

LASSILA & TIKANOJA

LIIKUTTAA TIIMITYÖLLÄ

Työhyvinvointi ja työssäjaksaminen ovat kestopuheenaiheita monilla työpaikoilla. Lassila & Tikanojassa tartuttiin tuumasta toimeen tiimityöllä ja työhyvinvointiammattilaisen sparrauksella.

Työhyvinvointi- ja tykyprojektit ovat jo arkipäivää useimmilla suomalaisilla työpaikoilla. Ongelmana kuitenkin on, etteivät kunnianhimoisetkaan kehitysohjelmat tavoita aina niitä, jotka siitä eniten hyötyisivät. Osa toki hyödyntää tarjotut liikuntamahdollisuudet, toiset taas kiertävät ne kaukaa.

Ympäristönhuoltoon sekä kiinteistöjen ja laitosten tukipalveluihin erikoistuneessa Lassila & Tikanojassa päätettiin pari vuotta sitten koella jotain uutta.

Hyvää oloa -projektin ideana on kannustaa esimiestiimejä omaehtoiseen liikkumiseen heille itselleen mieluisan lajin tai harrastuksen parissa.

Liikuntaa harrastetaan ammattilaisten ohjauksessa sekä omaan aikatauluun ja kuntoon sopivassa rytmissä. L&T toteutti projektin yhdessä työhyvinvointiyritys Mobra Finlandin kanssa.

Mahdollisimman matalan osallistumiskynnyksen periaate on tuottanut aluejohtaja **Juha Nurminen** (kuvassa vasemmalla) mukaan hyviä tuloksia. Väki jaksaa päivä päivältä paremmin ja samalla työnantajalle usein kalliiksi käyvät sairauslomatilastot kirkastuvat tasaista tahtia.

”Fyysinen kunto on noussut kaikissa mukana olevissa yksiköissä, työkyky on kohentunut ja ravintotottumukset ovat terveellisempiä.



Tiimien jäsenet tukevat ja kannustavat toisiaan myös liikuntaharrastusten parissa, mikä kasvattaa yhteishenkeä entisestään”, kiittelee Nurminen.

Mobra Finlandin toimitusjohtaja **Jarno Purtsi** korostaa, että tuloksia syntyy vasta pitkäjänteisen työn pohjalta.

”Alkuinnostuksen jälkeen iskee helposti rutiinointuminen ja jopa väsymys, jolloin homma lähtee hiipumaan. Juuri näissä tilanteissa korostuu alan ammattilaisten rooli kannustajana ja uusien ohjeiden antajana.” ●