

HENKILÖSTÖLIKUNNAN KEHITTÄMISPROSESSI JA TOIMINTAMALLI

HEVI - Henkilöstöliikunnalla virtaa ja vireyttä



TOIMINTAMALLI HENKILÖSTÖLIKUNNAN KEHITTÄMISEEN

- Henkilöstöliikunnalla virtaa ja vireyttä - hankkeessa toteutettiin yrityksille toimintamalli henkilöstöliikunnan kehittämiseen.
- Yksittäisiä toimenpiteitä olivat mm. henkilöstöliikuntasuunnitelman laatiminen, koulutukset, terveystampanjat ja henkilökohtainen elintapaneuvonta.
- Toimintamalli ja sen toteutus sekä siihen liitettävät toimenpiteet voidaan räätälöidä ja suunnitella yrityskohtaisesti.
- Kehittämisprosessi voidaan toteuttaa Pohjois-Savon Liikunnan kautta.

KEHITTÄMISPROSESSIN VAIHEET

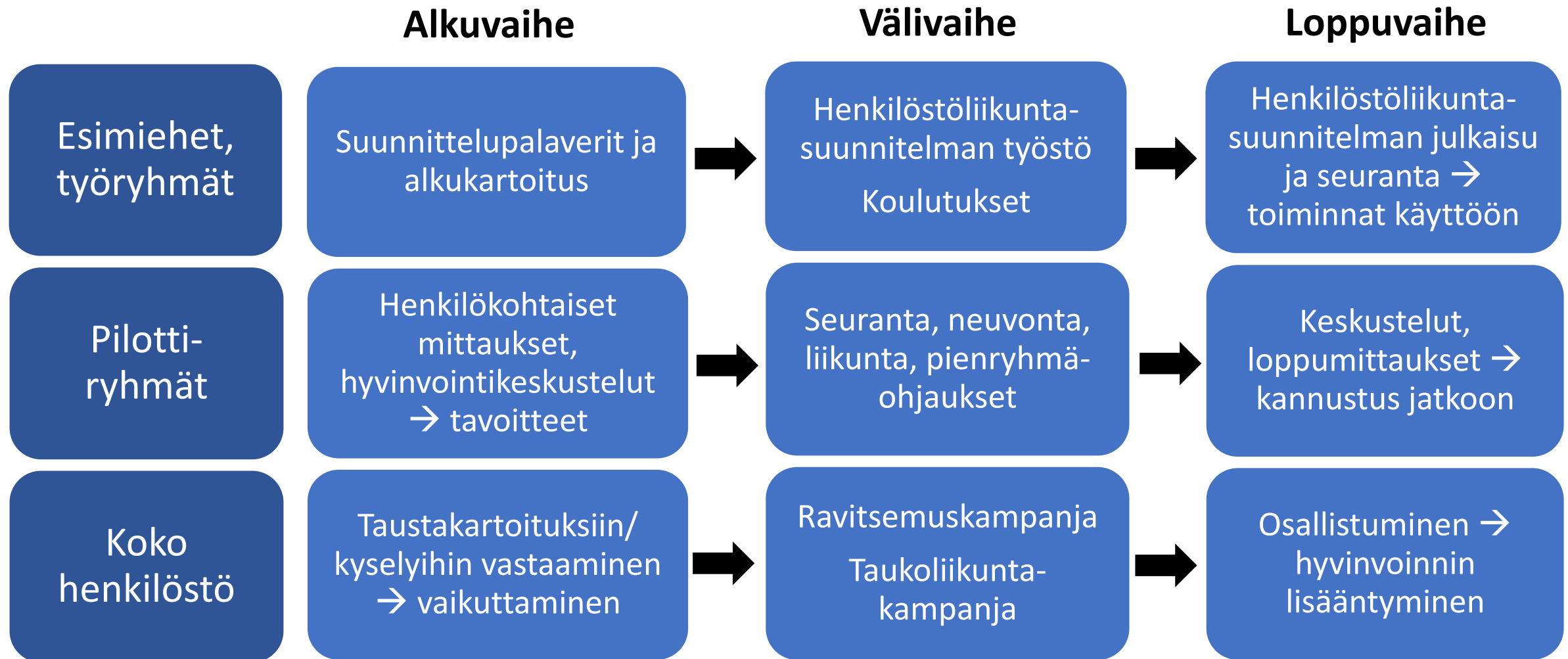
1. Lähtötilanteen kartoitus (SAT, Suomen aktiivisin työpaikka) → valitaan kehittämiskohteet

2. Valitaan sopivat toimenpiteet, hankkeessa toteutettuja esimerkkejä:

- Esimieskoulutukset, henkilöstön ja johdon yhteiset työpajat
- Henkilöstöliikuntasuunnitelman laatiminen
- Hyvinvointikampanjat (taukoliikunta, ravitseminen)
- Yksilöllinen elintapaohjaus tarkemmin valitulle kohderyhmälle
 - Terveysmittaukset (InBody, kehon kuntoindeksi, FirstBeat)
 - Tavoitteiden laadinta ja hyvinvointikeskustelut (liikunta, lepo, ravinto)
 - Lajikokeilut ja liikuntaohjaus
 - Kannustus ja seuranta

3. Lopputilanteen kartoitus (SAT, Suomen aktiivisin työpaikka) → suositukset jatkoon

PROSESSIN ETENEMINEN 2019 - 2020



SOVELLETTAVUUS

- Henkilöstöliikunnan kehittämiprosessi ja toimintamalli on sovellettavissa erilaisten yritysten ja yhteisöjen tarpeisiin.
- Hankkeessa toteutettujen toimenpiteiden lisäksi prosessiin voi sisältyä esimerkiksi
 - henkilöstön yhteisiä virkistyspäiviä
 - liikuntaohjausta koko henkilöstölle
 - hyvinvointiluentoja
 - terveystotestausta
 - säännöllisiä taukojumppia
- Keskeistä on suunnitelmallisuus, jatkuvuus, sitoutuminen ja seuranta

KEHITTÄMISPROSESSIN HYÖDYT JA VAIKUTUKSET YRITYKSESSÄ

- Hyvinvointiasioiden esiin nostaminen ja tietoisuuden lisääminen
- Suunnitelmallinen toiminta
- Liikunnallista elämäntapaa tukeva toimintakulttuuri
- Työssä jaksamisen ja työssä viihtymisen edistäminen
- Työ- ja toimintakyvyn palauttaminen / kohentaminen
- Osatyökykyisten työssä pysyminen ja ennenaikaisen eläköitymisen ehkäisy
- Tuottavuuden lisääntyminen

- Hyvä työilmapiiri ja yhteisöllisyys!