



Rapla maakonna 25. tervisedenduse konverents
Rapla Kultuurikeskuse kinossaalis
02.11.2022.a.

Vaim, ihu ja hing - tasakaal

- 10.00 Kogunemine, tervituskohv
- 10.30 Sünnipäevatervistused ja väike vaade ajalukku, *Urmas Kristal, Raplamaa Omavalitsuste Liidu juhatuse esimees, Ülle Laasner, Raplamaa tervisedendaja aastast 1999*
- 10.40 Vaimse tervise olukord Eestis, viimaste aastate mõju noorte vaimsele tervisele, *Anna-Kaisa Oidermaa, Peaasjad MTÜ tegevjuht, kliiniline psühholoog*
- 11.10 Mida noored ise saavad teha oma vaimse tervise hoidmiseks ja mida ootavad täiskasvanutelt, *Helen Voogla, Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine*
- 11.40 Vaimse tervise olulised vitamiinid – liikumine ja toitumine, *Monika Tuvi, treener tantsu-ja fitnessklubis „Tantsugeen“*
- 12.10 Lõuna ja sünnipäevatort
- 12.50 Paneeldiskussioon.
Villy Võrk, kristlane, MTÜ Töömaja juht
Piia Kõverik, Rapla Elujõu Keskuse juht
Anna-Kaisa Oidermaa, MTÜ Peaasjad tegevjuht, kliiniline psühholoog
Paneeli juhib Urve Uusberg, kliiniline psühholoog
- 13.50 Laikrete pereansambli kontsert tänuks kõikidele koostööpartneritele ja konverentsil osalejatele
- 14.30 Konverentsi lõpetamine