

11

#teen
endale
head

RISTSÕNADE KOGUMIK



ÜLE-EESTILINE
NOORSOOTÖÖ
NÄDAL

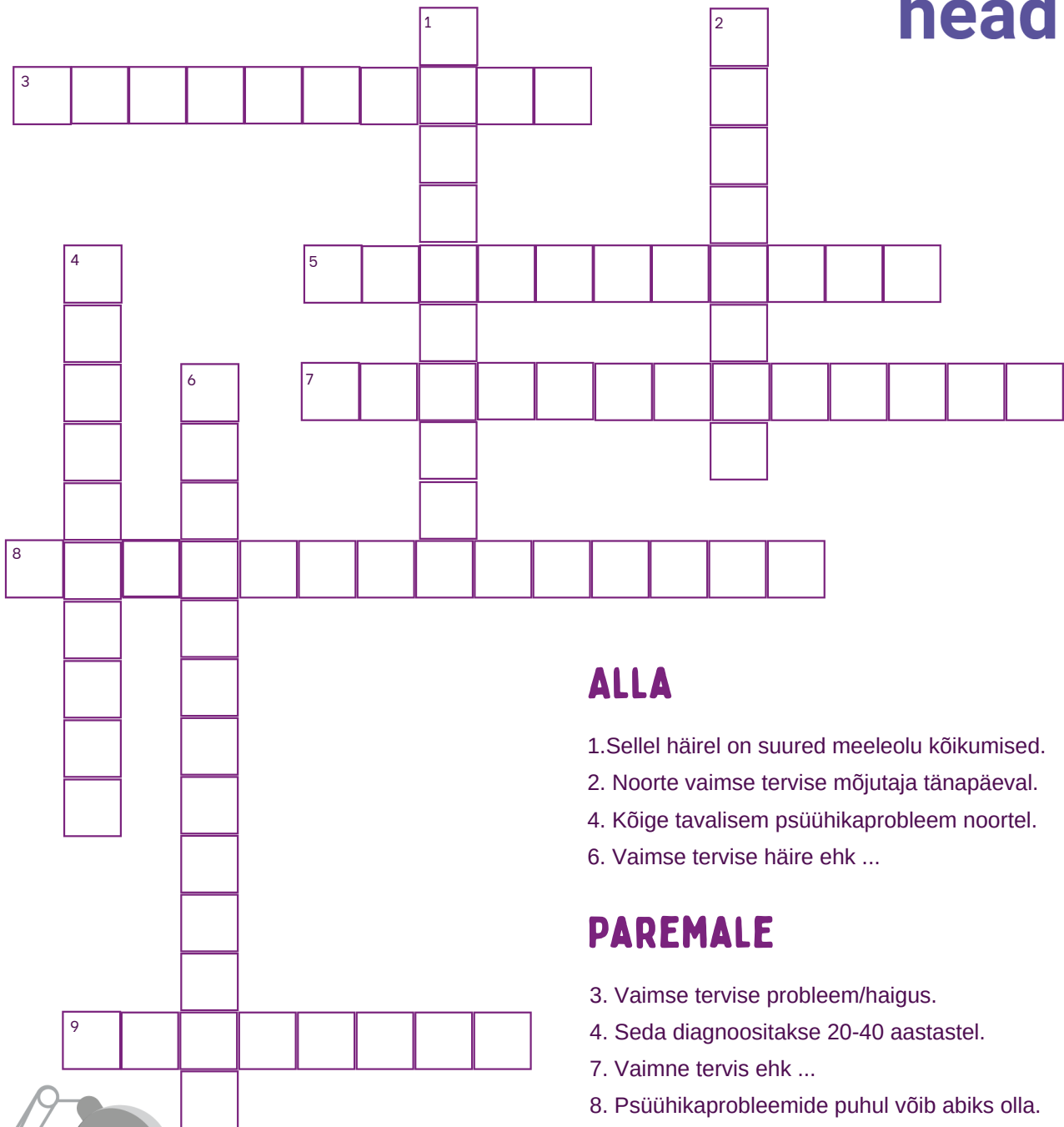
22.-30. november 2021

Teerüit
NOORTEINFO KODU

VAIMNE TERVIS

Koostas Keidi-Kaisa Liik

#teen
endale
head



ALLA

1. Sellel häirel on suured meeleolu kõikumised.
2. Noorte vaimse tervise mõjutaja tänapäeval.
4. Kõige tavalisem psüühikaprobleem noortel.
6. Vaimse tervise häire ehk ...

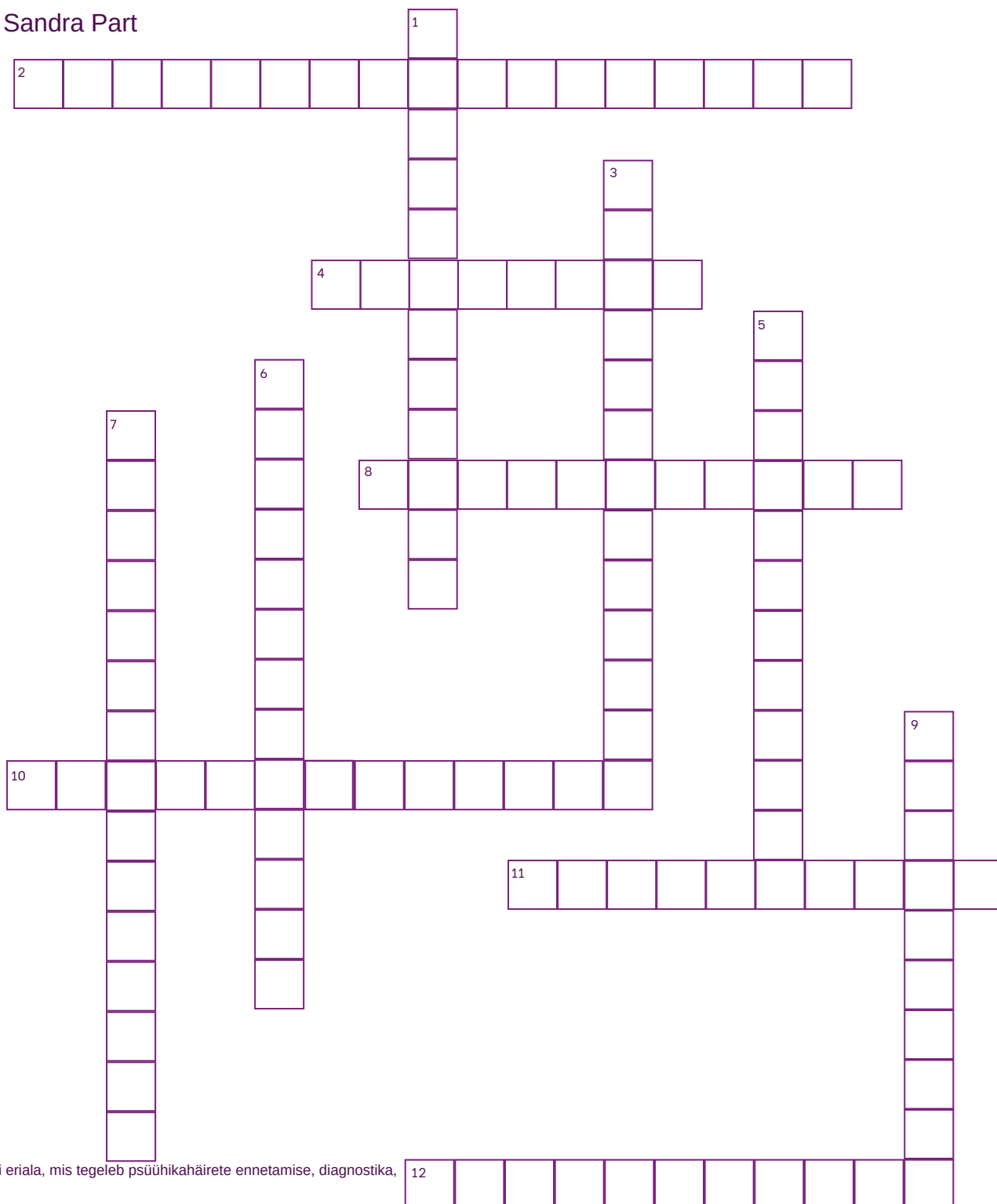
PAREMALE

3. Vaimse tervise probleem/haigus.
4. Seda diagnoositakse 20-40 aastastel.
7. Vaimne tervis ehk ...
8. Psüühikaprobleemide puhul võib abiks olla.
9. 10-24-aastaste vanuserühmas üheks peamiseks surmapõhjuseks on



VAIMNE TERVIS JA DIGITALISEERUMINE

Koostas Sandra Part



ALLA

- 1.... on meditsiini eriala, mis tegeleb psüühikahäirete ennetamise, diagnostika, raviga
3. ... on sügavalt juurdunud ja pikaajaliselt püsinud käitumisviis
5. Kui Sa ei saa ilma nutiseadmeta elada ja sa pead alati oma telefoni kasutama
6. Positiivne vaimne tervis ehk ...
7. On süsteemne analüüs ettevõtte protsesside arendamise võimaustest läbi digitaalseerimis- ja automatiseerimislahenduste rakendamise
9. häire on elukestev haigus, mida iseloomustavad tugevad meeleolumuutused

PAREMALE

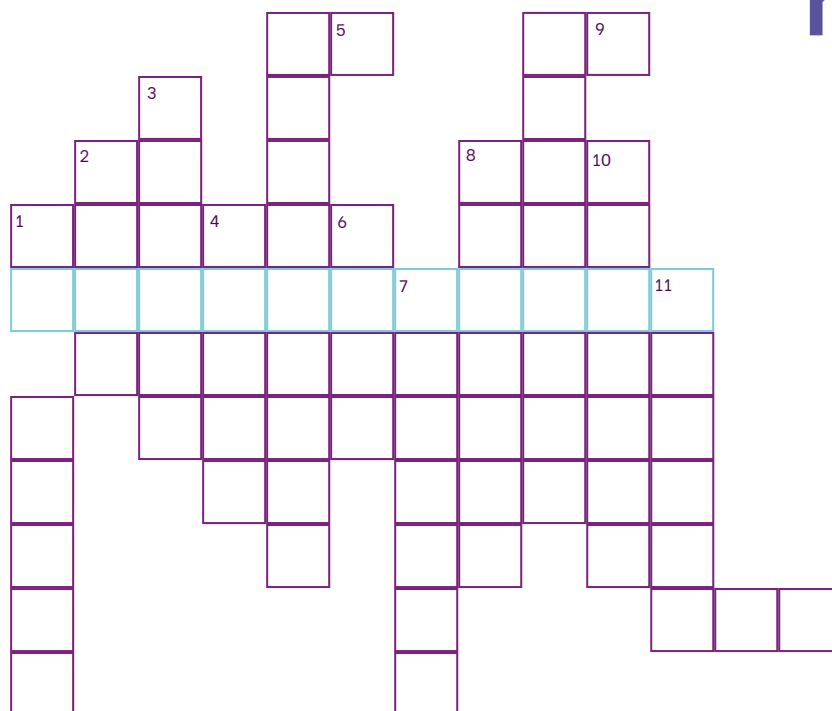
2. ... on protsesside arendamine läbi infotehnoloogia rakendamise
4. ... ehk enesetapp
8. ... on psühhiaatiline häire, millega kaasneb pidev ja pikaajaline ärevus
10. ... on füüsiline objekt või analoogmaterjali digitaalsele kujule viimine
11. ... on püsivalt väljendunud meeleolu alanemine, millega kaasneb elurõõmu kadumine
12. ... on haigus, mille puhul arusaam oma kehakujust ja igapäevane söömine on tugevalt häiritud



DIGITALISEERUMINE

Koostas Bert Tsapov

#teen endale head



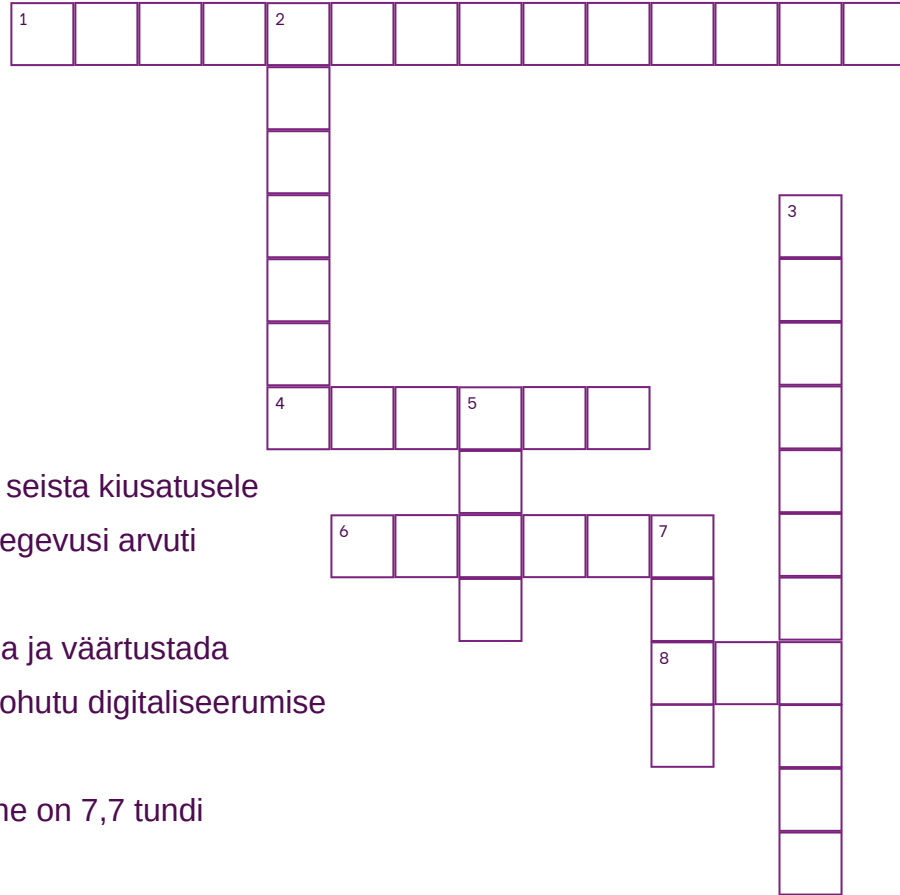
1. Isikut tõendav dokument isiku kindlaks tegemiseks.
2. Mitu digipädevust on olemas digipädevusmudelis?
3. Maailma populaarseim otsingumootor.
4. Eesti noortevaldkonna ajakiri, mille peatoimetaja on Laura Välik.
5. Kõige populaarsem slaidiesitlus programm.
6. Postimees juuniori peatoimetaja nimi: Maiken
7. Noorte seas populaarne vestlus programm. Mille logo näeb välja selline:
8. Eesti suurim noorteinfoportaal.
9. Populaarne märg, millega enamasti noored viitavad sotsiaalmeedias. Vihje #
10. Maailma populaarseim video vaatamise programm.
11. Võib tekkida liigse nutiseadme kasutamisel.



VAIMNE TERVIS JA DIGITALISEERUMINE

Koostas Pilleriin Anastasia Anipai

#teen endale head



PAREMALE

1. Võimetus vastu seista kiusatusele sooritada teatud tegevusi arvuti vahendusel
4. Neid tuleb hoida ja väärtustada
6. See töö kaasa tohtu digitaliseerumise puhangu
8. Noorte keskmine on 7,7 tundi

ALLA

2. Selles sektoris toob digitaliseerumine peamiselt parema toorme- ja energiakasutuse.
3. Kurvameelsus, masendus, meeleolusurutis.
5. See peaks olema mitmekesine, tervislik ja regulaarne.
7. andmed aitavad kaasa parema elukeskkonna loomisele.



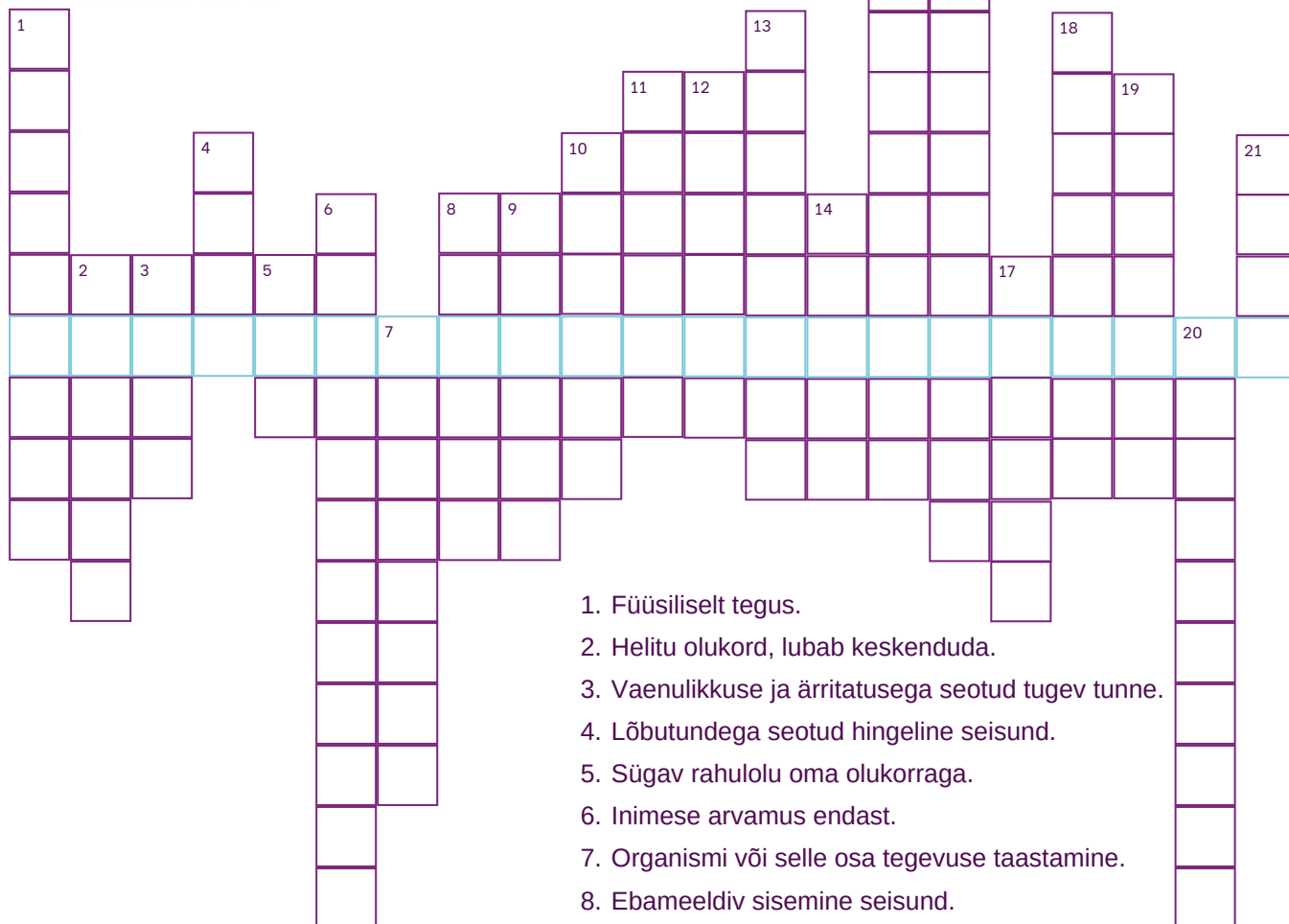


VAIMNE TERVIS

Koostasid Lohusuu noored

#teen endale head

22.-30.11.2021



1. Füüsiliselt tegus.
2. Helitu olukord, lubab keskenduda.
3. Vaenulikkuse ja ärritatuslega seotud tugev tunne.
4. Lõbutundega seotud hingeline seisund.
5. Sügav rahulolu oma olukorraga.
6. Inimese arvamus endast.
7. Organismi või selle osa tegevuse taastamine.
8. Ebameeldiv sisemine seisund.
9. Emotsionaalne valu.
10. ... ehk kreatiivsus.
11. Haiguslik kartus.
12. Emotsionaalne pingeseisund.
13. Õnnelikkuse kergem vorm.
14. ... ehk emotsioon.
15. Psüühikahäire
16. Inimene, kes uurib psühholoogiat.
17. Tavalisest tegevusalast eemalviibimine.
18. Järeleandlik sünonüüm.
19. Helikunst
20. Taunitav, kahjustav, halb.
21. Norutundega seotud hingeline seisund.





22.-30.11.2021

VAIMNE TERVIS JA DIGITALISEERUMINE

Koostas Kadri-Liis Kaldre

#teen endale head



ALLA

1. Võivad kujuneda geneetilisest eelsoodumusest ning arengukeskkonnast.
3. Üsna levinud psühhogeenne tervisehäire: kujuneb välja pikka aega mõjuva ärritaja tagajärjel.
4. vaimne tervis kätkeb endas psüühikahäireid, vaimse tervise probleeme ja nende sümptomeid
8. Mõjutab väga vaimset tervist.

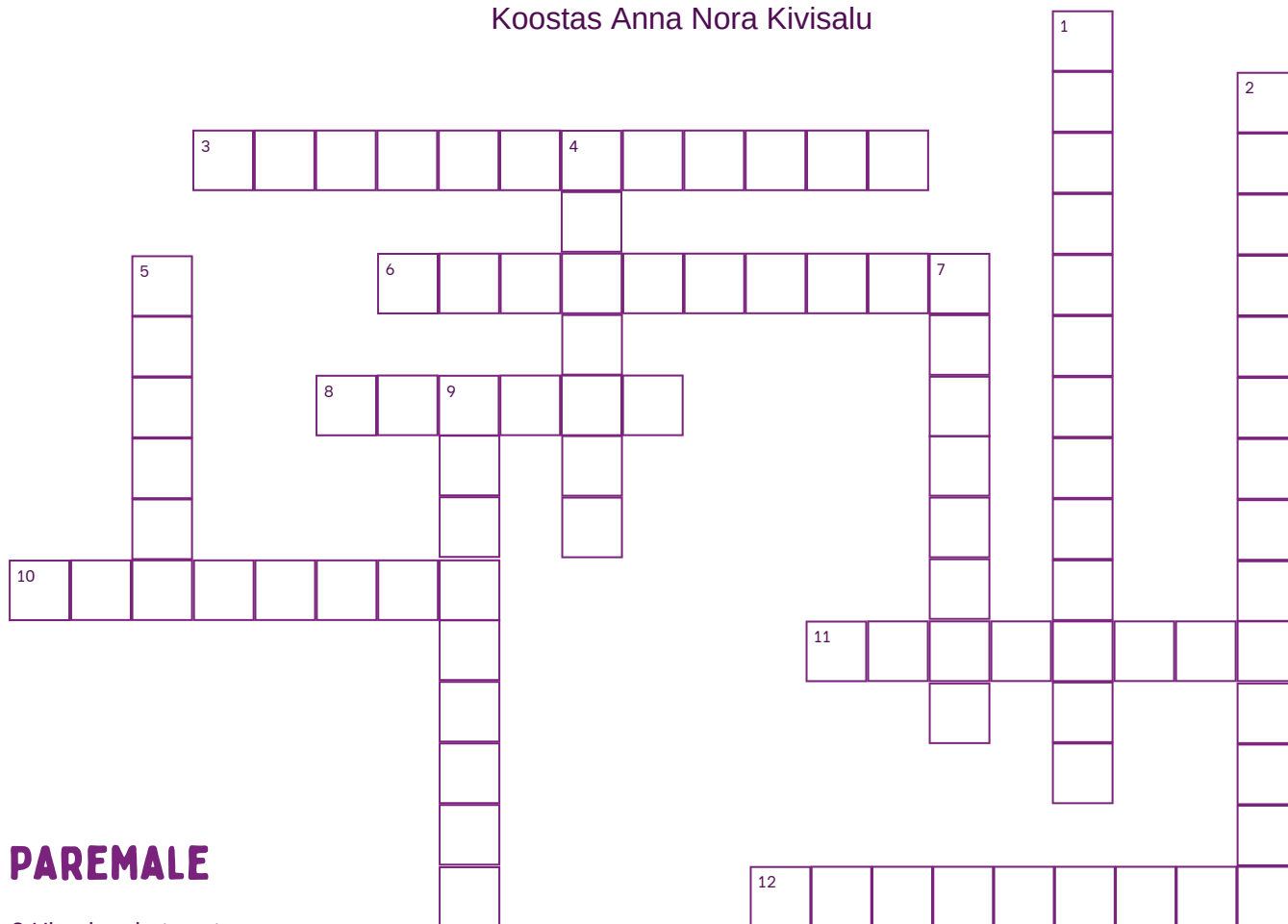
PAREMALE

- 2.... teraapia on suunatud käitumisele, eesmärk on käitumise muutmise kaudu jõuda muutusteni, mis on haiguse raviks efektiivsed.
5. Ravimisviis, mille käigus tutvustatakse kas kirjalikke või elektroonilisi eneseabimaterjale.
6. Esinevad hallutsinatsioonid, luulumõtted või piiratud hulk selgelt anomaalseid käitumisviise.
7. Koormab pereelu ja tervist ning häirib und.
9. Paljud lapsed tänapäeval on sellest sõltuvuses.
10. vaimne tervis ehk vaimne heaolu



VAIMNE TERVIS JA DIGITALISEERUMINE

Koostas Anna Nora Kivisalu



PAREMALE

3. Hirm ja rahutuse tunne.
6. Tarkvara, arvutivõrkude, andmebaaside ja muu taolise sisse murdmise erinevatel eesmärkidel.
8. Informatsioonikandjate ühine nimetus.
10. Sotsiaalne isolatsioon.
11. Masinloetav juhend, mis suunavad arvuti protsessorit spetsiifilisi toiminguid sooritama.
12. Tarbeelektronika seade, mida saab tarkvaraliselt juhtida ja teiste seadmete või komponentidega ühendada traadita side võrgu.

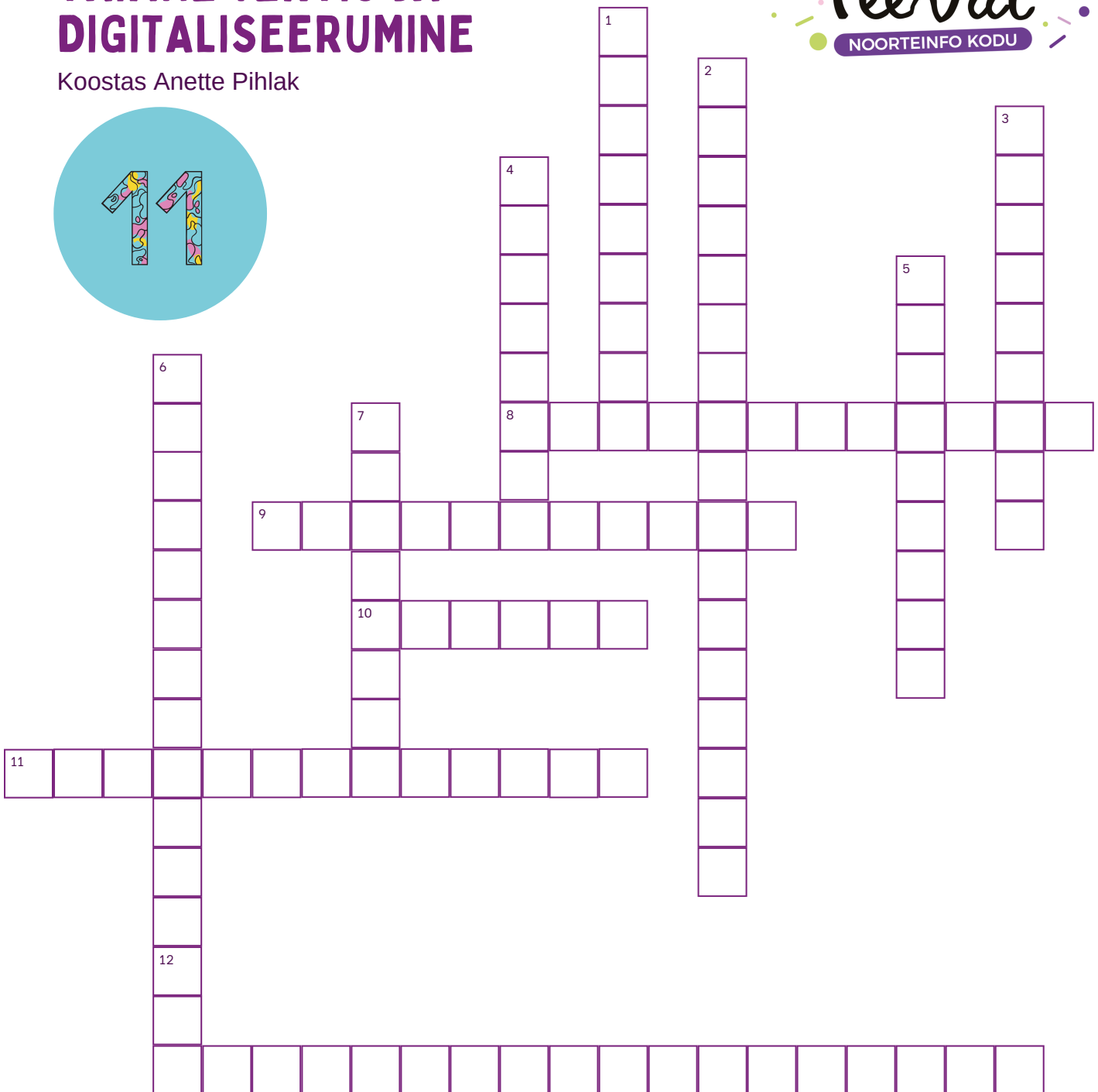


ALLA

1. Üldise tervise lahutamatu osa, mis peegeldab tasakaalu inimese ja keskkonna vahel ning koosneb nii positiivsest kui ka negatiivsest tervisest.
2. Koolikiusamise üks vorm, mille eripäraks on eri elektrooniliste suhtlusvahendite kasutamine.
4. Kõige üldisemas mõttes diskrimineerimine ja/või eelarvamused seoses inimese soolise kuuluvusega.
5. Pinge, surve.
7. Keegi, eriti interneti postitades, kes kasutab šokeerivat ja nihilistlikku kõnet ja arvamusi, mida ta ise võib, aga ei pruugi tegelikult uskuda, et võita tähelepanu ning sattuda ohtlikuma ja omanäolisema inimesena.
9. Surmajuhtum, mille on tahtlikult otseselt või kaudselt põhjustanud ohver ise.

VAIMNE TERVIS JA DIGITALISEERUMINE

Koostas Anette Pihlak



PAREMALE

8. Vaimse tervise häiretel ei ole üht ja konkreetset põhjust - leida võib geneetilisi, neurobioloogilisi ja psühholoogilisi ning ... tegureid.
9. Me kogeme kõik erinevaid tundeid - vahel on need positiivsed, vahel
10. Vaimne tervis on see, kuidas inimene ...
11. Mis sõnaga võib vaimset tervist veel defineerida?
12. Vaimse tervise probleemidele võib viidata näiteks ...

ALLA

1. Vaimne tervis tähendab võimet juhtida oma ...
2. Digitaaltehnoloogiate rakendamine õppevara kättesaadavaks tegemisel muudab viisi, kuidas kõrgharidust edastatakse ning jagatakse - toimub hariduse ...
3. Hingehädade ... aitab vaimse tervisega.
4. Digitaalmaailm võib mõjuda inimesele
5. Vaimne tervis on vähemalt sama tähtis kui ... tervis.
6. Tööstuse digitaliseerimist mõistetakse tihti kui kas mõne uue ... või roboti kasutuselevõtmist.
7. Digiteerimine ehk ... on füüsilise objekti või analoogmaterjali digitaalsele kujule viimine.



22.-30.11.2021

VAIMNE TERVIS

Koostas Adele Laur

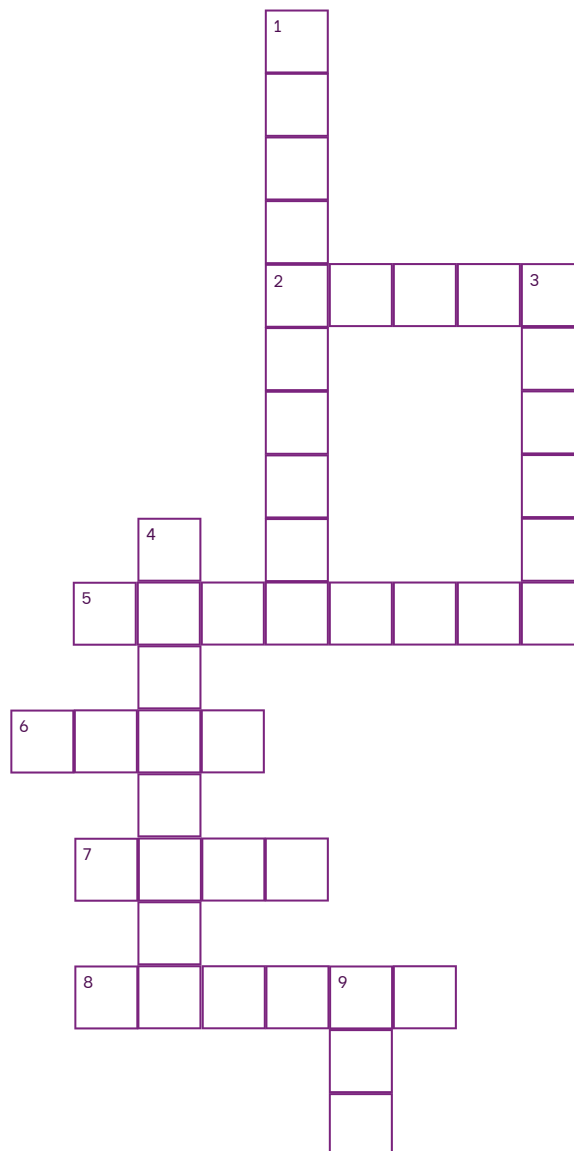
#teen
endale
head

ALLA

1. Milline suhtumine aitab Sul elus läbi lüüa?
3. Abilised elus?
4. Mis paraneb sportides?
9. Mida on vaja organismil selleks, et korrastada päeva jooksul toimunut?

PAREMALE

2. Mis kahandab inimeste heaolutunnet?
5. Kes on inimesed, kes on Sinuga seotud?
6. Mis paraneb magades?
7. Harrastus teise sõnaga?
8. Mis aitab inimesel raskel perioodil taastuda?



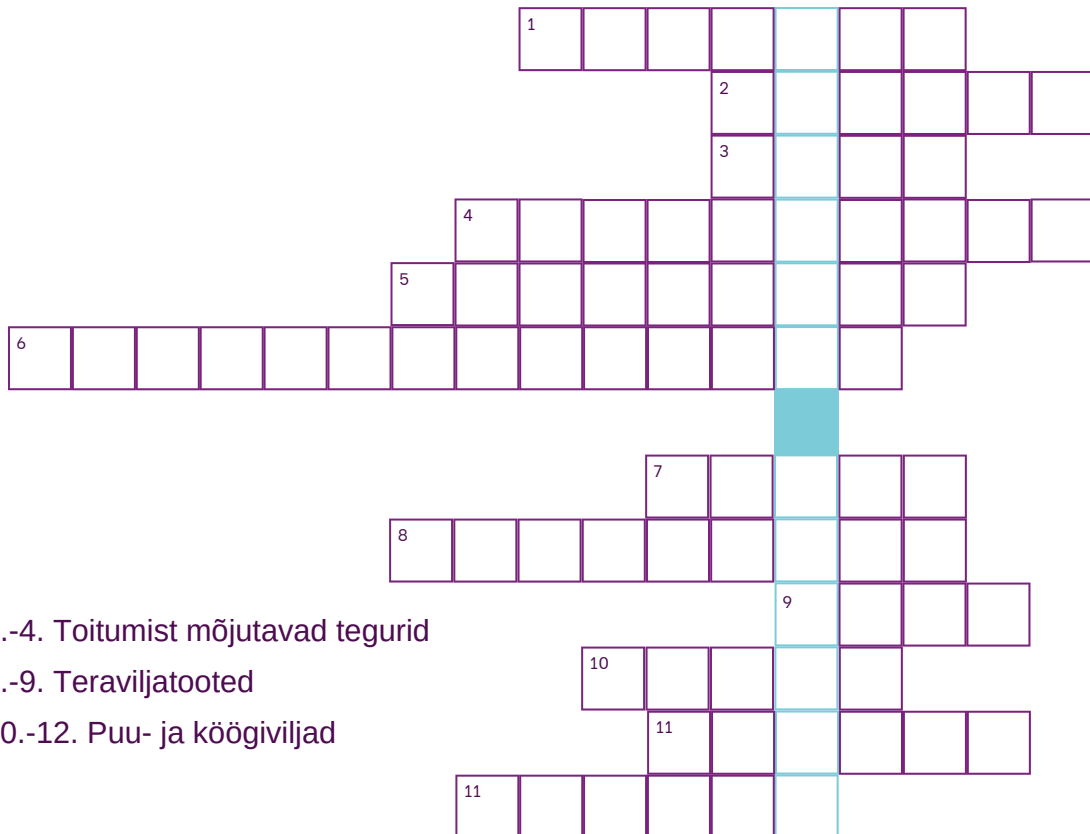


22.-30.11.2021

TERVIS

Koostas Mare-Ly Metsa

#teen
endale
head



1.-4. Toitumist mõjutavad tegurid

5.-9. Teraviljatooted

10.-12. Puu- ja köögiviljad





22.-30.11.2021

#teen
endale
head

VAIMNE TERVIS

Koostasid Ellu Lippandi ja Keiti Palmipuu

1												
	2											
3												
			4									
	5											
			6									

1. Mis annab Sulle energiat?
2. Mida on kehal liikumiseks vaja?
3. Mis hoiab Sind vormis?
4. Mis kahjustavad Sinu silmi?
5. Kuidas Sa end välja puhkad?
6. Kuidas nimetatakse närvis olemist?

