

MAJANDUSAASTA ARUANNE

aruandeaasta algus: 01.01.2019

aruandeaasta lõpp: 31.12.2019

nimi: MTÜ Vaikuseminutid

registrikood: 80379284

tänavatalu nimi, maja number: Neitsikooa tee 6

küla: Taevaskoja küla

vald: Põlva vald

maakond: Põlva maakond

postisihthumber: 63229

telefon: +372 5541310

e-posti aadress: info@vaikuseminutid.ee

veebilehe aadress: www.vaikuseminutid.ee

Sisukord

Tegevusaruanne	3
Raamatupidamise aastaaruanne	5
Bilanss	5
Tulemiaruanne	6
Rahavoogude aruanne	7
Netovara muutuste aruanne	8
Raamatupidamise aastaaruande lisad	9
Lisa 1 Arvestuspõhimõtted	9
Lisa 2 Nõuded ja ettemaksed	11
Lisa 3 Maksude ettemaksed ja maksuvõlad	11
Lisa 4 Võlad ja ettemaksed	12
Lisa 5 Sihtotstarbelised tasud, annetused ja toetused	12
Lisa 6 Annetused ja toetused	13
Lisa 7 Tulu ettevõtlusest	13
Lisa 8 Tööjõukulud	13
Lisa 9 Seotud osapooled	13
Aruande allkirjad	15

Tegevusaruanne 2019

2019. aasta lõpuks on MTÜ Vaikuseminutid saavutanud oma pikaajalise eesmärgi ja tõendanud enda pakutavate õppekursuste positiivset mõju psühholoogilisele heaolule. Tartu Ülikooli uuringus ilmnenu tõendus põhisis on oluliseks uueks tugevuseks nii Eesti haridusmaastikul kui täiskasvanu-koolituse valdkonnas kursuste pakkumisel.

2019. aastal jätkus Vaikuseminutite programmi sõltumatu mõju-uuring, kus Tartu Ülikooli uuringugrupp mõõtis ja analüüsis MTÜ Vaikuseminutid poolt 12 Eesti koolis läbiviidud tervikliku programmi mõju. 2018. aastal toimus programmi mõju 3. mõõtmise (selgitamaks välja tulemuste püsivust) ja mitmed järelprotsessid, mis kaasnesid nii mastaapse (esinduslik valim) ja range disainiga (juhuvalikuline, kontrollgrupiga) uuringu läbiviimisega.

Aasta lõpuks saime Tartu Ülikooli uurijate esmase raporti läbi kindla teadmise, et Vaikuseminutite õppekursuste kaudu omandatud teadveloleku-põhised oskused toovad kaasa selge positiivse tulemuse noorte stressi ja kurnatuse vähenemises. Arvestades stressi ja üldväsimuse aktuaalsust väga paljude inimeste eludes, on raske ülehinnata selle tulemuse tähtsust psühholoogilise heaolu ja vaimse tervise valdkonnas.

Objektiivse mõõtevahendina oli uuringus kasutusel keemiliselt analüüsitud vereproovidest stressihormoonide (sh kortisool) taseme määramine. Ilmnes, et Vaikuseminutite programmi läbimise tulemusel esines positiivne muutus füsioloogilises stressitasemes, millel on omakorda mõju nii vaimsele kui ka füüsilisele tervisele (sh kõrge kortisooli tase surub alla immuunsust). Ka kurnatuse/üldväsimuse (asteenia) vähenemine on vaimse heaolu vallas oluline tulemus, sest asteenia on põhjustajaks ja/või algseisundiks paljudele vaimse tervise häiretele.

2019. a toimus ka Vaikuseminutite noortekursus OMA kohandamine õpiraskustega lastele ning sellel suunal viidi läbi üks väiksem spetsiifiline uuring. Tartu Ülikoolis kaitstud eripedagoogika magistr töö J. Peebalt näitas statistiliselt märkimisväärset positiivset mõju õpiraskustega laste keskendumisvõimele. Oluline on märgata, et keskendumisvõime paranemine toimus vaid 1-2 korda nädalas harjutusi tehes (oluliselt väiksem “doos” kui mastaapses põhiuuringus, kus harjutusi tehti igapäevaselt). Arvestades õpiraskuste ja keskendumishäirete kasvu, on see paljude õpetajate ja lapsevanemate jaoks tähenduslik tulemus.

Hoolimata väga ressursimahukast tõendus põhisisuse tegevustikust, oli võimalik 2019. a laiendada ka oma koolitusvõimekust, nii noortekursus OMA ulatust suurendades, koolijuhtidele arendusprogrammi pakkudes kui ka oluliselt kasvatades ettevõtetes temaatiliste tutvustuste ja maitseproovide läbiviimist.

3 olulist tegevustikku aastal 2019

- **Vaikuseminutite programmi mõju-uuringu** toestamine, mis viis tõendatult positiivsete tulemusteni psühholoogilise heaolu vallas. Arvestades vaimse tervise kriisi noorte seas, loob see vajaduse leida võimalused sama õppe laialdasemaks läbiviimiseks üle Eesti (noortekursuse juhendajate väljaõpe regionaalselt).
- **Õppeprogrammide ja õppematerjalide tõhustamine** lähtudes 5 aasta vältel ja uuringuprotsessis kogunenud tagasisidest (arenesid nt noortekursus OMA läbiviijate meetoodiline juhend ja Baaskursuse materjal). Lisaks vormistati uuringus tõendatud tulemusi andnud terviklähenedamise elemendid arusaadavaks tõhusaks tervikuks.
- **Noortekursus OMA laienemise sammud:** tõendatult tulemusliku õppeprogrammi edukas piloteerimine uutes sihtgruppides (kutsekoolis, huvihariduses, õpiraskustega laste klassis) ning uute noortekursuse juhendajate väljaõppega alustamine (kaasates ka gümnaasiumi õpetajaid, kutsekoolis töötavaid ning huviringidega seonduvaid juhendajaid). Soovime panustada noorte vaimse tervise probleemide leevenemisesse laialdasemalt, toetades ka õppeasutuste sisest võimekust ise õpetada tulemuslikke teadveloleku põhiseid harjutusi ja oskusi.

Kokkuvõttes oli 2019. aasta tõhus arendustöö ning mõju laiendamise periood, mille tulemuslikkuse eest oleme väga tänulikud oma koolitajatele ning paljudele partneritele: Haridus ja Teadusministeerium, Tartu Ülikool, Kodanikuühiskonna Sihtkapital, koalitsioon "Kiusamisvaba haridustee eest", Swedbank, Telia, Sirel & Partnerid, Tartu Hariduse Tugiteenuste Keskus jpt

VAIKUSEMINUTID NUMBRITES (2019. LÕPU SEISUGA)

JUHTIMINE	
Haldusteenused	Samaväärne 1.25 kohaga
Juhatuse liikmed	3
Tegevad koolitajad	14
Töötajate keskmine arv taandatuna täistööajale	2
Vabatahtlikud	19
KOGUKOND	
Baaskoolituse lõpetanud õpetajad ja haridustöötajad (2015-2019)	3 700
Infolisti liikmed	2 000
Haridusasutused, kust on osaletud Vaikuseminutite koolitustel	650+
Facebooki kogukond	12 143
Lapsed, kes teevad harjutusi	40 000+
FINANTSID	
Tulud kokku 2019	188 717
Tulu ettevõtlusest 2019	101 754
2019. aastal saadud toetused ja annetused	86 963
Uuringuprojekti kulud	42 958
Akumuleeritud tulem 2019	-4 415

Raamatupidamise aastaaruanne

Bilanss

(eurodes)

	31.12.2019	31.12.2018	Lisa nr
Varad			
Käibevarad			
Raha	11 358	15 280	
Nõuded ja ettemaksed	17 752	31 019	2
Varud	1 570	1 752	
Kokku käibevarad	30 680	48 051	
Põhivarad			
Investeeringud tütar- ja sidusettevõtjatesse	625	625	
Kokku põhivarad	625	625	
Kokku varad	31 305	48 676	
Kohustised ja netovara			
Kohustised			
Lühiajalised kohustised			
Võlad ja ettemaksed	20 960	11 707	4
Sihtotstarbelised tasud, annetused, toetused	14 760	0	
Kokku lühiajalised kohustised	35 720	11 707	
Kokku kohustised	35 720	11 707	
Netovara			
Eelmiste perioodide akumuleeritud tulem	36 969	121 490	
Aruandeaasta tulem	-41 384	-84 521	
Kokku netovara	-4 415	36 969	
Kokku kohustised ja netovara	31 305	48 676	

Tulemiaruanne

(eurodes)

	2019	2018	Lisa nr
Tulud			
Liikmetelt saadud tasud	0	12	
Annetused ja toetused	86 963	59 253	6
Tulu ettevõtlusest	101 754	180 963	7
Muud tulud	0	605	
Kokku tulud	188 717	240 833	
Kulud			
Sihtotstarbeliselt finantseeritud projektide otsesed kulud	-52 942	-105 802	
Mitmesugused tegevuskulud	-140 822	-159 053	
Tööjõukulud	-34 776	-56 886	8
Muud kulud	-1 551	-3 617	
Kokku kulud	-230 091	-325 358	
Põhitegevuse tulem	-41 374	-84 525	
Intressitulud	2	6	
Intressikulud	-12	-2	
Aruandeaasta tulem	-41 384	-84 521	

Rahavoogude aruanne

(eurodes)

	2019	2018
Rahavood põhitegevusest		
Põhitegevuse tulem	-41 374	-84 525
Korrigeerimised		
Muud korrigeerimised	-79 964	-24 201
Kokku korrigeerimised	-79 964	-24 201
Põhitegevusega seotud nõuete ja ettemaksete muutus	13 267	-6 233
Varude muutus	182	437
Põhitegevusega seotud kohustiste ja ettemaksete muutus	9 253	4 518
Makstud intressid	-12	0
Laekumised sihtotstarbelistest tasudest, annetustest, toetustest	94 724	2 757
Kokku rahavood põhitegevusest	-3 924	-107 247
Rahavood investeerimistegevusest		
Laekunud intressid	2	0
Kokku rahavood investeerimistegevusest	2	0
Kokku rahavood	-3 922	-107 247
Raha ja raha ekvivalendid perioodi alguses	15 280	122 527
Raha ja raha ekvivalentide muutus	-3 922	-107 247
Raha ja raha ekvivalendid perioodi lõpus	11 358	15 280

Netovara muutuste aruanne

(eurodes)

		Kokku netovara
	Akumuleeritud tulem	
31.12.2017	121 490	121 490
Aruandeaasta tulem	-84 521	-84 521
31.12.2018	36 969	36 969
Aruandeaasta tulem	-41 384	-41 384
31.12.2019	-4 415	-4 415

Raamatupidamise aastaaruande lisad

Lisa 1 Arvestuspõhimõtted

Üldine informatsioon

Vaikuseminutid MTÜ 2019. aasta raamatupidamise aastaaruanne on koostatud kooskõlas Eesti hea raamatupidamistavaga, mis tugineb rahvusvaheliselt tunnustatud arvestuse ja aruandluse põhimõtetele. Hea raamatupidamistava põhinõuded on kehtestatud Eesti Raamatupidamise seaduses ning seda täiendavad Raamatupidamise Toimkonna poolt välja antud juhendid. Vaikuseminutid MTÜ on kasutanud tulemiaruaruande koostamisel Eesti Raamatupidamise seaduse lisas 2 toodud kasumiaruandeskeemi 1.

Raamatupidamise aastaaruande koostamisel on lähtutud soetusmaksumusest. Peamised arvestuspõhimõtted, mida kasutati raamatupidamise aastaaruande koostamisel, on toodud allpool.

Raamatupidamise aastaaruanne on koostatud eurodes.

Raha

Raha ja selle ekvivalentidena kajastatakse raha kassas ja pangas.

Rahavoogude aruandes kajastatakse rahavoogusid põhitegevusest kaudsel meetodil. Investeeringutest ja finantseerimisest tulenevaid rahavoogusid kajastatakse otsemeetodil.

Nõuded ja ettemaksed

Kõiki nõudeid kajastatakse korrigeeritud soetusmaksumuses. Lühiajaliste nõuete korrigeeritud soetusmaksumus on üldjuhul võrdne nende nominaalväärtusega, mistõttu lühiajalisi nõudeid kajastatakse bilansis tõenäoliselt laekuvas summas.

Finantskohustised

Kõik finantskohustised võetakse algselt arvele nende soetusmaksumuses, mis sisaldab kõiki soetamisega otseselt kaasnevaid kulutusi. Edasine kajastamine toimub korrigeeritud soetusmaksumuse meetodil.

Lühiajaliste finantskohustiste korrigeeritud soetusmaksumus on üldjuhul võrdne nende nominaalväärtusega, mistõttu lühiajalisi finantskohustisi kajastatakse bilansis maksmisele kuuluvas summas.

Finantskohustis liigitatakse lühiajaliseks, kui selle tasumise tähtaeg on kaheteist kuu jooksul alates bilansikuupäevast; või MTÜ-l pole tingimusteta õigust kohustise tasumist edasi lükata rohkem kui 12 kuud pärast bilansikuupäeva.

Annetused ja toetused

Saadud mittesihtotstarbelised annetused ja toetused kajastatakse tuluna hetkel, mil annetus või toetus muutub sissenõutavaks.

Saadud tegevuse sihtotstarbelised annetused ja toetused kajastatakse lähtuvalt juhendis RTJ 12 kirjeldatud sihtfinantseerimise arvestuse põhimõtetest ehk kajastatakse tuluna siis, kui:

- (a) sihtfinantseerimine muutub sissenõutavaks; ja
- (b) sihtfinantseerimisega seotud võimalikud tingimused on täidetud.

Sihtfinantseerimine, mida saadakse eelmistel perioodidel tekkinud kulude eest või millega ei kaasne täiendavaid tulevikku suunatud tingimusi, kajastatakse tuluna perioodis, millal sihtfinantseerimine aset leidis. Saadud sihtfinantseerimine, mille puhul tuluna kajastamise tingimused ei ole täidetud, kajastatakse bilansis kohustisena.

Juhul kui MTÜ on mingil perioodil sihtfinantseerimise juba tuluna kajastanud, kuid järgnevatel perioodidel ilmneb, et sihtfinantseerimise teel saadud vahendid tuleb siiski tagastada, kajastatakse tagastamise mõju kuluna perioodis, mil tagastamise vajadus ilmnes (st eelmiste perioodide võrdlusandmeid ei korrigeerita).

Annetust või toetust, mis on küll mõeldud kasutamiseks teatud kindlas valdkonnas, kuid ei ole otseselt seotud ühegi konkreetse projekti finantseerimisega (näiteks riigieelarvest saadavad mittesihtotstarbelised vahendid), loetakse mittesihtotstarbeliseks toetuseks. Selliseid annetusi ja toetusi kajastatakse tuluna hetkel, mil annetus/toetus muutub sissenõutavaks.

Jagatavad toetused ja annetused (sh jagatavad stipendiumid) kajastatakse tekkepõhiselt kohustise ja kuluna hetkel, kui on tehtud otsus nende väljamaksmise kohta. Väljamaksmisel vastav kohustis kustutatakse.

Tulud

Tulud on kirjendatud tekkepõhiselt, lähtudes tulude ja kulude vastavuse printsiibist.

Tulu teenuse müügist kajastatakse teenuse osutamise järel, või juhul kui teenus osutatakse pikema ajaperioodi jooksul, siis lähtudes valmidusastme meetodist.

Tulu kauba müügist kajastatakse siis, kui kõik olulised omandiga seotud riskid on läinud üle müüjalt ostjale ning müügitulu ja tehinguga seotud kulu on usaldusväärselt määratav ning tehingust saadava tasu laekumine on tõenäoline.

MTÜ liikmelt saadud liikmemaksud kajastatakse tuluna perioodis, mille eest need on tasutud. Juhul kui tasu laekumine on ebakindel kuni laekumise hetkeni, kajastatakse tasu tuluna laekumise hetkel või hiljem (kui on tegemist ettemaksega järgmiste perioodide eest).

Kulud

Kulud on kirjendatud tekkepõhiselt, lähtudes tulude ja kulude vastavuse printsiibist.

Sihtotstarbeliselt finantseeritud projektide otseste kulude hulka kuuluvad sihtfinantseeritud tegevuste otsesed kulud.

Mitmesuguste tegevuskulude hulka kuuluvad MTÜ sihtotstarbeliselt mittefinantseeritud tegevuste korraldamisega seotud kulud.

Seotud osapooled

Osapooled on seotud juhul, kui üks osapool omab kas kontrolli teise osapoole üle või olulist mõju teise osapoole äriliste otsustele.

MTÜ käsitleb seotud osapooltena:

- * asutajaid ja liikmeid;

- * tegev- või kõrgemat juhtkonda, välja arvatud juhul, kui antud isikutel puudub võimalus avaldada olulist mõju MTÜ äriliste otsustele;

- * tegev- ja kõrgema juhtkonna lähedasi pereliikmeid ning nende valitseva või olulise mõju all olevaid ettevõtjaid.

Lisa 2 Nõuded ja ettemaksed

(eurodes)

	31.12.2019	12 kuu jooksul	Lisa nr
Nõuded ostjate vastu	16 457	16 457	
Ostjatelt laekumata arved	16 457	16 457	
Maksude ettemaksed ja tagasinõuded	82	82	3
Ettemaksed	1 213	1 213	
Tulevaste perioodide kulud	0	0	
Muud makstud ettemaksed	1 213	1 213	
Kokku nõuded ja ettemaksed	17 752	17 752	

	31.12.2018	12 kuu jooksul	Lisa nr
Nõuded ostjate vastu	12 464	12 464	
Ostjatelt laekumata arved	12 464	12 464	
Maksude ettemaksed ja tagasinõuded	1 941	1 941	
Ettemaksed	16 614	16 614	
Tulevaste perioodide kulud	14 779	14 779	
Muud makstud ettemaksed	1 835	1 835	
Kokku nõuded ja ettemaksed	31 019	31 019	

Lisa 3 Maksude ettemaksed ja maksuvõlad

(eurodes)

	31.12.2019		31.12.2018	
	Ettemaks	Maksuvõlg	Ettemaks	Maksuvõlg
Ettevõtte tulumaks	0	0	0	135
Käibemaks	0	-4 110	0	-1 292
Üksikisiku tulumaks	0	590	0	1 451
Sotsiaalmaks	0	1 333	0	3 363
Kohustuslik kogumispension	0	7	0	135
Töötuskindlustusmaksed	0	80	0	235
Ettemaksukonto jääk	82		1 941	
Kokku maksude ettemaksed ja maksuvõlad	82	-2 100	1 941	4 027

Lisa 4 Võlad ja ettemaksed

(eurodes)

	31.12.2019	12 kuu jooksul	Lisa nr
Võlad tarnijatele	21 220	21 220	
Võlad töövõtjatele	1 318	1 318	
Maksuvõlad	-2 100	-2 100	3
Saadud ettemaksed	522	522	
Muud saadud ettemaksed	522	522	
Kokku võlad ja ettemaksed	20 960	20 960	

	31.12.2018	12 kuu jooksul	Lisa nr
Võlad tarnijatele	4 400	4 400	
Võlad töövõtjatele	2 967	2 967	
Maksuvõlad	4 027	4 027	3
Saadud ettemaksed	313	313	
Muud saadud ettemaksed	313	313	
Kokku võlad ja ettemaksed	11 707	11 707	

Lisa 5 Sihtotstarbelised tasud, annetused ja toetused

(eurodes)

Varad soetusmaksumuses

	31.12.2018		Laekunud	Tagasi makstud	Kajastatud tulemiaruan-des	31.12.2019	
	Nõuded	Kohustised				Nõuded	Kohustised
Sihtfinantseerimine tegevuskuludeks							
Haridus- ja teadusministeerium tegevustoetus	0	0	75 000	0	-75 000	0	0
Kodanikuühiskonna Sihtkapital SA toetusleping	0	0	12 500	0	0	0	12 500
Haridus- ja teadusministeerium (Innove) toetusleping	0	0	7 234	0	-4 964	0	2 260
Kokku sihtfinantseerimine tegevuskuludeks	0	0	94 734		-79 964	0	14 760
Kokku sihtotstarbelised tasud, annetused ja toetused	0	0	94 734	0	-79 964	0	14 760

Lisa 6 Annetused ja toetused

(eurodes)

	2019	2018
Sihtfinantseerimine tegevuskuludeks	79 964	53 865
Mittesihtotstarbelised annetused ja toetused	6 999	5 388
Kokku annetused ja toetused	86 963	59 253
sh eraldi riigieelarvest	79 964	53 865

Lisa 7 Tulu ettevõtlusest

(eurodes)

	2019	2018
Koolitustulu	90 641	169 852
Käsiraamatute müük	1 127	3 934
Muud tulud	4 824	2 080
Piletitulu	5 162	5 097
Kokku tulu ettevõtlusest	101 754	180 963

Lisa 8 Tööjõukulud

(eurodes)

	2019	2018
Palgakulu	26 843	42 440
Sotsiaalmaksud	7 933	14 446
Kokku tööjõukulud	34 776	56 886
Töötajate keskmine arv taandatuna täistööajale	2	4

Lisa 9 Seotud osapooled

(eurodes)

Liikmete arv majandusaasta lõpu seisuga		
	31.12.2019	31.12.2018
Füüsilisest isikust liikmete arv	21	20

Saldod seotud osapooltega rühmade lõikes

	31.12.2019		31.12.2018	
	Nõuded	Kohustised	Nõuded	Kohustised
Asutajad ja liikmed	0	0	0	2 601
Tegev- ja kõrgem juhtkond ning olulise osalusega eraisikust omanikud ning nende valitseva või olulise mõju all olevad ettevõtjad	0	57	30	360

Tegev- ja kõrgemale juhtkonnale arvestatud tasud ja muud olulised soodustused		
	2019	2018
Arvestatud tasu	18 144	34 700

Aruande digitaalallkirjad

Aruande lõpetamise kuupäev on: 08.06.2020

MTÜ Vaikuseminutid (registrikood: 80379284) 01.01.2019 - 31.12.2019 majandusaasta aruande andmete õigsust on elektrooniliselt kinnitanud:

Allkirjastaja nimi	Allkirjastaja roll	Allkirja andmise aeg
NELLI JUNG	Juhatuse liige	17.06.2020

Tegevusalad

Tegevusala	EMTAK kood	Põhitegevusala
Teadus- ja arendustegevus sotsiaal- ja humanitaarteaduste vallas	72201	Jah

Sidevahendid

Liik	Sisu
Mobiiltelefon	+372 5541310
E-posti aadress	info@vaikuseminutid.ee
Veebilehe aadress	www.vaikuseminutid.ee