

MIS ON PREDI-NU?

Depressiooni ennetamine ja teadlikkuse tõstmine võrgustikutöö kaudu (PREDI-NU), mille põhimõtteks on vaimse tervise edendamine ja depressiooni ning suitsidaalsuse ennetamine kasutades informatsiooni ja kommunikatsiooni tehnoloogiaid (IKT).

PREDI-NU tugineb kahele Euroopa Liidu poolt finantseeritud ja rahvusvaheliselt tunnustatud depressiooni ja suitsidaalsuse ennetamise projektile:

- Euroopa Allianss Depressiooni vastu (EAAD)
www.eaad.eu
- Optimeeritud suitsiidipreventsiooni programmid ja nende rakendamine Euroopas (OSPI-Europe)
www.ospi-europe.com

Tõenduspõhine ja mitmetasandiline suitsiidi ennetamise kontseptsioon kujunes välja tänu eelnevalt nimetatud projektidele. See andis tugeva aluse, mille abil arendada võimalusi innovatiivseteks IKT sekkumisteks.

RAHASTAMINE

Käesolev infoleht pakub teavet PREDI-NU projekti kohta, mida rahastab Euroopa Komisjon, EL Rahvatervise programm, leping nr 2012 12 14.

PROJEKTI AJALINE KESTUS

3 aastat: September 2011 – August 2014

PREDI-NU TÄHTSAIMAD KONTAKTID

PROJEKTI KOORDINAATORID:

Leipzig Ülikool, Saksamaa
Prof. Dr. Ulrich Hegerl

Riiklik Suitsiidiuuringute Sihtasutus, Iirimaa
Dr. Ella Arensman

PROJEKTI KESKUS JA KONTOR:

GABO:milliarium mbH & Co. KG, Saksamaa
Dr. Sibylle Freitag

✉ info-predinu@eaad.net

🌐 www.eaad.eu

🌐 www.predi-nu.eu



📱 VEEBILEHE KÜLASTAMISEKS
SKANNEERIGE QR KOOD

www.ifight-depression.com

DEPRESSIOONI ENNETAMINE JA TEADLIKKUSE TÕSTMINE VÕRGUSTIKUTÖÖ KAUDU

Internetipõhine juhendatud eneseabi programm kerge ja mõõduka depressiooni jaoks: **Tõenduspõhine lähenemine**



DEPRESS ON AWARENESS
AND SELF-MANAGEMENT
THROUGH THE WEB

PREDI  **NU**

PREDI-NU EESMÄRGID

- Tõenduspõhiste sekkumiste ja parima praktika näidete põhjal arendada välja internetipõhine juhendatud eneseabi programm kerge või mõõduka depressiooniga noortele (15-24) ja täiskasvanutele (25+).
- Depressioonist ja suitsidaalsusest teadlikkust tõstva mitmekülgse veebilehe koostamine üheksas erinevas keeles.
- PREDI-NU kontseptsiooni rakendamine ja hindamine standardiseeritud metoodikast lähtudes kuues Euroopa riigis, sealhulgas internetipõhise juhendatud eneseabi programmi rakendamine ja koolituste läbiviimine depressioonist teadlikkuse tõstmiseks tervise spetsialistide seas.

PREDI-NU projekti käigus arendatakse ja tugevdatakse multidistsiplinaarseid võrgustikke, et tunda varakult ära depressiooni ja pakkuda adekvaatset ravi.



EELDATAVAD TULEMUSED

- Depressiooniga noorte ja täiskasvanute võimalused abi ja toetuse saamiseks suurenevad
- Suurenevad abi ja toetuse võimalused meestele, kellel tavaliselt on raske olnud toetust saada
- Tervisespetsialistide suurenenud teadlikkus depressioonist , mis aitab depressiooni varakult ära tunda ja ennetada suitsidaalset käitumist.
- Tulemuste levitamine üle Euroopa läbi üheksas erinevas keeles oleva veebilehekülje

PARTNERID

PREDI-NU konsortsiumisse kuulub 12 partnerit 11 Euroopa Liidu riigist – kogenud teadlased ja spetsialistid vaimse tervise edendamise ning uurimise valdkonnas.

PREDI-NU PARTNERID

Leipzigi Ülikool – SAKSAMAA

Riiklik Suitsiidiuuringute Sihtasutus – IIRIMAA

GABO:mi Gesellschaft für
Ablauforganisation :milliarium mbh & Co. KG -
SAKSAMAA

Leuveni Katoliiklik Ülikool LUCAS – BELGIA

Vaimse Tervise Ühing - pro mente tirol -
AUSTRIA

Semmelweisi Ülikool, Käitumisteaduste Instituut
Budapest – UNGARI

Tervisepsühholoogia Uurimiskeskus –
BULGAARIA

Eesti-Rootsi Vaimse Tervise ja Suitsidoloogia
Instituut – EESTI

Arstiteaduskond - Lissaboni Ülikool NOVA -
PORTUGAL

Stirlingi Ülikool – INGLISMAA

Fundacio Privada Institut de Recerca de
l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau –
HISPAANIA

Centre de Recherche Public Santé -
LUXEMBOURG