

Vaimne tervis on inimese üldise tervises seisundi oluline osa. Vaimset tervist mõjutavad elukvaliteet, toimetulek, kultuurikeskkond, ühiskondlikud protsessid ja hoiakud.

EESTI VAIMSE TERVISE JA HEAOLU KOALITSIOON (VATEK)  
Kutsub teid osalema vaimse tervise teabepäeval:

## KUIDAS ENDA ELU (MITTE) UNTSU KEERATA?!

**Valga Haigla konverentsisaalis (V korrus) aadressil Peetri 2, Valga  
06. novembril 2014.a alates 12.00 kuni 16.30**

**Teabepäeva eesmärk** on ühiselt mõtestada vaimse tervise edendamise, ennetamise, ravi ja rehabilitatsiooni olulisust inimeste positiivse vaimse tervise ja heaoluseisundi hoidmisel. Koos mõtleme ka piirkondlikele tugevustele ja kitsaskohtadele vaimse tervise valdkonnas.

**Teabepäeva sihtrühm:** oma vaimsest tervisest hoolivad inimesed, inimeste vaimse tervise eest hoolt kandvad spetsialistid, vaimse tervise valdkonna erialasid õpetavad ülikoolide ja kõrgkoolide esindajad, VATEK-i liikmed, otsustajad ja poliitikud kohalikul tasandil.

### Teabepäeva ajakava

- ◆ Teabepäeva tervitussõnad Valga linnapea Kalev Härk.
- ◆ Ettekanne "Positiivne vaimne tervis – mis see on?" Airi Mitendorf, Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia Instituut
- ◆ Ettekanne "Positiivne sõber lapsele" Evelin Tamm, Tartu Laste Tugikeskus
- ◆ Ettekanne „Lõuna-Eesti laste ja noorukite vaimse tervise keskuse loomine“ – Aneth Tuurmaa, projektijuht, Tartu Ülikooli Kliinikum
- ◆ Ettekanne "Edasi nii nagu praegu?" - Valga Haigla laste ja noorte vaimse tervise kabineti meeskond

### Kohvipaus

- ◆ Ettekanne "Keha ja vaim on tervik" – Merike Sisask, PhD, Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia Instituut
- ◆ Arutelu töötubades "Valgamaa tugevused ja kitsaskohad vaimse tervise valdkonnas".

### Töötubade teemavaldkonnad:

1. Vaimse tervise teenused lastele ja noortele
2. Vaimse tervise teenused täiskasvanutele
3. Vaimse tervise teenused eakatele

Eelregistreerumine teabepäevale sh töötubadesse

Kodulehel: [www.vatek.ee](http://www.vatek.ee)

e-kiri: [info@valgahaigla.ee](mailto:info@valgahaigla.ee)

telefon: 76 65 200

Projekti rahastab EMP toetusel Vabariigivõla Fond Avatud Eesti Fondi vahendusel ja Sotsiaalministeerium

**ÜRITUS ON OSALEJATELE TASUTA**



SOTSIAALMINISTEERIUM



Avatud Eesti Fond  
Open Estonia Foundation

