

Lahtiste uste päevad Tallinna Vaimse Tervise Keskuses 10.-13. oktoobril

Üritused on tasuta ning avatud kõigile!

Esmaspäev, 10. oktoober

**Rehabilitatsioonimeeskond/
Kogukonnatöö meeskond**
A. Weizenbergi 20b (2. korrus)

12.00-16.00 avatud on teabetuba
14.00-16.00 saab tutvuda rehabilitatsiooniteenustega
18.00-19.30 kogemusnõustaja Madis räägib oma haigestumise ja taastumise loo. Palume eelnevalt registreeruda monika.rand@vaimnetervis.ee või telefonil 5818 9831, samuti palume kohal olla täpselt!

Teisipäev, 11. oktoober

Iru noortemaja
Hooldekodu tee 2

12.00-12.30 noortemaja avab huvilistele ukсед
12.30-13.00 T. Vahtra esimese isikunäituse avamine.
Töodes on kolm läbivat teemat: suhted, võitlus ja tunnete käed.
Pärast näituse avamist saab autoriga vestelda
13.00-15.00 noortemajaga tutvumine ja vestlusring

Pelguranna tugikodu
Pelguranna 31

12.00-15.00 tugikodu ukсед on kõigile avatud
15.00 toimub tugikodu eesti keelt kõnelevate **klientide ja lähedaste ümarlaud** info ja tagasiside andmiseks

Kolmapäev, 12. oktoober

Lasnamäe tegevuskeskus
Pae 19/1

11.30 räägib **kogemusnõustaja Maksim** oma haigestumise ja taastumise loo (vene keeles)
13.00 avame mereteemalise näituse ja autasustame võitjaid
13.30 avame **kohviku**, kus saab maitsta kohapeal valmistatud värskaid pirukaid (palume võtta kaasa sularaha), kuulata muusikat ja tantsida. Kohvik on avatud seni, kuni huvilisi jätkub

Neljapäev, 13. oktoober

Pelguranna teraapiakeskus
Pelguranna 31

10.00-11.30 vestlusring loovusest ja vaimsest tervisest
13.00-15.00 on kõik huvilised oodatud osa võtma kunstigrupist

Haabersti klubimaja
Õismäe tee 105a

16.00-17.00 kohvik elava klaverimuusikaga
16.30-18.00 kunstiteraapia töötuba (vene keeles), juhendavad praktikandid Marju ja Tanja Tallinna ülikoolist
17.00-18.00 loeng "Majandus- ja võlanõustamine", esineb Heete Simm Tallinna Sotsiaaltöö Keskusest
18.15-18.45 taastuslaagri videotutvustuse teeb Marko

Weizenbergi 20b (2. korrus)

18.00-19.30 kogemusnõustaja Lemmi räägib oma loo **Aspergeri sündroomist**. Palume eelnevalt registreeruda monika.rand@vaimnetervis.ee või telefonil 5818 9831, samuti palume kohal olla hiljemalt kell 17.55 (hilinejaid loengule ei lubata)

Laupäev, 8. oktoober

10.00-18.00 Rahvusraamatukogu fuajees vaimse tervise mess
"Mure tuleb, mure läheb"

Messi korraldab **Eesti vaimse tervise ja heaolu koalitsioon (VATEK)** ning sellel osalevad vaimse tervise organisatsioonid üle Eesti. Kuulata saab ettekandeid, osaleda töötubades ning vaadata Foorumteatri etendust.

Mess on kõigile huvilistele tasuta. Vaata lähemalt: www.vatek.ee.

Ootame kõiki vaimse tervise nädalale!

Lisainfo telefonil 5818 9831 ja www.vaimnetervis.ee

