



**Kaasrahanud
Euroopa Liit**



**Eesti
tuleviku heaks**



1. Miniprojekt „Kogukonna hing ja tervis“. Ellu viidud perioodil 01.04. – 30.06.2025.a.

Taotleja: MTÜ Põhja-Harju Koostöökogu

Miniprojekti eesmärk:

- Tugevdada kogukondade vanemaealiste liikmete oskusi ja motivatsiooni ühiskondlikes algatustes osalemiseks, pakkudes neile teadmisi ja praktilisi tööriistu, mis toetavad aktiivset osalemist küla-, kultuuri- ja spordiseltside tegevustes.
- Suurendada vanemaealiste, sh Põhja-Harju Koostöökogu liikmete, sotsiaalset ja kogukondlikku kaasatust, luues õppereisi kaudu võimalusi võrgustike loomiseks, kogemuste jagamiseks ja uute ühiste algatuste elluviimiseks, mis rikastavad kohalikku kogukonda.
- Edendada vanemaealiste terviseteadlikkust ja ennetavat tervisekäitumist, mis toetavad tervislikku eluviisi ning parandavad igapäevast elukvaliteeti.

Toimus üks õppereis, kus osales 23 sihtrühma 55+ kuuluvat inimest ning üks saatja.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Piirkonna Külaseltside ja PHKK liikmete listi kaudu selgitati välja huvilised projektiga liitumiseks. 5.juunil 2025 toimus osalejatele õppereis "Kogukonna Hing ja Tervis" Raplamaale, mis oli ülesehitatud selliselt, et külastuskohtades toimusid töötod, arutelud, mõttetalgud ja kogemusvahetus, mille fookus oli suunatud vanemaealistele mõeldud huvitegevuste mitmekesistamiseks külades, sh liikumis- ja sportimisvõimaluste mitmekesistamiseks. Projekt viidi ellu vastavalt taotlusele ning püstitatud eesmärkidele.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 31. juulil 2025 toimunud koosolekul nr 205 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

2. Miniprojekt „55+ keelekohvikud: inglise keel ja digiteadmised“. Ellu viidud perioodil 01.04. – 25.07.2025.a.

Taotleja: MTÜ Viimsi Alevikuselts

Miniprojekti eesmärk: Pakkuda Viimsi elanikele vanuses 55+ võimalust praktiseerida inglise keelt keelekohvikus kombineerituna digipädevuste arendamisega.

Kokku toimus 10 kohtumist, 4 akad/h kord. Kokku osales unikaalseid osalejaid 14 sihtrühma 55+ kuulunud inimest.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekt algas eelteavitamisega sotsiaalmeedias Canvas kujundatud plakatite abil. Facebookis tehti tasustatud postitusi, et jõuda asukoha lähiümbruse kasutajateni. Keelekohvikuid viis läbi kaks moderaatorit, projekti tarvis renditi arvutid ning igal korral oli ka kohvipaus suupistetega. 30. aprillil 16.45-20.00 toimus I keelekohvik aadressil Viimsis Astri põik 13, ülejäänud keelekohviku tunnid toimusid samuti seal. Keelekohvik viidi läbi kombineeritult, vestledi inglise keeles ja digipädevuste alased teemad ning tegevused põimiti vestlusesse. Kolme-nelja keelekohviku kohtumise järgselt oli tugevalt tuntav sõpruskonna tekkimine. Osalejad olid rõõmsad, et on leidnud uusi sõpru ja kontakte. Koos räägiti inglise keeles täiesti vabalt. Mitu osalejat tunnistas, et nad tunnevad end aegajalt üksi, vanad sõbrad on lahkunud ja uusi selles vanuses nii lihtsalt ei leia. Palusid väga, et projekt jätkuks ka sügisel ning osalejad löid omavahel ka ühise messengeri grupi, et sealtkaudu sidet hoida, ühiseid teatri- ja kontsertikülastusi planeerida ja muidugi inglise keelt praktiseerida või lihtsalt üksteisele helistada.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 31. juulil 2025 toimunud koosolekul nr 205 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

3. Miniprojekt "Põlvkondade vaheline motiveerimine ja sidusus" Ellu viidud perioodil 01.04. – 01.09.2025.a.

Taotleja: MTÜ Rebala Kultuuriruum

Miniprojekti eesmärk: PHKK tegevuspiirkonna 55+ vanemaealiste elanike ja 16+ erivajadusega noorte aktiivne kaasamine kogukonnaellu füüsilise liikumise ja ühiste loodusmatkade kaudu, et suurendada põlvkondade vahelist sidusust, sotsiaalset aktiivsust ja loodusteadlikkust.

Kokku toimus projekti raames 3 loodusteemalist väljasõitu, igal väljasõidul osales 26 inimest. Projektis osales 37 unikaalset sihtrühma kuuluvat osalejat.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Toimus kolm väljasõitu, mille raames külastati Matsalu rahvusparki, Tori ja Soomaa maastikukaitsealasid ning Hüpassaare ja Mukri rabasid. Programmid hõlmasid paadisõitu ja linnuvaatlusi, raba- ja matkaradadel liikumist, loodusvaatluste tegemist ning kohalike vaatamisväärsustega tutvumist. Kõikidel retkedel toimusid ka ühised lõunasöögid kohalikes söögikohtades. Osalejad said uusi teadmisi Eesti looduse, rabade ja linnustiku kohta, õppisid tundma erinevaid maastikke ja said praktilisi

kogemusi looduses liikumisel. Matkade käigus kujunes ühteheidev ja sõbralik seltskond, kes tundis rõõmu ühisest tegutsemisest ja jagatud elamustest. Paljud osalejad tõid välja, et selline kogemus aitas neil aktiivselt puhata, parandada enesetunnet ja tugevdada sidet loodusega. Projekti lõppedes tekkis osalejate seas uus matkahuvi ja soov jätkata sarnaste üritustega ka tulevikus.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 05. novembril 2025 toimunud koosolekul nr 207 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

4. Miniprojekt „Rae valla vanemaealiste aktiivne ja tervislik september“ Ellu viidud perioodil 01.-30.09.2025.a.

Taotleja: Rae Vallavalitsus

Miniprojekti eesmärk: Rae valla 55+ vanemaealiste elanike sotsiaalse kaasatuse, vaimse ja füüsilise heaolu, sh sotsiaalse võrgustiku kasvatamine läbi konkreetset sellele sihtrühmale kavandatud sündmuste.

Kokku toimus projekti raames üks tantsuõhtu akordionimuusikaga, kaks ühiskõnniringi koos külalisesinejatega (kummalgi osales ca 35 inimest), töötoad ja tegevused heaolu- ja liikumisfestivalil 20.09.2025 (osales hinnanguliselt 30 vanemaealist). Kokku oli projektitegevustes kaasatud ca 50 unikaalset sihtrühma kuuluvat osalejat.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames viidi läbi mitmekülgne tegevuste programm, mille eesmärk oli pakkuda vanemaealistele liikumis-, sotsialiseerumis- ja enesetäiendamisevõimalusi. Toimus tantsuõhtu akordionimuusika ja linetantsuõpetusega, kus osalejad said nautida muusikat, õppida uusi tantsusamme ning veeta meeleolukas õhtu koos eakaaslastega. Tantsuõhtule eelnes ka terviseteemaline loeng, mis pakkus praktilisi teadmisi ja tuge tervise hoidmiseks. Toimus kaks inspiratsioonikõndi, kus osalesid tuntud külalised, kes jagasid nõuandeid ja inspiratsiooni, kuidas hoida positiivset ellusuhtumist ning aktiivset eluviisi. Lisaks toimus heaolu- ja liikuvusfestival, mis tõi kokku erinevaid tegevusi alates loov- ja terviseteemalistest töötubadest kuni kultuuri- ja spordiprogrammideni. Festivalil sai osaleda praktilistes tegevustes, nautida muusikat ja etendusi, osaleda aruteludes ning läbida kuulmis- ja nägemiskontrolli. Ürituste tulemusel suurenes vanemaealiste teadlikkus tervislikust eluviisist, aktiivsest liikumisest ja vaimsest heaolust ning tugevnes kogukondlik sidusus.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 05. novembril 2025 toimunud koosolekul nr 207 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

5. Miniprojekt „Kogukonnapõhise abistamise väärtustamine ja õppimine Rootsi eeskujul“ Ellu viidud perioodil 01.-30.09.2025.a.

Taotleja: Rae Vallavalitsus

Miniprojekti eesmärk: Projekti eesmärk oli tutvuda kuidas on Rootsis korraldatud sotsiaalteenuste ja erivajadustega noorte haridussüsteem, et saada inspiratsiooni ennetava ja inimesekeskse teenuste korralduse, paindliku teenusepakkumise ning rahastamise mudelitest.

Toimus üks kolmepäevane õppereis Rootsi, kus osales 15 inimest, kellest 10 kuulusid sihtrühma 55+.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Õppereisi käigus külastati Eckerö ja Haninge omavalitsusi, külastati hooldekodusid ja erivajadustega noorte gümnaasiumi ning võrreldi Eesti ja Rootsi süsteeme. Saadi väärtuslikke teadmisi koduhoolduse paindlikust ja ennetavast korraldusest, tehnoloogiliste lahenduste kasutamisest, individuaalsest ja praktilisest õppekorraldusest noortele.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 05. novembril 2025 toimunud koosolekul nr 207 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

6. Miniprojekt „Pildid korda, mälestused elama“ Ellu viidud perioodil mai-november 2025

Taotleja: MTÜ Põhja-Harju Koostöökogu

Miniprojekti eesmärk: anda Jõelähtme, Rae ja Viimsi omavalitsuste 55+ vanemaealistele praktilisi digifotode haldamise ja telefoniga pildistamise oskusi ning suurendada enesekindlust digimaailmas.

Kokku osales projektis 13 unikaalset 55+ vanuses osalejat.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames toimus kaks identset koolitusmoodulit kevadel ja sügisel. Üks moodul koosnes kolmest kohtumisest, kokku toimus kuus koolitus-kohtumist. Koolitustel valmistas igaüks endale personaalse fotoraamatu, lisaks toimus ühine lõpukohtumine Ihasalu külamajas koos fotograaf Airi Leonidovi lühikoolitusega.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 19. detsembril 2025 toimunud koosolekul nr 209 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

7. Miniprojekt „Viimsi liikumisprojekt 55+“ Ellu viidud perioodil 01.04.2025 – 01.12.2025

Taotleja: MTÜ Viimsi Pensionäride Ühendus

Miniprojekti eesmärk: Projekt oli suunatud Viimsi valla 55+ elanikele ning selle eesmärk oli suurendada liikumisaktiivsust ja tugevdada kogukondlikke sidemeid.

Kokku osales projektis 70 unikaalset 55+ vanuses osalejat.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Kokku toimus Viimsi erinevatel terviseradadel 24 treeningut (sagedusega 1x nädalas 1 h), mis hõlmasid kepikõndi, võimlemist, väljõusaalide kasutamist ja liikumismänge, arvestades osalejate võimekust ja turvalisust. Keskmiselt osales ühel treeningul 12 inimest. Lisaks toimus kolm väljasõidu-treeningut Lahemaale (Vasaristi, Oandu ja Nõva), kus osales keskmiselt 40 inimest. Projekt parandas osalejate liikumisvõimet, suurendas igapäevast aktiivsust ja vähendas lihaspingeid ning pakkus olulist sotsiaalset tuge.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 19. detsembril 2025 toimunud koosolekul nr 209 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

8. Miniprojekt „Võrgustikutöö parandamine eakate ja erivajadusega noorte toimetuleku hõlbustamiseks PHKK piirkonnas“ Ellu viidud perioodil mai – detsember 2025

Taotleja: Jõelähtme Vallavalitsus

Miniprojekti eesmärk: vahetada otseseid ja vastastikuseid kogemusi 55+ sihtrühma kuuluvate inimestega sotsiaalteenuste piirkondlikul arendamisel ja uuendamisel ning püsiva võrgustiku ülesehitamine Jõelähtme, Rae ja Viimsi piirkonnas.

Koolitustel osalemise ja korraldamisega oli seotud kokku 32 Viimsi ja Rae sotsiaalkeskuste ning Jõelähtme valla päevakeskuse sotsiaalvaldkonnaga seotud inimest.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames toimus kolm seminar-koolitust Kuressaares, Laulasmaal ja Viimsis. Koolitused keskendusid kogemuste vahetamisele, sotsiaaltöötaja rolli selgitamisele, RFK hindamismudelile ning läbipõlemise ennetamisele. Koolitustel osalemisega suurenes osalejate kompetents ja motivatsioon, paranes sotsiaalteenuste kvaliteet, loodi valdadeülene koostöövõrgustik ning koguti parimaid praktikaid, mida oma kogukondadesse suunati.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 19. detsembril 2025 toimunud koosolekul nr 209 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

9. Miniprojekt „Keegli- ja saunarõõm: Kogukonnapäevad väarikas eas“ Ellu viidud perioodil märts – detsember 2025

Taotleja: Osühing Aldamor

Miniprojekti eesmärk: pakkuda piirkonna vanemaealistele (55+) võimalust osaleda regulaarselt tegevustes, mis aitavad neil säilitada heaolu, tervist ja sotsiaalseid kontakte. Eesmärk on tõsta eakate kaasatust ja edendada kogukondlikku sidusust, luues turvalise ja toetava keskkonna aktiivseks osalemiseks.

Kokku osales projektis 50 unikaalset 55+ vanuses osalejat.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projektiga pakuti Rae Keeglisaaalis kord kuus tasuta külastuspäevi, kus eakad said osaleda keeglimängus, nautida sauna ning suhelda teiste omaealiste kogukonnaliikmetega - kokku toimus 8 üritust, kus osales kokku 132 inimest. Vähem kui pooled neist käisid küll ühe korra, kuid paljudele oli see treening pidevaks ürituseks. Sellised üritused aitasid parandada füüsilist ja vaimset tervist, motiveerisid aktiivset osalemisest kodust väljapoole suunatud tegevustele ning andsid võimaluse vahetada teavet ja suhelda. Projekt täitis 100% oma eesmärgi. Tekkinud kogukond ehk keeglihahvas ootab väga jätkuprojekti, mis saabki alguse juba veebruaris 2026.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 21. jaanuaril 2026 toimunud koosolekul nr 210 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

10. Miniprojekt „Kasvuruum“ Ellu viidud perioodil märts 2025 – veebruar 2026

Taotleja: Ajaveski MTÜ

Miniprojekti eesmärk: Eesmärk oli kaasata erinevatesse käelise tegevuse töötubadesse minimaalselt 15 erivajadusega noort inimest Jõelähtme piirkonnast.

Sihtrühma kuuluvate unikaalsete osalejate arv: 34 inimest

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Kasvuruumi projekt on edukalt lõpetatud ning seatud eesmärk on täidetud. Projekti tegevustes osales kokku 58 unikaalset inimest, kellest sihtrühmadesse 16+ ja 55+ kuulus 34 osalejat. Töötubade külastuskordi oli kokku 129, mis näitab suurt huvi ja korduvat osalemist, eriti kujunenud noorte tuumikgrupi seas. Kokku toimus 19 planeeritud ja 1 lisatöötuba kahes etapis – kevadisel ja sügisel perioodil. Toimunud töötubade teemad: savi voolimine ja savitööde glasuurimine; makramee; vaba maalimine; Mina maailm – kihid, tekstuurid; isikupärane ehe; nõelvilimine; telefonifotode haldamine ja fotoraamatu tegemine; taaskasutus on moes. Osalejate tagasiside oli väga positiivne ning väljendati selget ootust uute ja jätkuvate töötubade järele.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 25. veebruaril 2026 toimunud koosolekul nr 211 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

11. Miniprojekt „Motivatsiooniväljasõit erivajadustega inimestele“ Ellu viidud perioodil veebruar 2026

Taotleja: OÜ UHVO

Miniprojekti eesmärk: Pakkuda vaimsete erivajadustega inimestele võimalust osaleda ühisel väljasõidul, mis ühendab ekskursiooni ja spa külastuse. Eesmärk on anda osalejatele võimalus kogeda kaasaegset ja ligipääsetavat keskkonda, toetada nende sotsiaalset aktiivsust ja kuuluvustunnet.

Sihtrühma kuuluvate unikaalsete osalejate arv: 16 inimest

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames toimus ühepäevane väljasõit vaimsete erivajadustega inimestele Taageperasse. Väljasõidu jooksul tutvuti Taagepera lossi ja pargiga, osaleti giidiga ekskursioonil ning külastati Wagenküll Spa heaolukeskust. Projektis osalejad leiti koostöös Jõelähtme Valla Päevakeskusega. Osalejaid toetas kolm kogenud juhendaja/saatjat. Projekti eesmärk oli vähendada sotsiaalset eraldatust, suurendada enesekindlust ning pakkuda uusi kogemusi ja ühistegevusi. Tagasiside oli väga positiivne: osalejad tundsid rõõmu ühisest ajaveetmisest, said uusi tutvusi ning motivatsiooni edaspidiseks osalemiseks.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 25. veebruaril 2026 toimunud koosolekul nr 211 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

12. Miniprojekt „Eakate nõukogu loomise ettevalmistus“ Ellu viidud perioodil veebruar 2025 - detsember 2025

Taotleja: Jõelähtme Vallavalitsus

Miniprojekti eesmärk: Moodustada eakate nõukogu, et selgitada välja nende seisukohad valla elu puudutavates küsimustes (nt transport, heakord ja kultuuritegevused) ning esitada need vallavalitsusele eakatega seotud probleemide tulemuslikumaks lahendamiseks. Samuti on eesmärk aktiveerida ja kaasata Jõelähtme valla 55+ elanikke, tuues nad kodudest välja, soodustades omavahelist suhtlust ning suurendades nende osalust kogukonnaelus ja otsustusprotsessides.

Sihtrühma kuuluvate unikaalsete osalejate arv: 52 inimest

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames viidi läbi 10 erinevat sündmust/väljasõitu, mille eesmärk oli kaardistada Jõelähtme valla aktiivsemad eakad ning tutvustada eakate nõukogu loomise ideed. Kokku osales tegevustes 52 unikaalset 55+ vanuses inimest. Ürituste käigus

toimused kohtumised nii kohalike omavalitsusjuhtide, naabervaldade eakate nõukogude esindajate kui ka üle-eestilise eakate kogu „Kuldne Liiga“ juhiga. Kõikidel väljasõitudel ja kohtumistel tutvustati projekti eesmärki ning arutleti eakate kaasamise võimaluste üle. Projekti tulemusel selgus seitse motiveeritud huvilist, kes on valmis olema eakate nõukogu loomise eestvedajad. Projektijärgselt on eakate aktiivgrupp alustanud eakate nõukogu põhimääruse ning ülevallalise eakate küsimustiku koostamist. Samuti jõuti arusaamisele, et eakate nõukogu tegevuste edasiseks arendamiseks on otstarbekas taotleda jätkuprojekti samast meetmest.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 09. märtsil 2026 toimunud koosolekul nr 212 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

13. Miniprojekt „Looduse kingitused: tervis mesindussaadustest ja ravimtaimedest“ Ellu viidud perioodil veebruar 2025 - veebruar 2026

Taotleja: MTÜ Alustame Algusest

Miniprojekti eesmärk: Tõsta Rae valla 55+ elanike teadlikkust mesindussaaduste ja ravimtaimede tervist toetavatest omadustest ning anda osalejatele praktilisi teadmisi, kuidas neid igapäevaelus tervise ja heaolu parandamiseks kasutada. Selleks korraldati loenguid, õpitubasid ja õppereis, kus osalejad said teadmisi nii mesindussaaduste kasutamisest kui ka looduslikest tervist toetavatest lahendustest.

Sihtrühma kuuluvate unikaalsete osalejate arv: 33 inimest

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames viidi läbi kolm auditoorset loengut ja töötoa formaadis õppepäev ning kahepäevane õppereis, mille käigus tutvuti mesindussaaduste, ravimtaimede kasvatuse ja apiteraapia võimalustega. Osalejad said praktilisi kogemusi erinevate toodete valmistamisel ning teadmisi looduspõhiste terviselahenduste kasutamisest. Projekti tulemusena suurenes osalejate teadlikkus mesindussaaduste ja ravimtaimede tervist toetavatest omadustest ning tekkis huvi jätkutegevuste vastu. Kuigi algselt loodetud mesinike võrgustikku ei kujunenud, täitis projekt oma põhieesmärgi terviseteadlikkuse tõstmisel ja kogukondliku aktiivsuse suurendamisel, luues aluse edasisteks koolitusteks ja õpitegevusteks.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 10. aprillil 2026 toimunud koosolekul nr 214 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

14. Miniprojekt „Rae valla 55+ käsitööhuvilised liiguvad käsitöö radadel: õpitoad ja kogemusreis“ Ellu viidud perioodil veebruar 2025 - veebruar 2026

Taotleja: MTÜ Alustame Algusest

Miniprojekti eesmärk: Pakkuda Rae valla 55+ elanikele käsitöölaseid õpitubasid ja kogemusreisi, et suurendada nende sotsiaalset aktiivsust, vähendada üksildust ning luua käsitööhuviliste kogukond, kus osalejad saavad õppida uusi oskusi, jagada kogemusi ja suhelda teiste sarnaste huvidega inimestega.

Sihtrühma kuuluvate unikaalsete osalejate arv: 26 inimest

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames viidi Rae valla 55+ elanikele läbi kuus eriilmelist käsitööõpituba ning kogemusreis Soome, kus külastati Tampere käsitöömessi, Turu käsitööküla ja apteegimuuseumi. Tegevused pakkusid osalejatele võimalust arendada praktilisi käsitööoskusi, saada uusi ideid ning veeta aega toetavas ja inspireerivas seltskonnas. Projektis osales kokku 26 inimest, mis ületas esialgse eesmärgi. Projekti tulemusena suurenes osalejate käsitööalane enesekindlus, motivatsioon ja sotsiaalne aktiivsus. Kujunes välja väike kogukond, kellel on soov ka edaspidi koos tegutseda, õppida ja omavahel suhelda. Osalejate tagasiside oli väga positiivne, eriti hinnati praktilist tegevust, uusi teadmisi ja võimalust aktiivselt kogukonnaelus osaleda.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 12. mail 2026 toimunud koosolekul nr 214 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

15. Miniprojekt „Loovdisain ühendab: minu stiil, meie kogukond“ Ellu viidud perioodil jaanuar-aprill 2026

Taotleja: OÜ Musterdus

Miniprojekti eesmärk: Suurendada 55+ vanuses osalejate sotsiaalset aktiivsust ja kogukondlikku sidusust, toetades nende eneseteostust, enesekindlust ja vaimset heaolu loovtegevuste kaudu. Selleks pakuti disaini-, stilistika-, õmblus- ja ehtevalmistamise töötubasid ning ühiseid õpikäike, mis aitasid arendada uusi oskusi, soodustada eneseväljendust ja luua uusi sotsiaalseid kontakte.

Sihtrühma kuuluvate unikaalsete osalejate arv: 18 inimest

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames toimus kokku 7 töötuba: 4 õmblemise töötuba, 2 stilistika töötuba ning 1 ehte meisterdamise töötuba, kus osalejad said praktiliselt arendada oma oskusi, luua isikupäraseid esemeid ning õppida tundma materjale ja stiilipõhimõtteid. Lisaks toimus 1 kogemusõppe väljasõit, mille käigus külastati ateljeed ja tutvuti taaskasutuse ning kestliku disaini võimalustega. Tegevused pakkusid osalejatele uusi teadmisi ja praktilisi kogemusi, toetasid enesekindlust ja loovat eneseväljendust ning aitasid tugevdada kogukondlikku sidusust. Projekt tõi esile osalejate suure huvi loovtegevuste vastu ning andis tõuke sarnaste tegevuste jätkumiseks ka edaspidi.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 12. mail 2026 toimunud koosolekul nr 214 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

16. Miniprojekt „Vabaaja sisustamise ja loovtegevuse töötoad Ihasalu Pansionaadis“ Ellu viidud perioodil jaanuar-aprill 2026

Taotleja: OÜ Random Impex

Miniprojekti eesmärk: Pakkuda eakatele mitmekesiseid loov- ja vabaajategevusi, et vähendada üksildust ja stressi, toetada vaimset heaolu ning suurendada sotsiaalset aktiivsust ja omavahelist suhtlust. Loovtegevuste kaudu sooviti arendada osalejate käelist osavust, eneseväljendust ja pakkuda sisukat ühistegevust nii siseruumides kui pansionaadi õuealal.

Sihtrühma kuuluvate unikaalsete osalejate arv: 15 inimest

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames viidi Ihasalu Pansionaadis siseruumides ja õuealal läbi kokku 29 loovtegevuslikku töötuba, sealhulgas savitöö, maalimise, looduslike materjalide kunstis kasutamise ning loodusvaatluse ja ravimtaimede töötoad. Tegevused pakkusid osalejatele võimalust loovaks eneseväljenduseks, uute oskuste omandamiseks ja aktiivseks ühistegevuseks. Projekti tulemusena suurenes osalejate sotsiaalne aktiivsus ja omavaheline suhtlus, vähenes stress ning kasvas rahulolu- ja saavutustunne. Loovtegevused toetasid eakate vaimset heaolu, pakkusid sisukat ajaveetmist ning aitasid tugevdada kogukonnatunnet ja aktiivset osalust igapäevaelus.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 12. mail 2026 toimunud koosolekul nr 214 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

17. Miniprojekt „Padel liidab ja liigutab“ Ellu viidud perioodil aprill-juuni 2026

Taotleja: MTÜ Põhja-Harju Koostöökogu

Miniprojekti eesmärk: pakkuda Jõelähtme, Rae ja Viimsi valla 55+ vanuses elanikele võimalust liikuda, õppida ja koos aega veeta läbi järjest enam populaarsust koguva spordiala – padeli ning ühtlasi õpetada neile mängu põhitõdesid.

Kokku osales projektis 19 unikaalset 55+ vanuses osalejat.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projekti raames toimus avakohtumine koos füsioterapeut Katre Lust-Margna loenguga ning Padel+ Akadeemias kokku 19 juhendatud treeningut, mille käigus tutvuti padeli põhitõdede, mängureeglite ja tehnikatega. Treeningutel osales kokku 24 inimest, kellest 19 kuulusid sihtrühma. Osalejad said võimaluse proovida uut spordiala, suurendada oma liikumisaktiivsust ning leida uusi

trennikaaslas. Projekti tulemusena kujunes välja ka uus padelihuviliste grupp, kes soovib ühiseid treeninguid jätkata pärast projekti lõppu. Osalejate tagasiside oli väga positiivne ning projekti eesmärgid täideti täielikult.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 17. juunil 2026 toimunud koosolekul nr 218 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

18. Miniprojekt „Vaim virge! Kogukonna eestvedajate avastusreis Lõuna-Virumaale“ Ellu viidud perioodil juuni 2026

Taotleja: MTÜ Põhja-Harju Koostöökogu

Miniprojekti eesmärk: toetada Põhja-Harju piirkonna 55+ kogukondade eestvedajate vaimset heaolu ja motivatsiooni läbi hariva ja inspireeriva päevareisi Lõuna-Virumale.

Kokku osales projektis 25 unikaalset 55+ vanuses osalejat.

Kokkuvõtte tegevustest ja tulemustest: Projektiga toetati Põhja-Harju piirkonna 55+ kogukondade eestvedajate vaimset heaolu ja motivatsiooni, reisiga pakuti neile võimalust osaleda inspireerival ja harival päevareisil Lõuna-Virumaale 4.juunil 2026.a.- külastati väikeettevõtjaid, kohtuti inspireerivate inimestega ja kogukonna eestvedajatega, hooldekodu tööga. Reis andis osalejatele võimaluse avastada uusi ja üllatavaid paiku, saada ideid kogukondlikuks tegevuseks ning jagada saadud kogemusi edasi oma ühendustes – külaseltsides, eakate ühingutes ja muudes kogukondlikes algatustes. Oluline oli omavaheline suhtlemine.

Põhja-Harju Koostöökogu juhatus kinnitas 17. juunil 2026 toimunud koosolekul nr 218 ESF+ toetusmeetme „Sotsiaalne sidusus“ ellu viidud ja eesmärgi saavutanud miniprojekti aruande.

