

**Mis on kogemusnõustamine?** Kogemusnõustamine on nõustamise ja toetamise viis, kus inimesed, kellel on ühine probleem või kogemus, jagavad oma teadmisi ja otsivad lahendusi. Kogemusnõustamise teenuse eesmärgiks on ennetada puuetega laste vanemate sotsiaalsete ja vaimse tervise probleemide teket ning samas aidates seeläbi parandada nende perede toimetulekut ja elukvaliteeti ning soodustada laste kasvuks ja arenguks vajaliku keskkonna kujunemist.

**Kes on kogemusnõustaja?** Kogemusnõustaja on puudega lapse või noore vanem, kes on valmis ära kuulama, vastama küsimustele, olema toeks ja julgustama teist erivajadusega lapse või noore vanemat.

Kogemusnõustajad on läbinud nõustamiskoolituse, töötavad vabatahtlikkuse alusel ja on seotud vaikumiskohustusega.

**Kellele on kogemusnõustamise teenus mõeldud?** Teenust pakume Tallinnas elavatele eesti- ja venekeelsetele puudega laste ja noorte vanematele, kes vajavad nõustamisteenust seoses puudega lapse sünni või muude elukaarest tulenevate muudatustega toimetulekuks.

### **Kuidas kogemusnõustamist saada?**

Tallinnas pakub teenust Tallinna Puuetega Inimeste Koda. Nõustamine võib olla ühekordne, kuid vajadusel võib kohtuda ka mitu korda. Nõustamist on võimalik saada nii eesti kui ka vene keeles. Teenus on puudega lapse või noore vanemale tasuta. Nõustamine võib toimuda personaalse kohtumise teel, telefoni teel või läbi elektrooniliste kanalite (e-post, Skype, Facebook, jne). Teenuse osutamiseks leiab teenuse koordinaator vabatahtliku kogemusnõustaja hulgast isiku, kelle kogemus vastab nõustatava probleemi võimalikult paremaks lahendamiseks. Nõustamine toimub nõustaja ja nõustatava omavahelisel kokkuleppel koha, aja ja nõustamise vormi osas.

### **Soovi korral võta ühendust teenuse koordinaatoriga**

1) e-posti aadressil: [kogemus@tallinnakoda.ee](mailto:kogemus@tallinnakoda.ee)

2) telefonil: 58849965

***Olgu probleem väike või suur, kogemusnõustaja teadmistest ja julgustusest võib olla abi.***

Tallinna Puuetega Inimeste Koda

Endla 59, 10615 Tallinn

Telefon: 656 4048

e-post: [koda@tallinnakoda.ee](mailto:koda@tallinnakoda.ee)

<http://www.tallinnakoda.ee>