

# „Ääre peal. Elu diagnoosiga”

Režissöör Erik Tikan

Levila, 2022

## Küsimused filmi kohta

1. Millised on filmi tegelaste vaimse tervise probleemid või diagnoosid?

Luella

Juhan

Lisett

2. Filmis ütleb Luella, et inimesed ei oska üksteist toetada. Mis teeb inimeste aitamise raskeks?

3. Milliseid toimetulekumehhanisme filmis nägid-kuulsid?

4. Mis on naeratav depressioon? Kuidas Lisett seda kirjeldab?

# Refleksioon ja arutelu

Miks on oluline, kuidas me vaimsest tervisest räägime?

Millised reaktsioonid sinul filmi vaadates tekkisid?

Mõtted

Tunded

Küsimused

## Kuhu vaimse tervise murede korral pöörduda?

- Peaasi.ee e-nõustamine või Peahea noortenõustamine
- Lahendus.net internetinõustamine
- Sotsiaalkindlustusameti vaimse tervise veebinõustamine
- Perearst
- Oma kooli tugispetsialistid

### **Kriisi korral**

- Lasteabi: 116111
- Ohvriabi telefon 116 006
- Eluliin: 6558 088 (eesti keel), 655 5688 (vene keel)
- Kiirabi: 112

Enda või sõbra mure korral on oluline mitte jääda üksinda!