



**TALLINNA  
VAIMSE TERVISE  
KESKUS**

---

[www.vaimnetervis.ee](http://www.vaimnetervis.ee)

Tallinna Vaimse Tervise Keskus on 2000. aastal loodud Tallinna linna sotsiaalhoolekandenasutus.

Pakume ja arendame vaimse tervise teenuseid psüühilise erivajadusega täiskasvanud inimestele ja nende peredele.

Aastas pakume teenuseid ligi **800 inimesele**.



Meie teenused on mõeldud **psüühilise haigusega** inimeste toimetuleku parandamiseks.

Peamised diagnoosid on skisofreenia ja teised psühhootilised häired, tõsisemad meeleoluhäired, ärevushäired, isiksusehäired.

Järjest rohkem on Aspergeri sündroomiga kliente.

---

Teenused ei ole mõeldud vaimupuudega, dementsuse ega sõltuvushäire kui juhtiva diagnoosiga inimestele.



## Meie teenused

igapäevaelu toetamise teenus – 346 kohta

töötamise toetamise teenus – 43 kohta

toetatud elamise teenus – 70 kohta

tugiisiku teenus – 24 kohta

sotsiaalne ja tööalane rehabilitatsioon



# Tallinna Vaimse Tervise Keskuse üksused



**TEABETUBA**



**REHABILITATSIOONI-  
MEESKOND**



**PELGURANNA  
TUGIKODU**



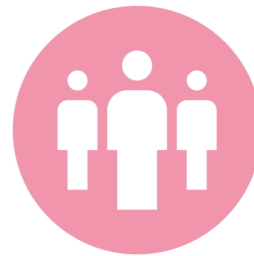
**IRU  
NOORTEMAJA**



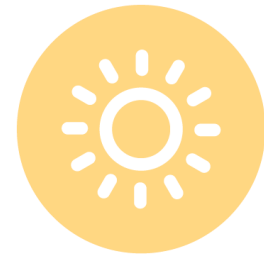
**PELGURANNA  
TERAAPIAKESKUS**



**LASNAMÄE  
TEGEVUSKESKUS**



**HAABERSTI  
KLUBIMAJA**



**KOGUKONNATÖÖ  
MEESKOND**

## Eesmärk - haigusest taastumine

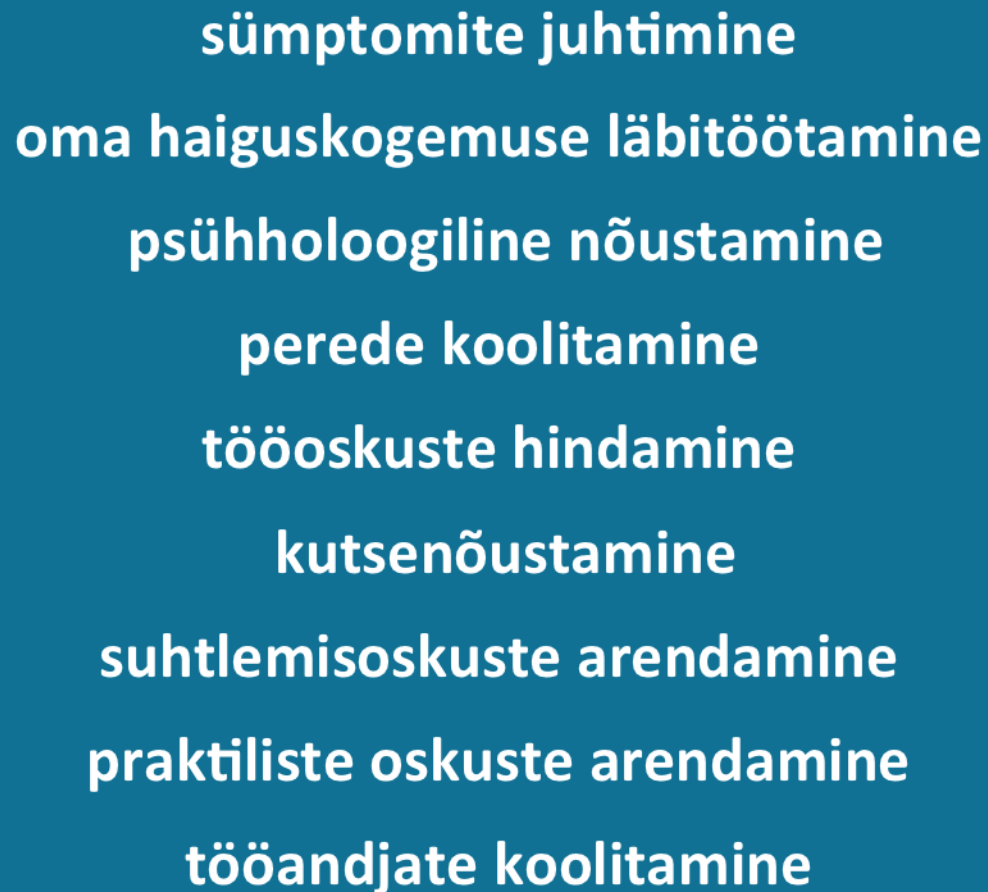
**Taastumine** on seisund, mis sisaldab normaalsel tasemel sotsiaalsel ja tegevuslikku toimetulekut, iseseisvat elamist ja haiguse taandumist või mitte pealetükkival tasemel psühhootilisi sümptomeid (Robert Liberman).



# Oleme haigusest taastumisel toetavaks partneriks

- toetus eri eluvaldkondades, terviklik lähenemine
- individuaalne lähenemine ja paindlikkus
- lai valikuvõimalus erinevate tegevuste vahel
- töö sotsiaalse keskkonnaga, peredega
- pidev teenuste areng vastavalt klientide vajadustele
- mitmekeelsed teenused (eesti, vene, inglise, soome)
- väljaõppinud kogemusnõustajate kaasamine





**sümptomite juhtimine**  
**oma haiguskogemuse läbitöötamine**  
**psühholoogiline nõustamine**  
**perede koolitamine**  
**tööoskuste hindamine**  
**kutsenõustamine**  
**suhtlemisoskuste arendamine**  
**praktiliste oskuste arendamine**  
**tööandjate koolitamine**



**Teabetuba**

**tel 670 0171, 5551 1233**

**Rehabilitatsiooniteenused**

**tel 627 6646**

**Üldtelefon 627 6640**

**[www.vaimnetervis.ee](http://www.vaimnetervis.ee)**

