

KONVERENTS
„TAASTUMISE TOETAMISE
VÕIMALUSED“
21.-22.09.2021

VAIMSE TERVISE ESMAABI
KOGUKONNA TASANDIL.

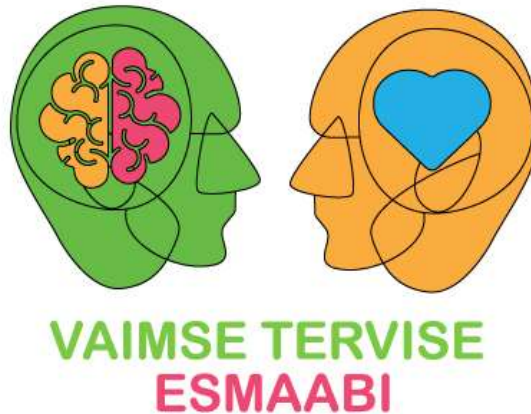


Eesti Töötukassa



Vaimse tervise esmaabi (VTEA) – mis see on?

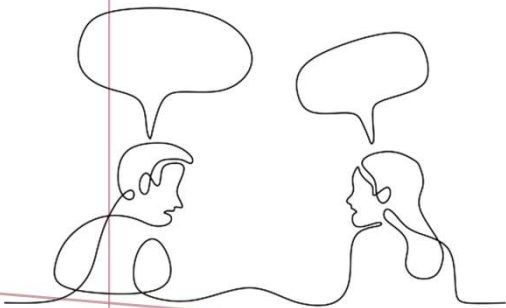
Vaimse tervise esmaabi on lihtne, 5 sammust koosnev tugi.



VTEAst lähemalt.

- Vaimse tervise esmaabi on definitsiooni järgi abi, mida osutatakse inimesele, kellel on tekkimas vaimse tervise probleem, kelle olemasolev vaimse tervise probleem süveneb või kellel on vaimse tervise kriis.
- Vaimse tervise esmaabi antakse kuni asjakohase professionaalse abi saamise või kriisi lahennemiseni.
- Kindlasti ei saa vaimse tervise esmaabi kunagi asendada professionaalset abi, kuid saame oluliselt suurendada inimeste ringi, kes suudavad aidata teha esimesed sammud paranemise teel, toetada taastumisel või kriisiolukorras ja seejuures vahel ka elu päästa.

- Vaimse tervise esmaabi saab pakkuda märgates oma lähikonnas kedagi, kes võib vaimse tervise osas abi vajada (nt muutunud meeleolu, hajevil tähelepanu vms).
- Sarnaselt füüsilise tervise esmaabiga on vaimse tervise esmaabi andmine jõukohane igaühele, kes on end esmaabi põhimõtetega kurssi viinud ja läbinud vaimse tervise esmaabi koolituse.



Vaimse tervise esmaabi EI OLE:

- Diagnoosimine
- Psühhoteraapia



VTEA 5 sammu on:



1. SAMM

Lähene ja hinda olukorda



2. SAMM

Kuula toetavalt ja hinnanguid andmata



3. SAMM

Anna kindlustunnet, paku tuge ja teavet



4. SAMM

Julgusta asjakohase professionaalse abi kasutamist



5. SAMM

Julgusta eneseabi ja muude toetusstrateegiate kasutamist

Lähemalt: <https://esmaabi.peaasi.ee/>

Eestis koolitavad vaimse tervise esmaabi andjaid ja levitavad vaimse tervise esmaabi mõtteviisi **Peaasi.ee meeskond** ja Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni meeskond.



Eesti
Psühhosotsiaalse
Rehabilitatsiooni
Ühing

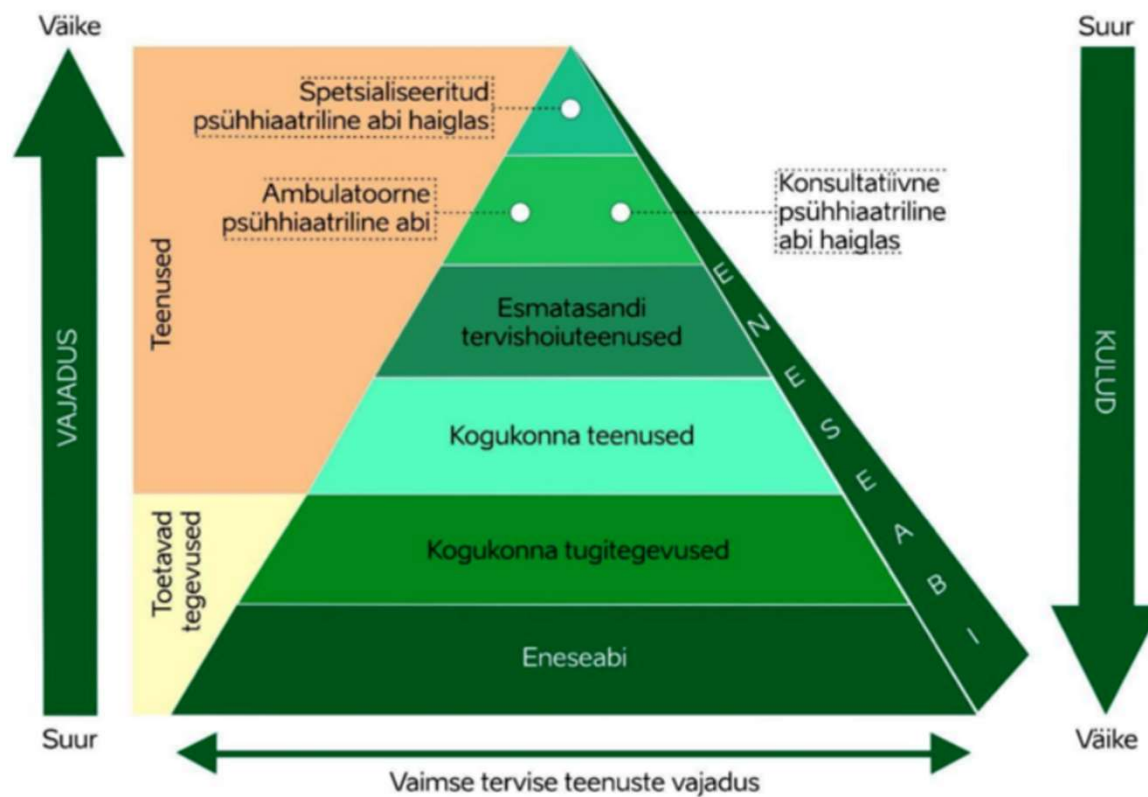


peaasi.ee

Meie eesmärk!

- Meie ühiseks eesmärgiks on koolitada vähemalt 1% Eesti elanikkonnast (ca 13 000 inimest) vaimse tervise esmaabi osutajateks 2022 aasta lõpuks.
- Luua üle-Eestiline vaimse tervise esmaabi andjate võrgustik.

Suurem pilt ja vaimse tervise esmaabi.



Visioon Eesti vaimset tervist toetavate tegevuste ja teenuste korraldustest. Autor/allikas: Maailma Terviseorganisatsioon. Eestile kohandanud sotsiaalministeerium 2019.

Saame seda teha ainult tänu teile!

Projekti toetavad:

Iceland 
Liechtenstein
Norway

**Active
citizens fund**



Avatud Eesti Fond
Open Estonia Foundation



SOTSIAALMINISTEERIUM

Projekti elluvijjad:



peaasi.ee



EESTI NOORTE
VAIMSE TERVISE LIIKUMINE



Eesti
Psühhosotsiaalse
Rehabilitatsiooni
Ühing

AKTIIVSETE KODANIKE FONDI TOETUST VAHENDAB AVATUD EESTI FOND KOOSTÖÖS VABAÜHENDUSTE LIIDUGA

+

Kõik koolituse läbinud vabatahtlikud, keda on tänaseks juba pea 3000.

TAASTUMINE ON VÕIMALIK!

Konverentsi korraldavad: Eesti Psühhosotsiaalse Rehabilitatsiooni Ühing (EPRÜ), CArE Eesti kogukond, Tartu Ülikool, Eesti Töötukassa, Eesti Sotsiaaltöö Assotsiatsioon (ESTA) ja sotsiaalministeerium.

Taastumise konverentsi rahastatakse Euroopa Liidu Sotsiaalfondi meetmest „Tööturul osalemist toetavad hoolekandeteenused“.