

## SUVEKOOL „HOOLIN, KAASAN JA MÕISTAN! 2.0“ AJAKAVA

### 04.09.2019, Tallink Spa Hotell (Sadama 11a), konverentsikeskus kell 9.00

09:00 Saabumine ja registreerimine

10:00 Suvekooli reeglid, kava tutvustus ja tervitussõnad (Roger Tibar, suvekooli moderaator)

10:30 EPIKOja tutvustus ja kommunikatsioon kriisiajal (Tauno Asuja, EPIKOja peaspetsialist)

### **11:00 I koolitus - Vaimne tervis: Mis on ohumärgid ja kuidas sõpra aidata?**

**Koolitajaks: Merle Purre ja Hedvig Madisson, MTÜ Eesti Noorte Vaimse Tervise Liikumine**

13.30 - 14.30 LÕUNA

**14:30 II koolitus - Erinevaid meetodeid emotsioonide paberile panemiseks ja erinevad tehnikad rahunemiseks näiteks. Võimalusel mälu nippe ja muud, mis vaimse tervise osas võiks noortele huvi pakkuda.**

**Koolitajaks: Elina Kivinukk, MTÜ Peaasi.ee**

18:00 Õhtusöök

### **19:00 Õhtune programm (Loovtöötuba: „Muusika ja tants ühendavad meid!“)**

*(Töötoa raames osalejad loovad unikaalse etteaste läbi muusika ja tantsu oskuste. Juhendajateks ja inspireerijateks töötoa jooksul on muusika ja tantsu professionaalid (Siim Aimla, Sten Valdmaa ja Natalja Varkki).*

### 05.09.2019, Tallink Spa Hotell, konverentsikeskus kell 10.00

### **10.00 III koolitus Keskkonnahoid - Kuidas saan olla kasulik keskkonnale?**

**Koolitajaks: Kertu Birgit Anton, Fridays For Future**

### **12.00 IV koolitus Jätkusuutlik areng: Säätlikkus kui elustiil**

**Koolitajaks: Eigo Varemäe (Peace Child Eesti) ja Tatjana Raudsepp (SSCW)**

13:00 LÕUNA

### **14:00 PRAKTILINE OSA: Külastame Eesti Puuetega Inimeste Koda**

- Nendele, kellel on keeruline liikuda või ei soovi külastada antud asutust on võimalus ka osaleja **kriisikommunikatsiooni töögruppis** (koolitajad: **Irina Golikova, PPA esindaja**) ja **projektide planeerimise töötoas** (võimalus planeerida oma ühiskondlik projekt) koolitajad: **Julia Stolberova (Eriline Maailm)** ja **Eva Lennuk (ENL)**.

### **16:00 PRAKTILISE OSA TAGASISIDE**

### **17:00 SUVEKOOLI KOKKUVÕTTED JA TUNNUSTAMINE**

*Suvekool “Hoolin, kaasan ja mõistan 2.0” toetab Tallinna Sotsiaal- ja tervishoiuamet, Spordi ja Noorsooamet, ning üritus toimub Euroopa Sotsiaalfondi projekti Eesti ühiskonnas lõimumist toetavad tegevused“ toetatava alategevuse „Lõimumisalased koostöötegevused” raames.*