



EESTI PSORIAASILIIIT

kutsub

SÜGISKONVERENTSILE

EPsoL

Eesti Psoriaasiliit ootab psoriaasahaigeid, koostööpartnereid ja kõiki teisi huvilisi sügiskonverentsile “*Psoriaasahaige vaimne tervis*”, mis toimub **24.- 25. novembril 2018 Haapsalus, Fra Mare Thalasso SPA's**, aadressil Ranna tee 2.

PÄEVAKAVA:

24. November

08.00 – Väljasõit Tallinnast Balti Jaama bussiparklast

09.45 – Saabumine Fra Mare Thalasso SPA'sse, registreerimine

10.15 - “Kohaliku omavalitsuse osa töös krooniliste haigete ja puudega inimestega” – *Kaja Rootare, Haapsalu abilinnapea räägib KOV teenustest ja koostööst erinevate organisatsioonidega.*

11.30 – Väljasõit Haapsalu kesklinna, linnaga tutvumine ja lõunasöök oma äranägemise järgi

13.45 – Tagasisõit Fra Mare Thalasso SPA'sse

14.30 – “Stressitaseme vähendamise tehnika” – *psühholoog Monika Loit-Kilgas'e koolitusprogramm Kuidas saada lahti negatiivsetest emotsioonidest ja mõtetest ning luua positiivne keskkond ?*

17.00 – Tervisetoodete individuaalne tutvustus ja müük soodushindadega, osalejate majutamine

18.00 – Öhtusöök ja puhkus

19.00 – 21.30 – Vee- ja Saunakeskuse külastamise võimalus

21.45 – “Mälestusi päikesereisidest” – *räägime ja näitame slide suureisidest*

22.30 – Vaba aeg ja öörahu

25. November

06.00 – 08.30 – Hommikuujumise võimalus mereveebasseinis

08.30 – Hommikusöök

09.15 – Tervisliku liikumise tund värskes õhus

10.30 – Tubade vabastamine

11.00 – “Depressioonist” – *psühhiaater dr. Helena Lass'i koolitusprogramm (vaheajaga)*

13.30 - Arutelu “Eesti Psoriaasiliidu plaanid aastaks 2019”

14.00 – Lõunasöök

15.00 - Kojusõit, orienteeruv saabumine Tallinna kell 17.00.

Osavõtutasu liidu liikmetele on **41 €**, teistele 54 €. (Oma transpordiga tulijatel palume osavõtutasu suhtes leppida täiendavalt kokku). Osavõtutasu tuleb tasuda Eesti Psoriaasiliidu arveldusarvele nr. EE101010052032580002 SEB pangas või sularahas kassasse.

Lisainfo ja registreerimine tel. 5052455 (Georg Jurkanov) või e-mailil: georg.jurkanov@gmail.com

Registreerimise tähtaeg on **17. november 2018**.

*Teie aktiivsele osavõtule lootes,
Eesti Psoriaasiliidu juhatus*

NB! Ürituse korraldajad jätavad endale õiguse teha programmis muudatusi.