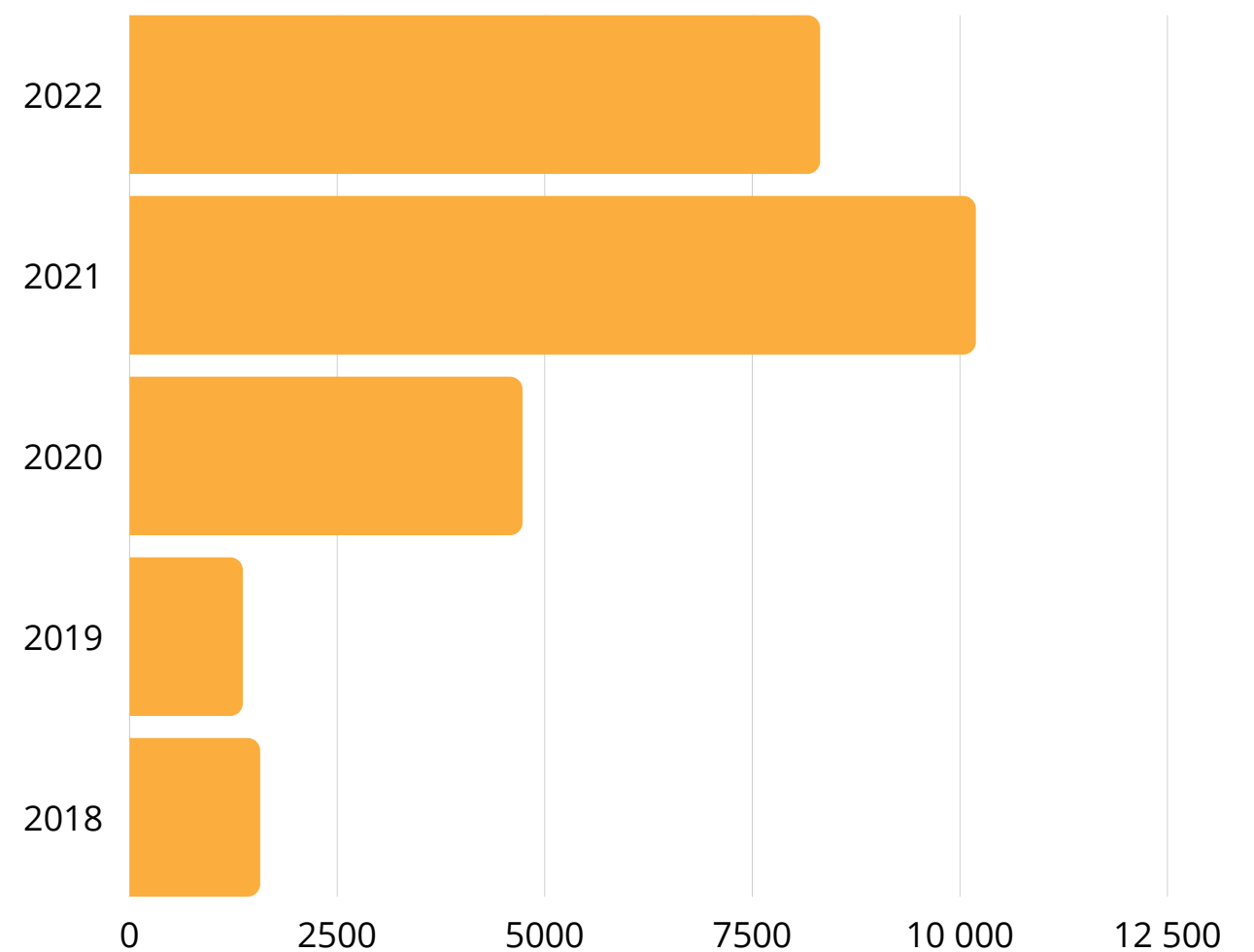


# PEAASI.EE KOOLITUSED

**Peaasi.ee meeskond usub, et igaüks meist saab oma vaimse tervise jaoks palju ära teha.**

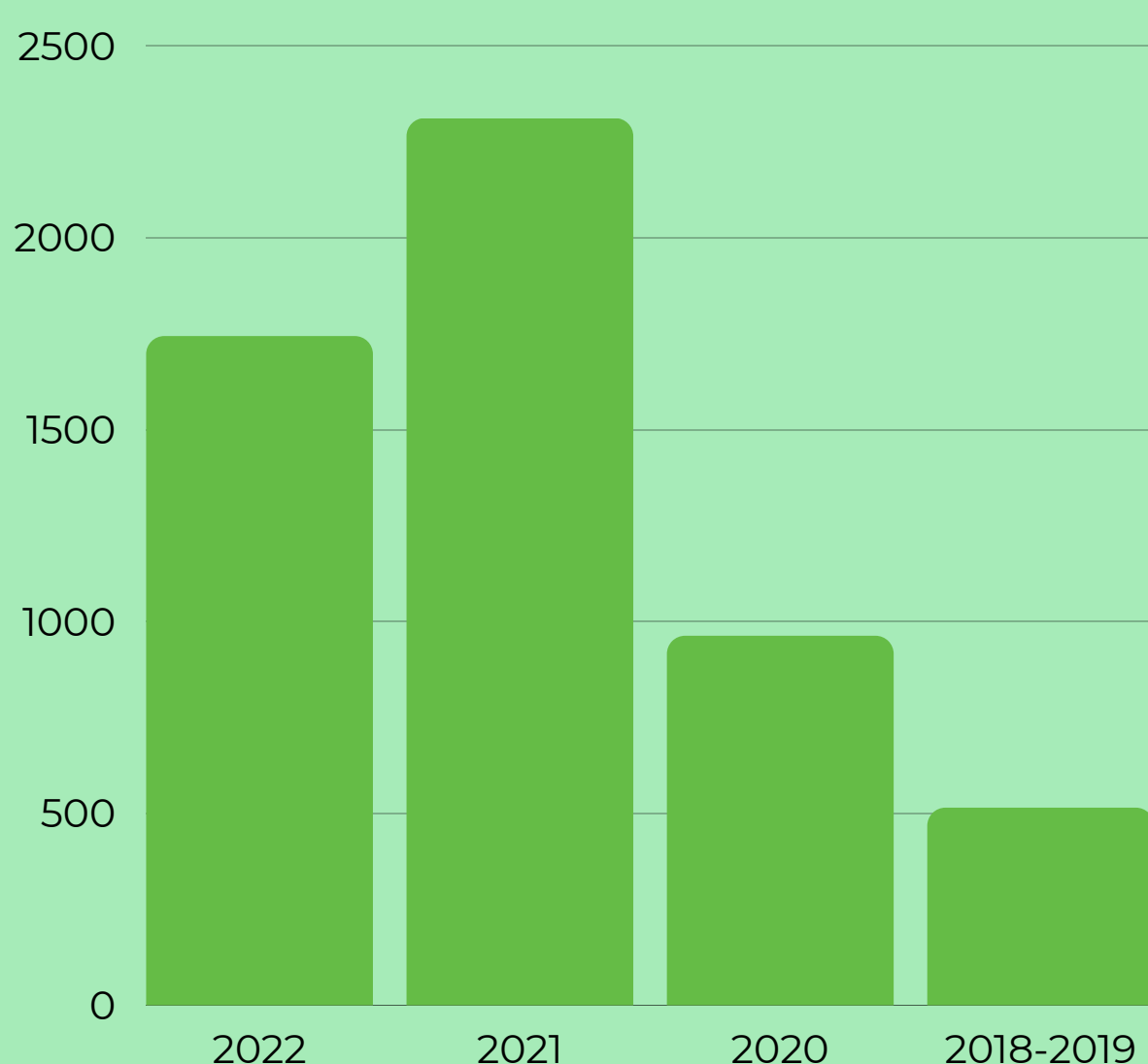
Läbi koolitustegevuste tahame anda võimaluse suurendada teadmisi ja omandada uusi oskusi nii enda kui ka teiste heaolu toetamiseks. Vaimse tervise valdkonnas pädevamad inimesed oskavad paremini märgata, toetada ja hoida nii iseenda kui ka endaga kokkupuutuvate inimeste vaimset tervist. Koolitustegevused panustavad seeläbi vaimse tervise probleemide ennetamisesse, nende süvenemise pidurdamisse ning aitavad vähendada teemaga seotud häbimärgistamist.

PEAASI.EE KOOLITUSEL OSALENUD



*“Pärast koolitust olen hakanud märkama hetki enda ümber, kus mitte kippuda nõu andma, vaid lasta inimestel ise rääkida, pikalt”*

VAIMSE TERVISE ESMAABI KOOLITUSE LÄBINUD



Pakume koolitusi erinevatel vaimse tervise teemadel kõigile huvilistele nii otsekontaktis kui veebi vahendusel. Teemad puudutavad nii vaimse tervise hoidmist ning edendamist kui psüühikahäireid, ennetamist ja varast märkamist.

[Peaasi.ee koolitused](#)

Pakume ka vaimse tervise esmaabi koolitusi, **mille kaudu soovime saavutada, et 1% Eesti elanikkonnast oskab anda vaimse tervise esmaabi** ehk märgata vaimse tervise mure ning pakkuda esmast toetust.

[Vaimse tervise esmaabi](#)