

**WELLNET –  
HYVINVOINTIMAAILMA  
TASKUSSASI**





**Tehtävämme on lisätä ihmisten energisyyttä arjessa fyysisen kunnon kehittämisen kautta.**



## Wellnet – ”Hyvinvointimaailman Netflix”

- ▶ Päivittäiset suoratoistosisällöt
- ▶ Yli 3000 hyvinvointisisällön kirjasto
- ▶ Yritysten omat hyvinvointikanavat
- ▶ Health Data oman hyvinvoinnin seurantaan



## Health Data – konkretisoi hyödyt henkilöstön aktiivisuudesta



LIIKETTÄ KOKO KEHOLLE TAUKOJUMPPA 5 MIN

👍 7 ❤️ 23 + Katso myöhemmin 📌 Edit



HEALTH DATA

### VIREYSTASO

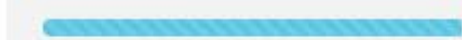
Tsemppiä päivään!

Tässä osiossa näet mihin hyvinvoinnin osa-alueisiin tämä harjoite pureutuu ja kuinka paljon Mittari arvioi osa-alueet asteikolla 1-5.

### TERVEYSTIETO



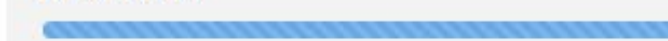
### MENTAL FITNESS



### LIIKKUVUUS



### PALAUTUMINEN



Tässä osiossa näet kuinka paljon tämä treeni täyttää päivittäisestä ja viikoittaisesta liikuntasuosituksista.



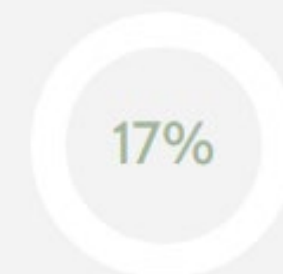
Päivittäinen aktiivisuussuositus  
30 min



Viikoittainen aktiivisuussuositus  
2h 30 min



Tässä osiossa näet kuinka paljon tämä treeni täyttää päivittäisestä ja viikoittaisesta liikuntasuosituksista.



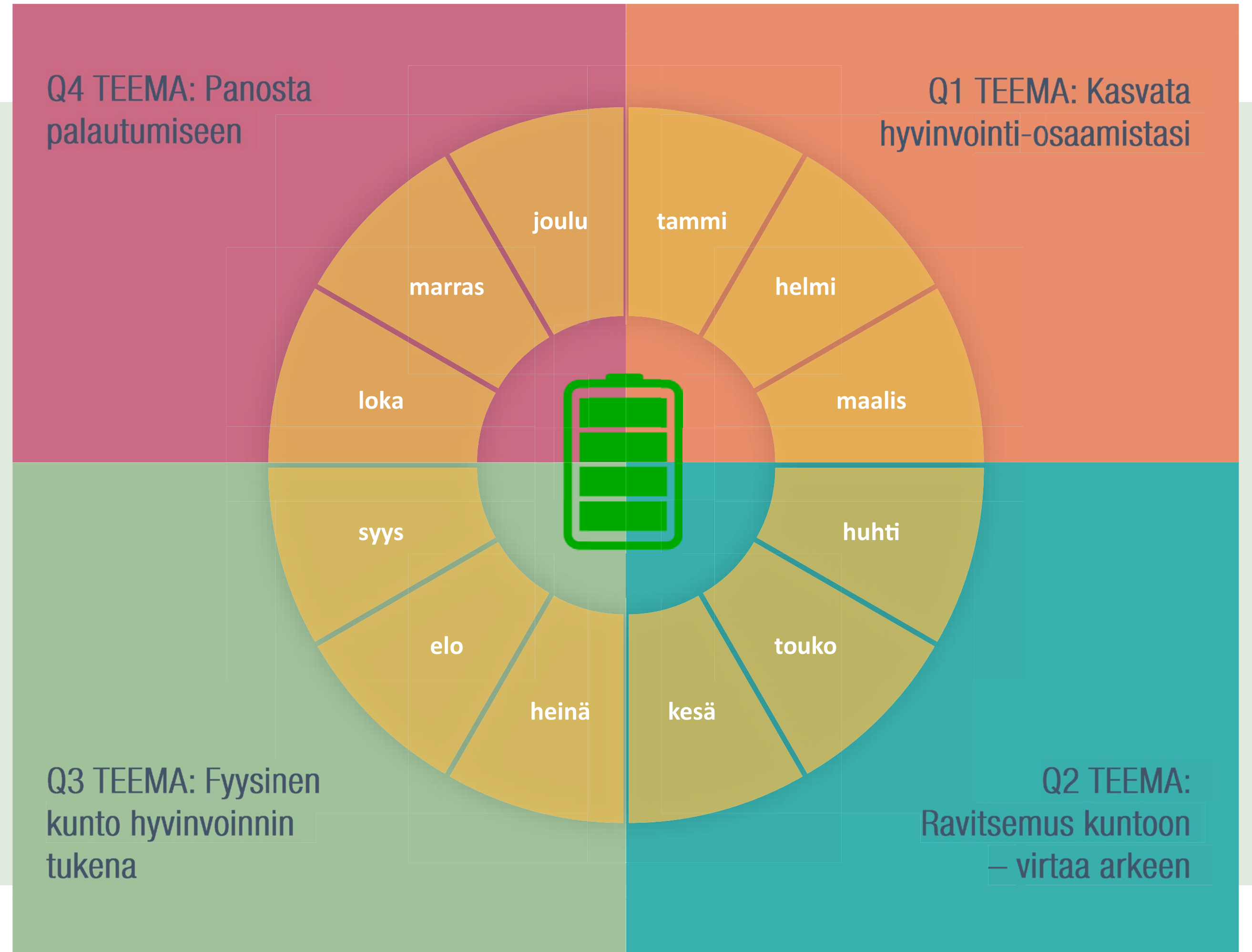
Päivittäinen aktiivisuussuositus  
30 min



Viikoittainen aktiivisuussuositus  
2h 30 min

## Wellnet-palvelu alk. 4 €/hlö/kk sisältäen:

- ▶ Wellnet-palvelun rajoitukseton käyttö koko henkilökunnalle, sisältäen kanavan ylläpidon ja asiakastuen
- ▶ Wellnetin ulkoasu yrityksen omalla ilmeellä sekä yrityksen oma landing page
- ▶ Hyvinvointiwebinaari + Wellnetin käyttöopastus (Teams)
- ▶ Raportointi Wellnetin käytöstä kerran kvartaalissa
- ▶ Valmis uutinen aktivoinnin tueksi Wellnetin sisällöistä erikseen sovitulla aikataululla
- ▶ Sopimuksen mukaan henkilöstölle erillinen energisyyskysely, joka kertoo elintapojen aktiivisuuden perusteella energisten tuntien määrän päivässä.



## Asiakkaitamme

” Yhteistyö Esportin kanssa on ollut sujuvaa, antoisaa ja inspiroivaa. Esportin asiantuntijoiden kanssa olemme pystyneet kehittämään uudenlaisia tapoja henkilöstön työhyvinvoinnin ja -terveyden edistämiseen.

Wellnet on tarjonnut työntekijöille poikkeuksellisen monipuolisen ja joustavan tavan huolehtia niin työpäivän tauotuksesta kuin vapaa-ajan liikunta-aktiivisuuden tuesta paikkakunnasta ja työntekopaikasta riippumatta. Sisältö on laadukasta ja avaa tarjottimen, josta jokainen voi löytää itselleen mieleisen tavan liikkua ja tukea omaa hyvinvointiaan.

Työnantajan kannalta edun aktiivinen käyttö ja ennaltaehkäisevä vaikutus on erityisen arvokasta.

Eeva Reponen  
HR-päällikkö, Eläkevakuutusyhtiö Varma

EKONOMIT  
MER

HELSINGIN  
EKONOMIT

elo

Kerabit

KOUVOLA

LÄHITAPIOLA

TEATTERI  
HEVOSENKENKÄ

smertum!

iVAMOS!  
Diakonissalaitos

VARMA

VitaePro®

## Veloitukseton kokeilujakso

Tarjoamme yrityksenne henkilöstölle mahdollisuuden tutustua Wellnet-palveluun veloituksetta, kokeilujakson kautta. Kahden viikon kokeilujakso on täysin maksuton eikä velvoita mihinkään.

Kokeilujaksolla henkilöstöllänne on käytössään koko Wellnetin yleinen kirjasto, joka sisältää yli 3000 videota liikuntaan, ravintoon ja palautumiseen liittyen.

### Kysy lisää:

Marjaana Lumiala,  
Työhyvinvoinnin asiantuntija  
[marjaana.lumiala@esport.fi](mailto:marjaana.lumiala@esport.fi)  
044 770 3203

