

## Vaimse Tervise Päev

2008

Maaris Kameneva

Tallinna Vaimse Tervise Keskus

6.-10. oktoobrini tähistatakse traditsiooniliselt vaimse tervise nädalat ja 10. oktoobril rahvusvahelist vaimse tervise päeva. Tallinnas toimub sel puhul mitmeid tutvustusüritusi ja avatakse ka Tallinna Vaimse Tervise Keskuse teabetuba Õismäel.

Abilinnapea Merike Martinsoni sõnul on vaimse tervise nädala eesmärk panna inimesi rohkem mõtlema oma vaimsele tervisele, mis on meie üldise heaolu aluseks.

„Vaimse tervise nädala tähistamisega soovime aidata kaasa hea vaimse tervise propageerimisele ja teadlikkuse tõstmisele. Traditsiooniliste sotsiaaltöö meetodite kõrval uusi inimeselt-inimesele teenuseid arendades püüame tulla oma teenuse tarbijatele lähemale," ütles Martinson. „Inimeselt-inimesele teenused peaksid aitama vähendada tõrjutust ja suurendama psüühikahäiretega inimeste kaasamist ühiskonda nii teenuse tarbijatena kui ka ise teenuse pakkujatena."

Homme, 7. oktoobril kell 14 avatakse Tallinna Vaimse Tervise Keskuse teabetuba Haabersti klubimajas Õismäe tee 105a, ka saab homme kell 10.05 kuulata Vikerraadios nõuandesaadet „Huvituja", kus esinevad kogemusnõustaja Triinu ja hingehoidja Heino Nurk.

Neljapäeval, 9. oktoobril kell 14 on Pelguranna tegevus- ja teraapiakeskuses Pelguranna 31 vaimse tervise päeva loomingulise konkursi (luuletus, joonistus, tants, laul jm ) "Minu maailm" tööde esitlus.

Reedel, 10. oktoobril kell 14 on Haabersti klubimajas Õismäe tee 105a avatud uste päev.

Kogemusnõustajad tutvustavad oma teenust ja viivad läbi respektseminari. Loenguga „Ka psüühikahäirega inimese lähedased vajavad toetust" esineb Tallinna Vaimse Tervise keskuse psühholoog Kristel Altmäe.

Laupäeval, 11. oktoobril kell 11 on avatud ukсед Lasnamäe töö ja Tegevuskeskuses Pae tn 19. Koostöös Eesti Psüühikahäiretega Inimeste Toetajate Ühendusega korraldatakse perepäev, kuhu on oodatud kõik praegused ja endised kliendid, pereliikmed ning toetajad. Osalemissoovist ette teatada telefonil 6345600 hiljemalt 7. oktoobril.

Tänaest kuni 10. novembrini on Tallinna Linnavalitsuse infosaali akendel näha tegevusteraapiline kunstiaktsioon „Labürint", mille viisid läbi Tallinna Vaimse Tervise Keskuse Pelguranna tegevus- ja teraapiakeskuse rühma Loominguline Töötuba liikmed ja juhendajad.

Fotonäitus läheb edasi Vaimse Tervise Messile, mis toimub 18.-19. novembril Helsingis.