

## Hea perearst

Mõistame, et hetkel on kiired ajad, kuid just Teie olete meie jaoks oluline partner perearstisüsteemi arendamisel.

Pöördume Teie poole, sest oleme rakendamas esmatasandil mentorlusprogrammi ning soovime kaasata programmi arendamisse perearste. Loodame koostöös luua parima lahenduse ning aidata sellega kaasa esmatasandi arengule. Üheks mentorlusprogrammi eesmärgiks on toetada osalevaid perearste (teisisõnu menteesid) nende enesearengul ja juhtimisalase kompetentsi tõstmisel.

Kui soovite:

- vältida läbipõlemist;
- tulla kergemini toime perearstikeskuse igapäevase korraldamisega;
- olla hea muutuste juhtija;
- toetada oma perearstikeskuse kolleege igapäevatöös;
- saada toetust enesearengul ja -analüüsil ning tulevikuvisiooni planeerimisel,

siis kutsume Teid osalema mentorlusprogrammis menteena.

Mentorlusprogrammi korraldab Tervisekassa koostöös talentide nõustamisagentuuri Fontes PMP OÜ-ga ja Eesti Perearstide Seltsiga. Mentoriteks on kogenud perearstid ja Tervisekassa töötajad, kellel on pikaajaline juhtimiskogemus. Mentorid läbivad eelnevalt väljaõppeprogrammi ning programm kestab tänava veebruarist juunini. Programmi jooksul toimuvad kohtumised ja töötoad ning inspireerivad loengud, kus astuvad üles ka teiste valdkondade esindajad. Kõigil programmis osalejatel on konfidentsiaalsuskohustus. Programmis moodustatakse mentee-mentor koostööpaarid, mis pannakse kokku tuginedes isiksustestide analüüsile ja vestlusele, mille viivivad läbi Fontese kogenud eksperdid. Kogu programmi vältel on tagatud programmis osalejatele Fontese ekspertide tugi.

Kui tunned, et eelnev Teid kõnetas ja soovite osaleda mentorlusprogrammis menteena ning ehk ka tulevikus olla mentor, siis saatke oma soov osaleda mentorlusprogrammis menteena e-posti aadressile [tiina.unukainen@haigekassa.ee](mailto:tiina.unukainen@haigekassa.ee) hiljemalt 27.01 kell 09:00. Täiendavate küsimuste korral pöörduge palun Tervisekassa peaspetsialisti Tiina Unukaineni poole ([tiina.unukainen@haigekassa.ee](mailto:tiina.unukainen@haigekassa.ee), telefon 5323 7460).

Programmis osalemine on sel aastal tasuta. Kandideerima ootame perearste, kes töötavad väljaspool Tallinna ja Tartut, sest soovime koostööd tugevdada ka väljaspool suuremaid linnu töötavate perearstidega. Valime programmi 15 perearsti ja osalejate valikul lähtume põhimõttest, et esindatud oleks võimalikult erinevad Eesti piirkonnad.

Ühine meie programmi ning loome koostöös parima mentorlussüsteemi esmatasandile.