

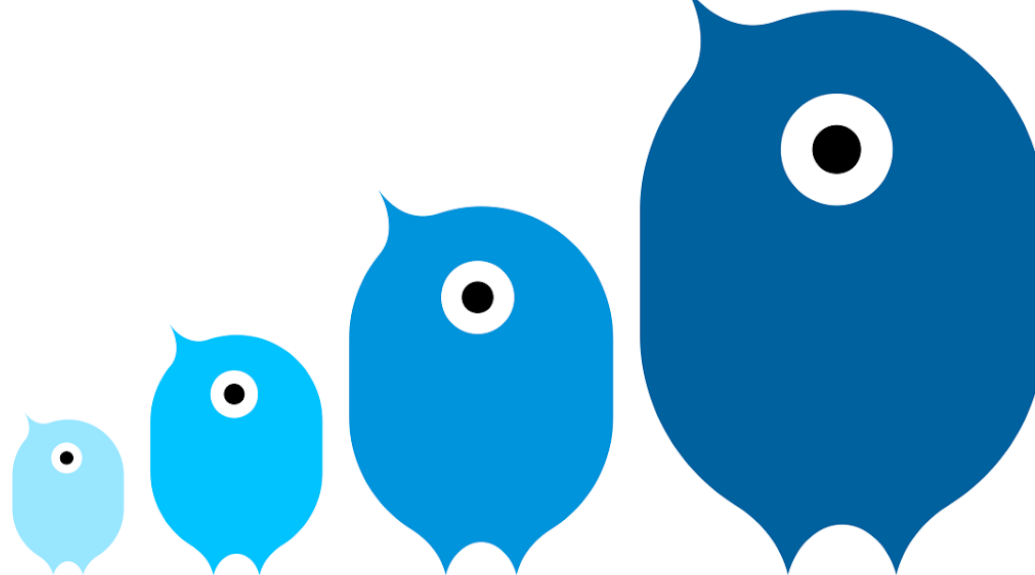




INFOSEMINAR PEREPESA LOOMISEKS ESF MEETME TOEL

SA LAPSE HEAOLU ARENGUKESKUS

25.03.2026





Teekond Perepesadeni



MAARJA



KIIRA



LY



HELIKA



ANETTE



TEELE



BRIGITA



RIIN

KES ME OLEME

SA Lapse Heaolu Arengukeskus (LaHe) on eraalgatuslik kompetentsikeskus, mis arendab **Perepesa** ennetuse ja varajase märkamise mudelit ning toetab kohalikke omavalitsusi mudeli rakendamisel kohapeal.

MEIE TIIM

MAARJA OVIIR NEIVELT – Asutaja ja juhatuse esimees
KIIRA GORNICHEFF – Tegevjuht ja juhatuse liige
LY KASVANDIK – Arendusjuht
HELIKA SAAR – Rakendusjuht
TEELE KRAVTŠENKO – Laienemisjuht
ANETTE TALVIK – Kvaliteedi- ja andmetöötlusjuht
BRIGITTA ARUTJUNJAN - Kommunikatsioonijuht
RIIN PÄRNAMETS – Kogukondade arendamise juht

2014



2018

Tiimi töölevõtmine ning mudeli ja hindamisplaani väljatöötamine

2019

Esimesed Perepesad luuakse **Viljandisse, Põltsamaale ja Türile**

2022

Uksed avavad **Tartu ja Elva Perepesad**

2024

Perepesade võrgustikuga liitub **Tallinn**

2025

Avatakse **Pärnu, Haabersti ja Pirita** Perepesad

2025-2027

2027. aastaks on loodud **25 Perepesa** üle Eesti

Perepesade üleselt kokku **20 teenust**:
■ 9 põhiteenust
■ 11 täiendavat teenust

2019–2024
■ 35000 külastust
■ Arv kasvab igal aastal

Pilootprojekt:
■ KOVid ja koostööpartnerid hindasid Perepesa tegevusi **8,3 / 10**
■ "Nii süstematiseeritud teenuste pakkumist varasemalt üheski Perepesa piirkonnas ei olnud"

Lapsevanemad:
■ Tagasiside teenustele **9 / 10**
■ Perepesa on soe ja sõbralik koht, kuhu tulla, et osaleda teenustel, kohtuda teiste vanematega, aga ka saada tõenduspõhise tuge.

Perepesa on kogukonna ankur väikelastega peredele:
■ Kogukondade liikmed algatavad ja viivad läbi u **30 üritust** aastas



2016

Lapse Heaolu Arengukeskuse asutamine ja mudeli raamistiku väljatöötamine

2022

Lapse Heaolu Arengukeskus on riigi strateegiline partner

2023

Heaolu arengukavas (2023-2030) on ühe prioriteedina **kogukondlike ennetus- ja peretöökeskuste loomine**

2024

Vanemluse valdkondadeüleses tegevuskavas (2024-2030) on prioriteedina **Perepesade võrgustiku laiendamine**

2025-2027

Sotsiaalministeerium toetab ESF vahenditest **13 Perepesa loomist** summaga **106 735 eurot Perepesa kohta**. Tallinna linn loob Perepesad **igasse (8) linnaossa**.

Mis probleemi me lahendame?

- Üleriigiliselt **puudub süsteemne kohapealne ennetustegevus**, tegeleme eelkõige tagajärgedega.
- **Teenuste kättesaadavus ja kvaliteet** on ebaühtlane. Vähene tõenduspõhiste sekkumiste kasutamine ja olemasolevate sekkumiste mõjuhindamine. Teenuste osutamine on **killustatud** erinevate spetsialistide ja valdkondade tegevuse vahel.
- **Märkame laste arenguprobleeme liiga hilja.**
- KOVil on seadusega kohustus ennetada lapse heaolu ja arengut ohustavaid riske ⁽¹⁾, aga puudub ressurss, et ise arendada välja süsteemne lahendus.
- **Ennetada on odavam** kui tagajärgedega tegeleda:
 - € 1 vs 14 ⁽²⁾
 - € 3,5 miljardit ⁽³⁾
 - 1 % ➤ € 29 miljonit.

Kui suur see problem on?

- Ligikaudu **pooled leibkondadest vajavad rohkem abi laste hoidmisel ja kasvatamisel**, aga ei tea kuhu abi saamiseks pöörduda või ei ole söendanud abi küsida ⁽¹⁾ ⁽²⁾
- **Iga viies ema kogeb sünnitusjärgset depressiooni** ⁽³⁾. Pikaajaline ja sügav depressioon võib mõjutada lisaks emale ka vastsündinut ja isa ⁽³⁾
- **15% lastel ja noortel esinevad psüühikahäired**, mille üheks põhjuseks on pereprobleemid ⁽⁴⁾
- 2024. a **Lasteabisse pöördumiste arv 18 690, mis on u 10% rohkem** kui eelmisel aastal. Palju pöörduti küsimustega, mis puudutasid lapse kasvatamist, peresuhteid ning lapse ja vanema suhteid ⁽⁵⁾
- 42% Eesti täiskasvanud elanikest aktsepteerib teatud olukordades laste füüsilist karistamist ⁽⁵⁾
- 2024. a. esimese kaheksa kuuga on sündinud **10% vähem lapsi**, kui aasta varem sama ajaga. Selline trend juba kolmas aasta järjest ⁽⁶⁾ ⁽⁷⁾

Teaduskirjandus ja uuringud

- Lapse edukusele ja toimetulekule pannakse alus sünnieelsel perioodil ja **esimesel kolmel eluaastatel** ⁽¹⁾
- Lapse heaolu suurimad mõjutajad on:
 - ✓ lapse arenguvajadused
 - ✓ vanemlus
 - ✓ pere ja keskkond.
- **Vanemlike oskuste ja heaolu toetamine** esimestel aastatel ja **probleemide varajane märkamine** aitab vähendada vajadust hiliemate kulukate sekkumiste järele, ennetades probleeme.



Perepesa mudel



Mis on Perepesa?

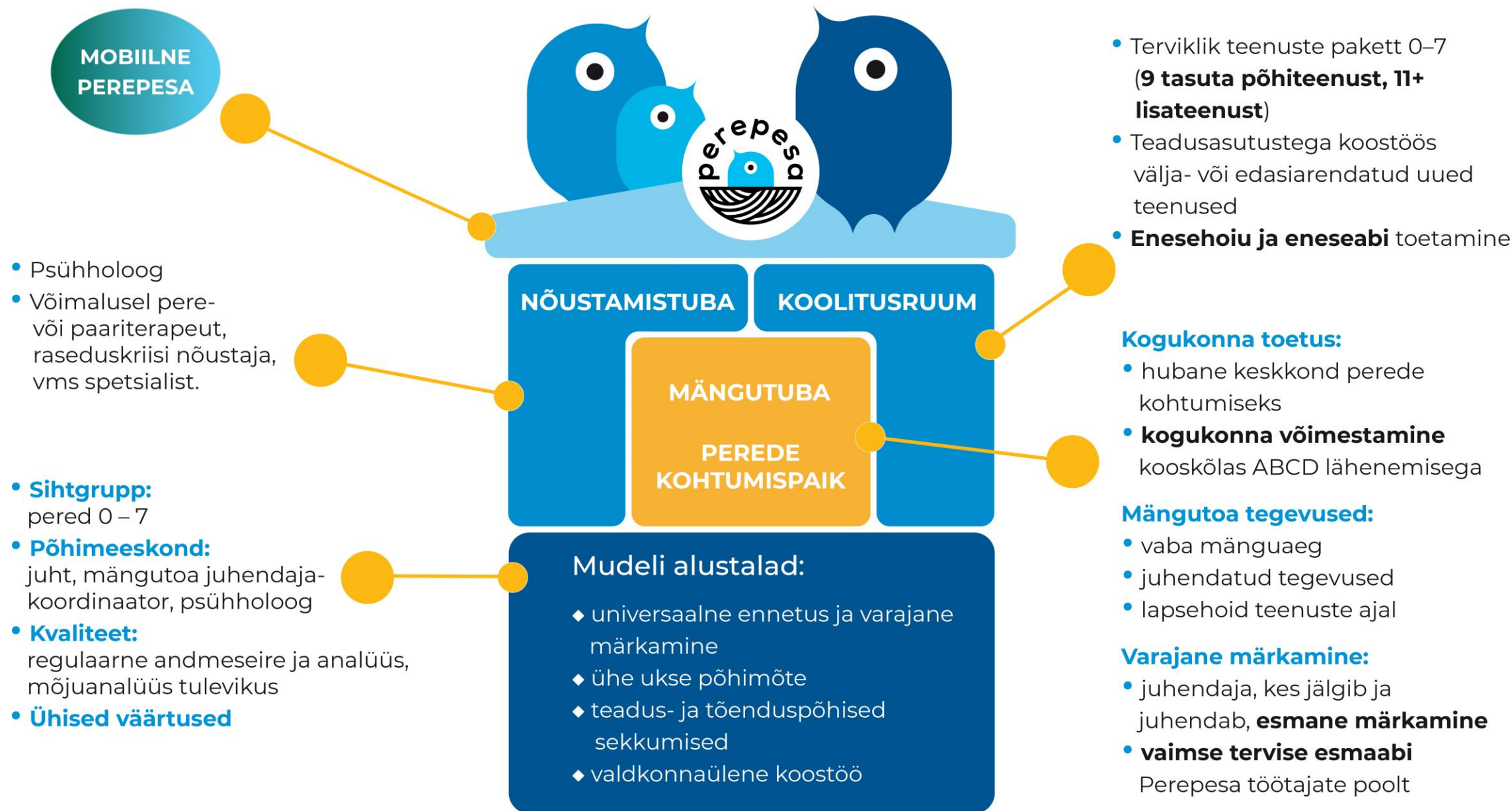
- **Kogukondlik ennetus- ja peretöökeskus,** mis

- ✓ **julgustab ja toetab** lapsevanemaid mõistmise ja pädeva infoaga;
- ✓ pakub **tõhusaid teenuseid**; ja
- ✓ **kogukondlikku keskkonda**, kus pered saavad ka üksteisele toeks olla.

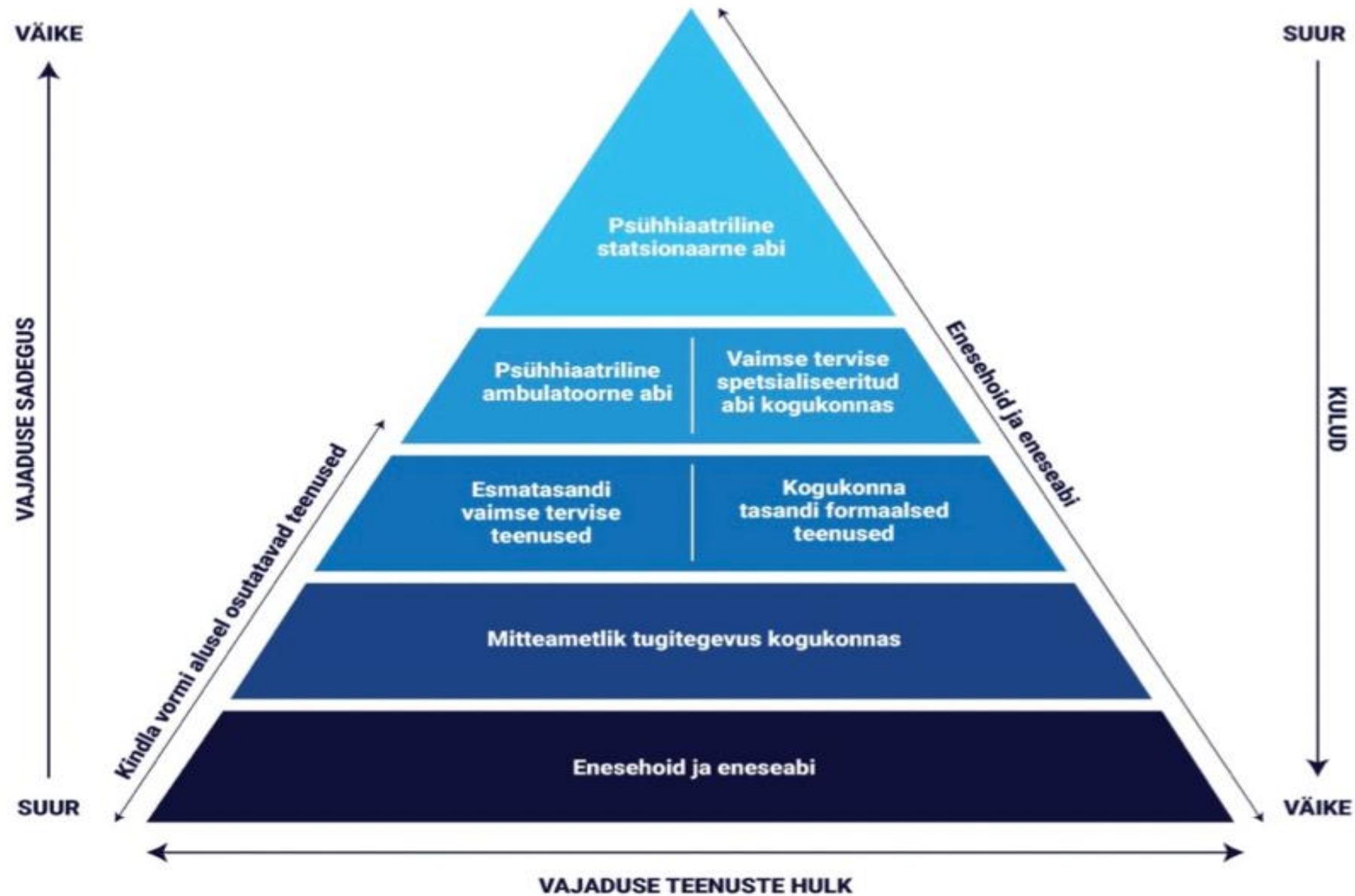
- **Lihtne ja tõhus lahendus omavalitsustele** kuidas teha süsteemset peredele suunatud ennetustegevust kogukonnas selleks, et väikelapse ja perega seotud riskid saaksid võimalikult vara märgatud ja pered toetatud.

Perepesa kutsutakse ellu LaHe ja KOV koostöös. LaHe meeskond toetab KOVe Perepesade käivitamisel, sisu arendamisel ning pakub igapäevaselt meeskondadele rakenduslikku tuge.

- **Lastega perede varajase toetamise platvorm,** mis mängib olulist rolli riiklikus ennetustöös.



Vaimse tervise püramiid



Kogukond



“See annab nii palju juurde, et saab **rutiinist välja tulla**, kohtuda teiste beebiemmedega ja **jagada oma muresid ja kogemusi**”

“Väga vajalik koht **vaimse tervise hoidmiseks**”

Perepesa on **kogukonna ankruks väikelastega peredele**, toetades kogukondliku sidususe tekkimist sihtgrupi perede seas

Kohalikud kogukonnad korraldavad rohkem kui **30 üritust igal aastal**

Lapsevanemate kogukondlike suhete tekkimise toetamisel saab lähtuda **tugevuste põhise kogukonna arendamise** (Asset Based Community Development) põhimõtetest

Eesmärgiks on tugineda tegevustes **kogukonnas olemasolevat** **ele** **ressurssidele** ja **inimeste eelistustele**



Perepesa teenused



- **Perepesa teenuste fookuses:**
 - vanemaharidus
 - lapse ja vanema vaimne tervis
 - pere- ja paarisuhe
- **Terviklik teenuspakett** sihtgrupile alates **lapse-ootusest kuni lapse kooliminekuni**
- Põhiteenused peredele **tasuta**
- Lisaks **11+ lisateenust** (sh. PREP, Gordoni suhtlustreering jt.)

9 põhiteenust:

- **Mängutuba**
- **Juhendatud tegevused**
- **Lapsehoid** (*vanema teenusel viibimise ajaks)
- **Psühholoogiline nõustamine**
- **Perekool** lapseootel peredele
- **Beebivanemate vestlusringid** (BVV)
- **2-aastase lapse kõne ja arengu toetamine** (2KATS)
- **Vanemlusprogramm** “Imelised Aastad” 2-8-aastaste laste vanematele
- **Koolitused-vestlusringid**, sh Papside klubi

"Sain siit koolitusest tunde, et ma **ei ole oma probleemidega üksi**, et teistel on ka muresid oma lastega"

"Sain väga palju **informatsiooni ja enesekindlust** juurde, kuidas oma lapsele edaspidi toeks olla"

"Tundsin, et olen teretulnud ja oodatud"



"Aitäh, et teete imelist asja ja **toetate vanemaid**"

4,8 punkti 5-st

Tagasiside teenustele on järjepidevalt kõrge

"Ma soovitan Perepesa 100% -töötajad on väga teadlikud ja soojad ning tegevused **lapsi ja vanemaid arendavad-toetavad**.

"Väga **kodune ja mõnus õhkkond** oli, mul on hea meel, et sattusin teie juurde. Kahju, et ei teadnud teist varem"

Ma imetlen Perepesa tegevust ja toetavat mõju"

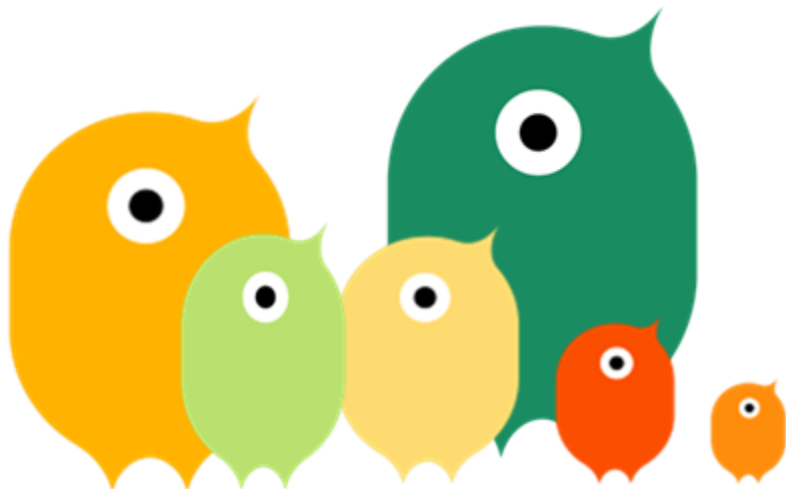
Perepesa meeskond

Põhikoosseis:

Juht korraldab kogu keskuse toimimist ja meeskonna töökorraldust.

Mängutoa juhendaja-koordinaator hoolitseb mängutoas toimuva eest, pakub lapsehoiuteenust ning assisteerib perepesa juhti vastavalt kokkulepetele.

Psühholoog pakub nõustamisi individuaalselt ja/või peredele, gruppidele, viib läbi BVV ja 2KATSi teenuse grupivestluseid.



Põhimeeskond tagab keskuse igapäevase toimimise kooskõlas Perepesa tegevusmudeliga.



Kuidas LaHe toetab Perepesade tegevuse kvaliteeti

Kvaliteet ja tegevusmudeli hindamine



**Põhjalik
väljaõpe, pidev
läbimõeldud
rakendustugi ja
mentrolus**



**Kvartaalne
aruandlus**
tulemusnäitajate
täitmise
jälgimiseks

Sisehindamine
kord aastas (vorm
tugineb Perepesa
tegevusmudelil)



Eesmärk hinnata
**Perepesa mudeli
mõju**
lähiaastatel



LaHe poolt pakutav rakendustugi

• **RUTIINID ja ühtse praktika arendamine:**

- Iganädalased koosolekud
- Heade praktikate kolmapäevikud
- Supervisioonide ja kovisioonide korraldamine kvaliteedi hoidmiseks ja kompetentside ühtlustamiseks
- Sisekoolitused ning täiendkoolitused
- Suveseminar ja jõulupidu
- Kommunikatsioonitugi (koduleht, Facebook, Instagram, kujundused)

TEENUSED JA ANDMED:

- Teenuste käivitamine ning arendamine
- Andmetöötluste ja -analüüsi tugi

PEREPESADE JUHID:

- 2024-2025 + 2026
pro bono mentorlus Eesti Mentorite Kojalt

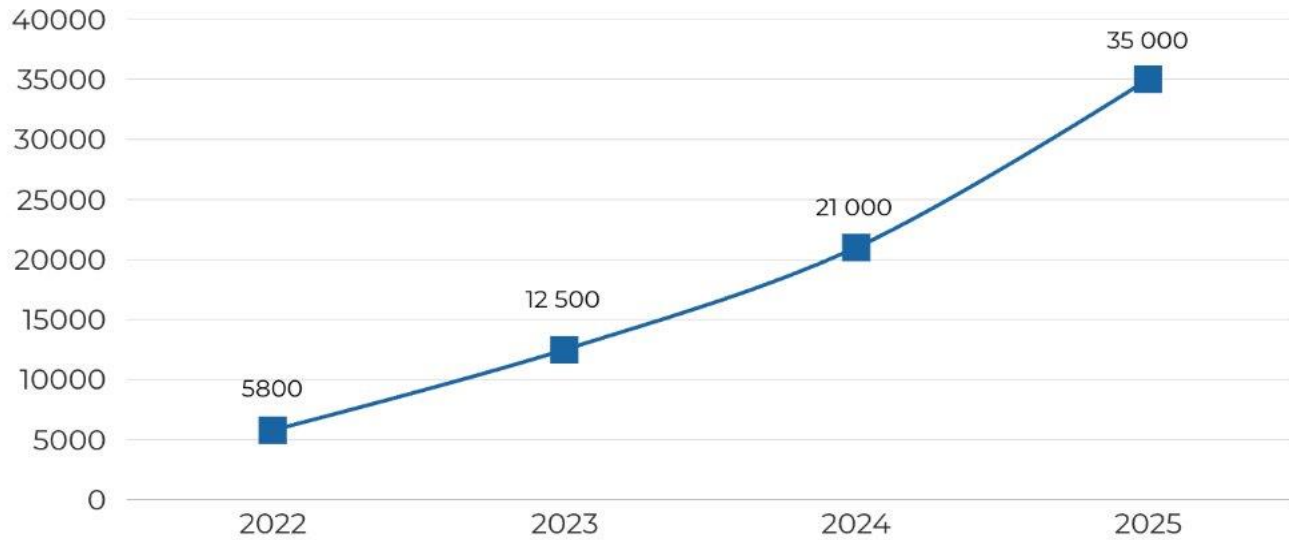
KOGUKOND:

- Lastevanemate kogukondade käivitamise ja hoidmise 1+1 tugi

LISAKS PEREPESA AVAMISE EEL NING JÄRGSELT täiendav tugi **laienemisjuhi** poolt

LaHe kompetentsitugi on ESF perioodi jooksul **tasuta**.

2022-2025 aasta külastatavus Perepesades

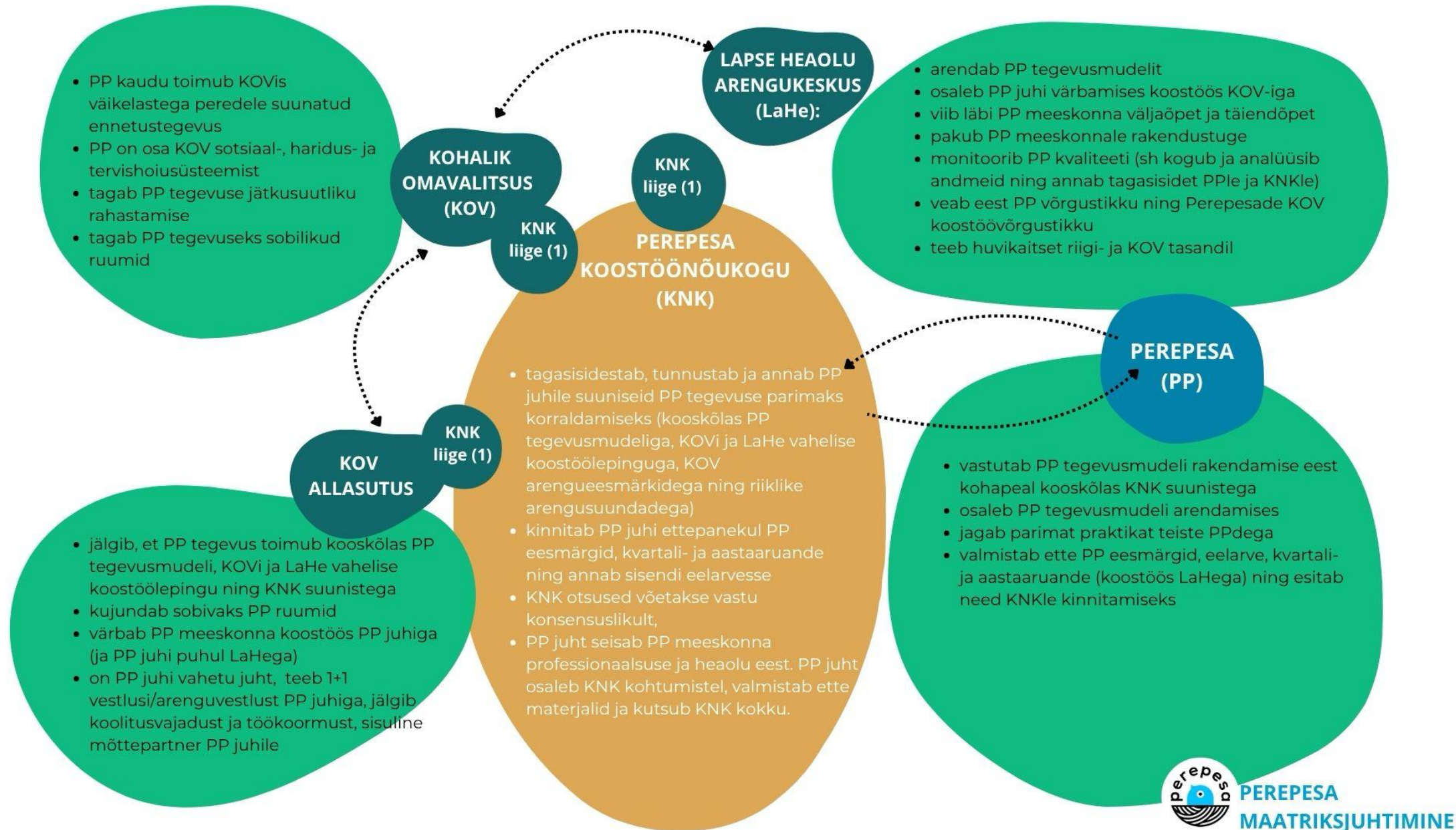


**Vähemalt 3500
unikaalsed klienti**



**≈20 000 (57%)
mängutoas**

KOV-LaHe-Perepesa meeskond: rollid ja koostöö



Mis kasu saab KOV?

- Peredel tekib turvaline, kogukondlik ja neutraalne kooskäimise koht, mis soodustab abi vastuvõtmist. Info, teenused ja kogukondlik tugi ühest uksest.
- Varajane märkamine ja võimekus koheselt reageerida - aitab vähendada vajadust tulevikus kallimate teenuste järele.
- Teenuste valik ja kättesaadavus paraneb.
- Võimalus veelgi tõhustada omavalitsuses valdkonnaülest koostööd.
- Aitab vähendada spetsialistide puudusest tekkinud väljakutseid.
- Tekib väärtuslik koostööpartner omavalitsuses asuvatele lasteaedadele.
- Aitab vähendada lapse heaolu spetsialisti töökoormust.
- Loob ja võimestab väikelastega perede kogukonda.
- Toimub regulaarne andmete analüüs, tagasisidestamine ja ülevaate andmine KOV-ile.
- Mudel tagab selle, et lapsevanemate ja KOV-i spetsialistide hääl on kuulnud ja omavalitsuse vajadustega on arvestatud.
- KOV täidab tulemuslikult Lastekaitseseaduse §-st 6 ja teistest õigusaktidest tulenevaid kohustusi.
- Muudab KOV-i atraktiivseks elupaigaks lastega peredele.
- Kohalikul tasandil tekib eestkõneleja hoiakute nügimisel ja vanemahariduse normaliseerimisel. Tegevus on süsteemne ja järjepidev.
- Strateegiline investering haridusse ja KOVi jätkusuutlikku tulevikku.

Perepesa KOVide tagasiside:

- Perepesa tulekuga sai täidetud oluline tühimik ning täna on Perepesa nii lastekaitse kui ka lasteaedade ja koolide tugispetsialistide väärtuslik käepikendus.
- Perepesa on väga vajalik ja selliseid teenuseid enne ei olnud nii kompaktselt (süsteematiseeritult) kokku pandud.
- Tänu Perepesa spetsialistidele on vähenenud nt koolide tugispetsialistide koormus, kes enne käisid lasteaedades lapsi jälgimas ja vanemaid nõustamas.
- Psühholoogilisest nõustamisest on alati olnud puudu, mis aga ei ole olnud enam probleemiks, kui teenust pakub ka Perepesa.
- Perepesal on oluline ja vajalik roll kohaliku tasandi ennetustegevuses.





ESF toetusmeede KOVidele Perepesa loomise toetamiseks

Perepesa loomise praktilised sammud

Perepesa loomise eeltingimused

- **ESF toetusmeetme tingimused on täidetud**
- **LaHe poolsed täiendavad tingimused on täidetud**, millede olemasolul annab LaHe oma kinnituskirja):
 - **valmisolek juhinduda** Perepesa tegevuses **Perepesa tegevusmudelist**, sh:
 - valmisolek **kolme täistöökooha loomiseks**: Perepesa juht, Perepesa mängutoa juhendaja-koordinaator, Perepesa psühholoog
 - valmisolek esimese aasta jooksul **käivitada Perepesa põhipaketi teenused**
 - Perepesa loomiseks **sobilike ruumide** olemasolu ja kujundada need Perepesa sisekujundusprojekti kohaselt koostöös LaHe sisekujundajaga
 - KOVil on valmisolek sõlmida LaHega **koostööleping** toetusmeetme toel loodava Perepesa tegevuse parimaks korraldamiseks.

Nõuded Perepesa ruumidele

Perepesas ruumid mudeli järgseteks põhifunktsioonideks:

- Mängutuba
- ruum, kus pered saavad omavahel suhelda
- nõustamistuba/-toad (psühholoog, jt)
- koolitusruum

Perepesas ruumid toetavateks funktsioonideks:

- Perepesa juhi + meeskonna tööruum(id) (tagatud on mh internetiühendus ja printimisvõimalus)
- Abiruum koos imetamise- ja mähkmete vahetamise võimalusega
- Tualettruum
- Võimalusel kööginurk

- **Lastega peredele sobilikus asukoahas**, nt sobimatu on alkoholipoe, vms vahetu lähedus
- Soovitavalt **kogukonna keskses asukoahas**, et olla peredele kergesti ligipääsetav
- **Vastama lastega perede vajadustele**, sh olema ligipääsetav lapsevankriga ja erivajadustega inimesele
- **Vastama seaduse nõuetele**
- **Kujundatud kooskõlas Perepesa ühtse brändingu ja -stiiliga**. Sisekujundusel tegutsetakse koostöös LaHe brändingu hoidja- sisekujundajaga; tasub KOV.



KOV-ülese Perepesa loomine

KOV-ülese Perepesa mõiste ja eesmärk

KOV-ülene Perepesa on mitme kohaliku omavalitsuse **koostööl toimiv maakondlik perede tugiteenuste võrgustik**, mis ühendab ühe täiemahulise Perepesa kogukondliku ennetus- ja peretöökeskuse ja omavalitsustes paiknevad kogukonnapõhised satelliitpunktid.

KOV-ülese Perepesa (PP) eesmärk on tagada osalevate KOVide väikelastega peredele varajane, kättesaadav ja süsteemne tugi.

KOV-ülene PP ei ole üksnes PP laiendus, vaid **teenuse korraldusmudel**, mille puhul:

- põhiteenused ja spetsialistid on koondatud keskusesse;
- esmatasandi tugi ja kogukonnatöö toimuvad satelliitpunktides;
- teenus toimib ühtse süsteemina, mitte eraldi keskustena igas omavalitsuses.

KOV-ülese Perepesa ülesehitus

Keskne Perepesa üksus

Funktsioonid:

- Perepesa mudeli täiemahuline rakendamine
- Regionaalsete üksuste tegevuse keskne koordineerimine
- keskse Perepesa ja regionaalsete üksuste töötajate juhendamine.

Satelliitpunktid, ehk regionaalsed üksused valdades

Regionaalne üksus on kogukonnapõhine esmatasandi toetuspunkt peredele.

Funktsioonid:

- avatud mängutuba ja juhendatud tegevused; esmased vestlused perega ja varajane märkamine
- kogukonnategevused
- teavitustöö ja hoiakute nügimine
- peredele osade teenuste pakkumine ning perede suunamine keskuse teenustele.

Peamised erinevused tavapärase Perepesaga

- **Teenus toimib võrgustikuna KOV-üleselt** (keskne PP üksus + regionaalsed üksused), mitte ühe KOV-põhiselt
- PP **töötajad töötavad KOV-üleselt**, keskse PP üksuses, mitte ühe KOVi koosseisus
- **Regionaalsetes üksustes on minimaalne püsimeeskond** – eelkõige mängutoa juhendaja, vajaduse- ja kokkuleppe põhiselt psühholoog.
- **Regionaalsete üksuste ruumid võivad olla ristkasutuses** (näiteks raamatukoguga, kogukonnamajaga või lasteaiaga). (Ruumide kohta vaata lähemalt p. 7).
- **Teenus sisaldab hübriidlahendusi** (kohapeal + suunamisega + veebis)
- **Kvaliteeti jälgib ja tagab keskne Perepesa üksus** (koostöös LaHega)

Personal

Keskne Perepesa üksus

- juht
- psühholoog
- 3 mängutoa juhendajat, kes on jaotatud keskse PP ja regionaalsete üksuste vahel. Eelistatult on igas regionaalses üksuses on "oma" mtj – see tagab parema suhte kohaliku kogukonnaga ja loob eelduse tugevama usalduse tekkimiseks.

NB! Mtj-d annavad nt 25% oma tööajast, et toetada PP juhti osade kesksete funktsioonide täitmisel.

Töötajate täpne jaotus (kohapõhine vs roteeruv) otsustatakse KOVide kokkuleppe alusel.

Regionaalne Perepesa

- 1 mängutoa juhendaja. Kommentaar: Eelistatult on igas regionaalses üksuses on "oma" mtj – see tagab parema suhte kohaliku kogukonnaga ja loob eelduse tugevama usalduse tekkimiseks. Võib olla osalise tööajaga.

Lisaks kasutatakse:

- spetsialistide ristkasutust
- veebinõustamist (nt psühholoogi teenuse puhul)
- mobiilseid teenuseid.

Juhtimine ja vastutus

KOVide roll

- KOVid on ühiselt teenuse tellijad ja omanikud.
- KOVid otsustavad ühiselt millise struktuuriüksuse alla KOV-ülene PP luuakse ning kes on PP juhi otsene juht. Oluline, et iga osalev KOV oleks "omanik" ja vastutaks KOV-ülese PP tervikuna toimimise eest.
- KOVid annavad mandaadi PP juhile ja meeskonnale korraldada KOV-ülese PP, sh regionaalsete üksuste toimimine kooskõlas PP tegevusmudeliga ja koostöölepinguga.

Kasu omavalitsuste jaoks

KOV-ülene PP võimaldab väiksel omavalitsusel pakkuda perede tugiteenuseid ilma täismahus keskust loomata.

KOV-i jaoks tähendab see:

- PP ülalpidamise kulude jagamist mitme KOVi vahel
- Spetsialistide ja teenuste kättesaadavamaks muutumist
- Süsteemse ja ennetava toe väikelastega peredele jõudmist ka väiksematesse kohtadesse
- Esmase toe kättesaadavust oma koduvallas
- Lisaks muu kasu, mida saavad kõik KOV-id Perepesast (potentsiaalis vähem lastekaitse kriise ja juhtmeid, väiksem töökoormus KOV ametnikele, jne.)
- **Võimalus saada ESF toetust 4 töökoha töötasu kompenseerimiseks 2 aastaks (2 x 107 000 eurot).**

KOV-ülese Perepesa eeldused

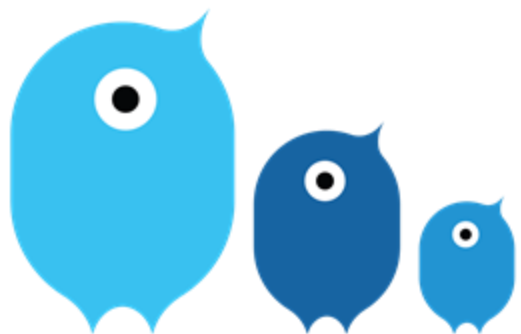
- hea koostöö(tahe) osalevate KOVide vahel
- iga osalev KOV on "omanik" ja vastutab KOV-ülese Perepesa tervikuna toimimise eest.



**Kontakt: Maarja Oviir-Neivelt,
Juhatuse esimees
mobiil: 51 66767
maarja@lapseheaolu.ee**



www.lapseheaolu.ee
www.perepesa.ee
facebook.com/lapseheaolu



Lapse Heaolu
Arengukeskus



www.lapseheaolu.ee

www.perepesa.ee

facebook.com/lapseheaolu