiste koolituste ja loengute korraldamine	KOV, hallatavad asutused	Seltsingud, MTÜd	200	Projekt, KOV
Tegevus 3.4 Kogukonnamaja päevakeskuse loomine	Informatsiooni kogumine ja erinevate praktikatega tutvumine tesites KOVides	Ettevalmistustööd kogukonnamaja rajamiseks, osalemine projektivoorus.	Ettevalmistustööd kogukonnamaja rajamiseks, projektist lähtuvate tegevuste elluviimine	Ettevalmistustööd kogukonnamaja rajamiseks, projektist lähtuvate tegevuste elluviimine	KOV, hallatavad asutused	Riik	6000	riik, KOV
Tegevuste SEIRE (aastate lõikes)		Eakate aktiivsus ühitegevustes on tõusnud 10%	Eakate aktiivsus ühitegevustes on tõusnud 20%	Eakate aktiivsus ühitegevustes on tõusnud 30%				