



Eesti Võõrkeeleõpetajate Liit (EVÕL) kutsub
oma liikmeid ja kõiki keelehuvilisi osalema
EVÕLi koolituspäeval-keelte laadal
„Kõiges hoitud!”

Aeg: **Laupäev, 31. mai 2025**

Koht: **Strand Spa ja Konverentsihotell (A.H. Tammsaare pst 35, 80010 Pärnu), Lahe saal**

Koolituspäeva eesmärk:

- 1) jagada õpetajatele teoreetilist ja praktilist sisendit, kuidas hoida ennast ja hoolitseda oma vaimse jätkusuutlikkuse eest;
- 2) pakkuda õpetajatele võimalust õppida teineteiselt läbi enda proovitu ja praktiseeritu keelte laada meetodil.

AJAKAVA:

9.30 - 10.00 Kogunemine, tervituskohv, raamatumüük

10.00 - 11.30 ETTEKANNE - "Tasakaal on peaasi: pühendunult nii tööl kui puhkusel", **Marit Kannelmäe-Geerts, peaasi.ee koolitaja**

11.30 - 11.45 PAUS

11.45 - 13.15 ETTEKANNE - "Soovitud elu(rütm) läbi teadlike valikute", **Liisi Toom, inspiratsioonikõneleja ja koolitaja**

13.15 -14. 30 Lõuna, raamatumüük

14.30 - 15.15 PANEEL

15.30 - 16.30 KEELTE LAAT (tegutseb 8-9 õpikeskust, vt Lisa: Õpikeskuste tutvustus)

16.30 17.00 Üllatuskülaline

17.00 - 17.30 Lahkumiskohv

OSALEMISTASU:

10 eurot - võõrkeeleõpetaja magistriõppekava üliõpilased;

25 eurot - EVÕLi liikmed;

35 eurot - mitte-liikmed.

Osalemistasu sisaldab koolitust, 2 kohvipausi, lõunat ja osalemistõendit. Pärast registreerimisvormi täitmist saate kinnituse registreerumise kohta hiljemalt 3 päeva jooksul

MAJUTUS

Neil, kes soovivad kohale tulla 30. mail, on võimalus ööbida hotellis ühe- või kahekohalises. Majutuse hinna sisse kuuluvad nii hommikusöök kui ka spaa-ala külastus. Toa eest tasub osaleja.

Koodiga **CAMP-EVOL** (ilma tühikuta), saab hotelli kodulehel hetkel kehtivast hinnast 15% soodustust. Hotelli tubade hinnad on dünaamilised ja muutuvad vastavalt maja täituvusele. Sellepärast ka varasele broneerijale parem hind.

Tuba saab broneerida siit: <https://www.hestiahotels.com/strand/toad/>

Promokood: CAMP-EVOL (ilma tühikuta)

Küsimuste korral võibpöörduda Tiina Eeriku poole:

tiina.eeriku@hestiahotels.com

PARKIMINE

Alates maikuust on hotelli parklas parkimine tasuline:

- Ööbijale 5€/ööpäev
- Konverentsikülalisele 1€/tunnis või 5€/päev.

REGISTREERIMINE kuni **21. maini** 2025

Registreerimisvormi leiate siit: <https://forms.gle/rejxiAv7QoSPJ5hQ8>

LISA:

Õpikeskuste tutvustus

Info ja küsimused:

Kati Bakradze-Pank, kati.bakradze-pank@tyhg.edu.ee (ajakava, koolitus)

Tel: + 372 5172919

Ene Peterson, ene@peterson.ee (osalejate registreerimine, arved)

Tel: +372 53 47 38 36

Koolituspäeva-keelte päeva läbiviimist toetab Haridus-ja Teadusministeerium. EVÕL on Haridus-ja Teadusministeeriumi strateegiline partner 2025 -2027.

TEESID

MARIT KANNELMÄE-GEERTS

Enesehoid ja kogukondade toetus on aina rohkem vaimse tervise ja heaolu vundamendina kanda kinnitamas. Ometi näeme, et sageli on see meil nii indiviidi kui ka organisatsiooni tasandil siiski üsna hapratel kanajalgadel. Miks me enda vajadused nii lihtsalt kõrvale tõstame? Uurime enesehoiu põhitõdesid ja arutame, kuidas neid enda igapäevaellu veelgi teadlikumalt põimida.

Mis on lõksud, mida vältida?

Mis on nipid, mida saame kolleegidega jagada?

Õpetajate enesehoid on kõike muud kui isekas tegu, kuna õpetajad ühest küljest noortele oluliseks eeskujuks ja teisalt ka üsna hävinemisohus maavara, mida peame hoidma ja väärtustama.



BIO: Marit Kannelmäe-Geerts on õppinud sotsiaaltööd ja sotsiaalpoliitikat. Teadusmagistri omandas ta Utrechti Ülikoolis, Hollandis. Ta töötas rahvusvahelise noorsootöö ja noorsootöötajate pädevuse arendamise teemadega ligi 20 aastat, enne kui sammus edasi noorte vaimse tervise valdkonda. Hetkel töötab ta Peaasi.ee kooskonnas haridussuuna juhina. Lisaks on ta oma kogemust ja teadmiseid jaganud nii Tallinna kui Tartu Ülikoolis, tulevastele noorsootöötajatele, andragoogidele kui ka haridusjuhtidele. Viimased aastad on ta süvenenud sotsiaal-emotsionaalse pädevuse teemadesse, mis loovad alustala vaimse tervise hoidmise oskustele, teadmistele ja hoiakutele. Noorte vaimse tervise hoidmise kõrval on Peaasi.ee meeskonna jaoks äärmiselt oluline rääkida ka laste ja noorte ümber olevate täiskasvanute heaolust.

LIISI TOOM

Kontroll oma elurütmi ja tööalaste valikute üle ei ole alati meie käes, kuid siiski saame palju selleks teha. Oma valikute üle otsustamine ning suurem selgus pakub rahulolu, olla vastupidavamad ning aitab teha oma tööd paremini. Selles töötoas saab katsetada oma seniste karjäärivalikute defineerimist. Osalejaid kutsutakse märkama nii enda kui teiste valikuid, strateegiaid ning väljakutseid ning nägema viise, kuidas rakendada enda, oma kogukonna ressursse. Kõik selleks, et (ka määramatus keskkonnas) sujuvalt oma eesmärkide suunas liikuda.

Koolitaja: Liisi Toom, sooritus-coach, psühholoogiliste oskuste koolitaja-konsultant, raamatu "Valikute ristteel" autor. Lisainfo: liisitoom.com, instagram: vaimnetreening

