

## Keit Vahtramäe

---

**From:** Keit Vahtramäe  
**Sent:** reede, 4. juuli 2025 12:33  
**To:** 'erik@ruutel.eu'  
**Subject:** Koolituspäring: vaimne vastupidavus kriisides, kriisipsühholoogia

Tere!

Ootame teid esitama omapoolset koolituspakkumust Politsei- ja Piirivalveameti Põhja prefektuuri juhtide arengupäevale, mille peateemaks on kriisideks valmisolek.

**Koolituse sihtrühm:** esma- ja keskastmejuhid

**Osalejate arv:** u 130

**Koolituse toimumise aeg:** 25.08.2025

**Koolituse kestvus:** 55 minutit + 10 minutit küsimusteks-vastusteks

**Koolituse toimumise koht:** Sisekaitseakadeemia, Tallinn

**Koolituse eesmärk:** tõsta juhtide teadlikkust, kuidas mõjub kriis inimese ajule ning pakkuda praktilisi tööriistu ja tehnikaid, kuidas nii iseenda vaimset vastupidavust treenida, kui ka juhina toetada oma meeskonda vaimse vastupidamise treenimisel.

Koolitus peab sisaldama vähemalt ühte grupiarutelu ja/või praktilist ülesannet. Saal on auditooriumi stiilis.

Koolituspakkumuse palume esitada hiljemalt **21.07.2025 kell 10.00** e-posti teel [keit.vahtramae@politsei.ee](mailto:keit.vahtramae@politsei.ee)  
Koolitustellimus tehakse majanduslikult soodsa pakkumuse esitajaga, kui see vastab päringus välja toodud sisulistele ootustele.

Pakkuja kohustub esitama hankijale pärast teenuse osutamist arve läbi e-arvete keskkonna (Politsei- ja Piirivalveamet, Pärnu mnt 139, Tallinn ning kontaktisik Keit Vahtramäe).  
Hankija tasub arve 21 kalendripäeva jooksul arvates nõuetekohase arve kättesaamisest.

Küsimuste tekkimisel olen meeleldi valmis vastama.

Heade soovidega,

Keit Vahtramäe  
personalispetsialist  
Põhja personalitalitus  
Tel: +372 5854 7986

#PPA2030

visioon:  
MAAILMA  
PARIM  
POLITSEI

