

Kadri Haljas, PhD

**MÄNGULINE
DIGILAHENDUS
LASTE VAIMISE
TERVISE
TOETAMISEKS**



Triumph Health

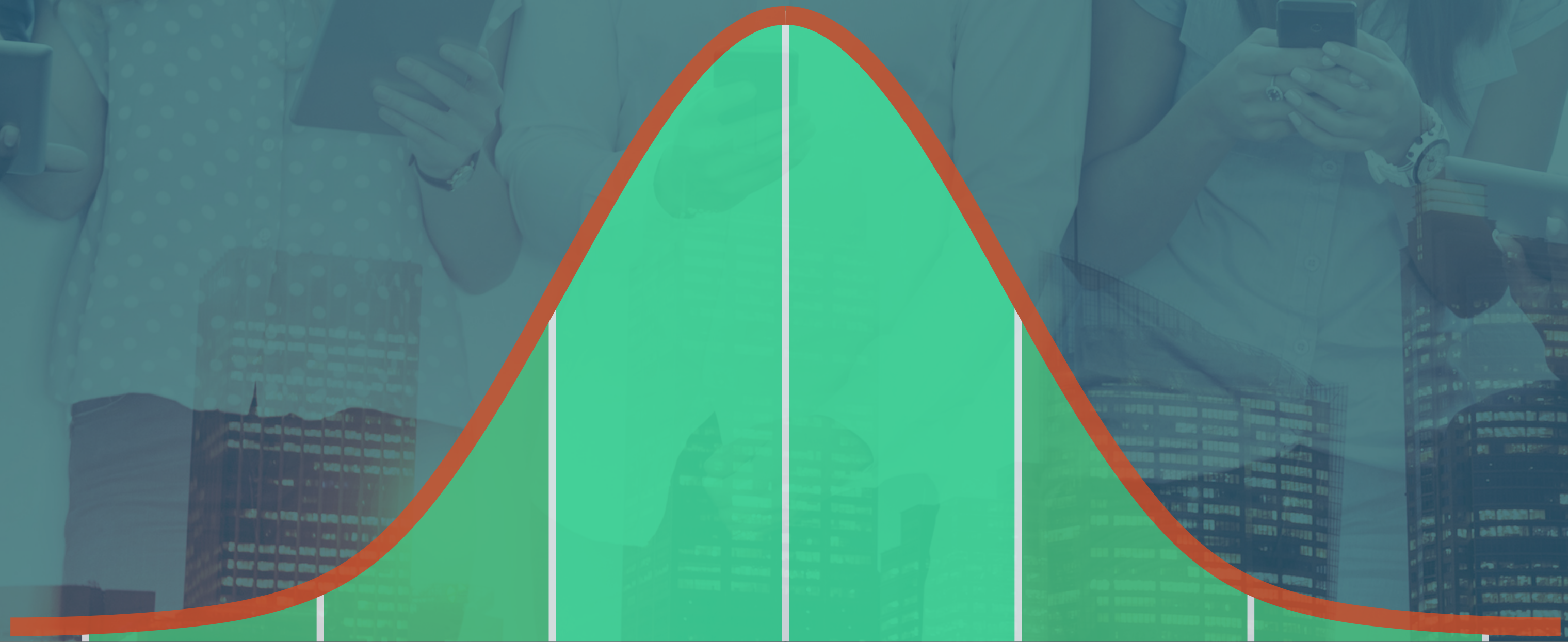
Tervisemängu ülevaade

- Narratiiviks Triumflandi kaitsjaks saamine ja enda supervõimete leidmine, et hoida Pimeduseolend Bubba kontrolli all
- Personaliseeritud vastavalt laste vajadustele (profileerimine)
- Terviseharidus, teadmiste kontroll ja -rakendamine
- Interaktiivne õppimine läbi teiste tegelaste toetamise
 - sotsiaalsed suhted, tervisekäitumine, probleemilahendusoskused
- Kognitiivseid võimeid arendavad minimängud
- Kehalisele aktiivsusele kui varasele sekkumisele suunavad minimängud
- Rutiini õpetamine, missioonid
- Vaimse tervise tugi vastavalt vajadusele, suunamine
- Enesehoole metoodikate harjutamine, rahustavad tehnikad



Vaimse tervise innovatsioon:

TEHNOLOOGIA RAKENDAMISE ELUTSÜKKEL



Innovaatorid
Innovators

Esimesed kasutajad
Early adopters

Esmane laiapõhjaline kasutus
Early majority

Hilised rakendajad
Late majority

Mahajääjad
Laggards

Rakendamise etapid barjääride tõttu

1. Heaolu ja vaimse tervise töötuba I–II kooliastme lastele
2. Heaolu tööriistade töötuba lastega töötavatele spetsialistidele
3. Jätkutegevusena individuaalne tervisemängu kasutamine I–II kooliastme laste seas töötoa läbinutele

Tõendus põhine vaimset tervist toetav rakendus on kättesaavas eesti, vene, ukraina ning teistes keeltes, sobib kõikidele nutiseadmetele olenemata tootjast. Kasutamine piiratud: kuni 30 minutit päevas ning piirang ka pärast kl 9 õhtul, et mitte negatiivselt laste une kvaliteeti mõjutada.

**KUIDAS SAAB
MINU ASUTUS
METOODIKAT
RAKENDADA?**



**Nii koolituste kui
tervisemängu osas
pöörduge
lisainformatsiooni
saamiseks meie
meeskonna poole:**

**Triin Loka (kasvujuht)
triin@triumf.health**

**Kadri Haljas, PhD (tegevjuht)
kadri@triumf.health**

Toetame koos laste heaolu ja vaimset tervist!