



**Eesti Vähiliidu 20. üle-eestiline vähipatsientide  
vaimse tervise ja koolituslaager Jänedal  
19.-20. juuli 2025**

**KAVA**

**LAUPÄEVAL 19. JUULI**

11.00 saabumine ja majutus

11.40 **Laagri avamine**, lipu heiskamine, Jänedal Puhkekeskuse platsil

12.00 – 13.00 Lõunasöök – Musta Täku Tallis

13.30 – 13.40 **Juhatuse esimees Maie Egipt** – peamaja suures saalis

13.40 – 14.15 **dr Vahur Valvere** – peamaja suures saalis

14.15 – 14.50 **Patsientide alaorganisatsioonide esindajate üldkoosolek** - peamaja suures saalis

15.00 – 17.00 **“Miks on oluline vähem istuda ja rohkem liikuda?”** koolitaja: **Kristjan Port** – peamaja suures saalis

17.30 – 18.30 Õhtusöök – Musta Täku Tallis

19.00 – 21.30 **Teater: Jules Verne “Draama Liivimaal”** – Pullitalliteatris

**PÜHAPÄEVAL 20. JUULI**

8.30 – 09.30 Hommikusöök – Musta Täku Tallis

10.00 – 12.00 **„Vaimse tervise probleemide ennetamine ja hea vaimne vorm“** koolitaja: **Helena Väljaste** – peamaja suures saalis

12.30 – 13.30 Lõunasöök – Musta Täku Tallis

13.45 – 15.45 **„Mõistatuslik mikrobioom – kõhubakterite mõju meie tervisele“** koolitaja: **Rain Kuldjärv** – peamaja suures saalis

16.00 – 17.00 Kerge õhtusöök – Musta Täku Tallis

17.15 – 17.30 **Laagri lõpetamine**

17.45 Algab kodutee

