

*Meie õnn ja rahulolu on meie endi kätes ja südames,  
meie endi tegudes ja hoiakutes, oluline on vaid endale  
selgeks teha mida me sügaval sisimas väärtustame ja  
kuidas me oma elu õnne möödame.  
Errit Kuldkepp*

Pärnumaa Omavalitsuste Liidu rahvatervise komisjon kuulutab välja tervisedendusliku projektikonkurssi „**Sisemine tasakaal**“ vaimse tervise väärtustamiseks. Eesmärk on teadvustada Pärnumaa elanikele vaimse tervise tähtsust haiguste ennetamisel ja töö- ning õpivõime säilitamisel ning õpetada inimestele, kuidas tunda elust rõõmu ja säilitada hinges rahu.

Konkursil võivad osaleda Pärnumaa kohalikud omavalitsused, kohaliku omavalitsuse hallatavad asutused (koolid, lasteaiad, hoolekandeesutused jne), sihtasutused ja maakonda registreeritud mittetulundusühingud.

#### **Konkursi tingimused:**

- Projektitegevustega antakse sihtrühmale piisavat ja arusaadavat teavet, et elukvaliteedi olulisteks näitajateks on vaimselt ja füüsiliselt terved inimesed.
- Sündmusel või sündmuste sarjadel osalevad erinevad vanusegrupid.
- Sündmus või sari on seotud erinevate tervisedenduslike tegevustega (nt liikumine, loeng, praktika), mis aitavad lahendada kriitilisemaid probleeme.
- Projekti toetuse maksimaalne määr on 1000 eurot.
- Omafinantseeringu minimaalne määr on vähemalt 20% projekti kogumaksumusest.
- Projektitegevused tuleb ellu viia ajavahemikus **01.11.2020 - 31.01.2021**. Aruandluse esitamise tähtaeg on **14.02.2021**.
- Korraldatava sündmuse või sündmuste sarja taustinfo: WHO (Maailma Terviseorganisatsiooni) prognoos näitab, et aastaks 2030 saavad maailma suurimaks töövõimetuse põhjustajaks vaimsed tervise probleemid: stressihäired, läbipõlemine, depressioon, ärevushäired, kohanemishäired, sõltuvusprobleemid. See tähendab, et tervete käte ja jalgadega inimesed muutuvad tööturul kasutuks, sest nad on vaimselt halvatud. Vaimse tervise lisainfo Tervise Arengu Instituudi kodulehel <https://www.terviseinfo.ee/et/valdkonnad/vaimne-tervis>

Taotlus, mis sisaldab sündmuse või sündmuste sarja kirjeldust, eesmärki, sihtgruppi, kogueelarvet ja taotletavat summat, tuleb esitada SA Pärnumaa Arenduskeskuse rahvatervise ja turvalisuse spetsialistile hiljemalt **20.10.2020** digitaalselt allkirjastatuna e-posti [karmen@parnumaa.ee](mailto:karmen@parnumaa.ee)

Hindamiskomisjon vaatab esitatud taotlused läbi kümne päeva jooksul ja koguneb otsuse tegemiseks hiljemalt **25.10.2020**.

Täiendav info:

Karmen Vesselov

SA Pärnumaa Arenduskeskus

rahvatervise ja turvalisuse spetsialist

[karmen@parnumaa.ee](mailto:karmen@parnumaa.ee)

+372 5274097