

S21194, DIMMI - Digitaaliset menetelmät nuorten positiivisen mielenterveyden tukemiseen

Hankkeen nimi, S-numero ja toteutusaika	S21194, DIMMI - Digitaaliset menetelmät nuorten positiivisen mielenterveyden tukemiseen, 1.3.2018 – 31.8.2020 (hanke RR-tietopalvelussa)
Rahoittaja ja toteutunut julkinen rahoitus	Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskus, 387 839 €
Toteuttajat	Päätoteuttajana Kajaanin ammattikorkeakoulu Oy ja osatoteuttajana Diakonia-ammattikorkeakoulu Oy
Varsinaiset kohderyhmät	Seurakuntien, kuntien ja järjestöjen toimintaan osallistuvat 16–29-vuotiaat nuoret, vapaaehtoistyöntekijät ja työntekijät
Hankkeen tausta	
Tavoitteet	Vahvistaa nuorten positiivista mielenterveyttä; kehittää ja tuottaa konkreettisia digitaalisia välineitä ja menetelmiä mielenterveyden tukemiseen
Toimintatapa	”Elämäni peli” -hyötypelin kehittäminen nuorten kanssa ja sen testaaminen pilottiryhmillä; koulutukset nuorisotyöntekijöille nuorten itsehavainnointitaitojen ja psyykkisten itsesäätelykeinojen tukemiseen (mindfulness); toimintamallin luominen some-kanavissa tarjottavaan asiantuntija- ja vertaistukeen; vertaisystävätoiminnan organisoiminen Instagramia hyödyntäen; menetelmien pilotointi ja arviointi (positiivisen mielenterveyden mittari); julkisen ja kolmannen sektorin välinen yhteistyö; mindfulness-pelin ideointi
Tuotokset	Julkaisut: Heinonen ym. (KAMK, 2020) , Heikkinen & Hämäläinen (KAMK, 2020) ; Videot (Youtube): DimmiESR trailer (24.2.2020)
Lupaavat osallisuuden käytännöt ja palaset	
Muut tulokset ja vaikutukset	Elämäni peli; vertaisystävätoiminnan malli; pienet ja suuntaa antavat myönteiset muutokset osallistujien positiivisessa mielenterveydessä
Levittäminen ja juurrutus	Elämäni peli on ladattavissa nimellä DimmiESR Google Play- ja AppStore-sovelluskaupoissa.
Erityishuomioita, kehittämistyön ongelmia	



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020





Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

