



LEHDISTÖTIEDOTE
12.5.2014

TYÖHYVINVOINTIA LIIKKUMISTA LISÄÄMÄLLÄ JA ISTUMISTA VÄHENTÄMÄLLÄ UKK Terveyspalvelut ja Varalan Urheiluopisto yhteistyöhön käytännönläheisten työhyvinvointipalveluita tarjoamaan Pirkanmaalla

Kaksi vahvaa tamperelaista asiantuntija- ja palveluorganisaatiota, UKK Terveyspalvelut ja Varalan Urheiluopisto, ovat maaliskuussa yhteistyössä tuottamassa yhdessä pirkanmaalaisille yrityksille ja organisaatioille.

- Muuttuneet toimenkuvat ja istumisammatit ovat johtaneet siihen, että joka toinen suomalainen istuu vähintään kahdeksan tuntia päivässä, ja moni viettää istuma-asennossa yli puolet valveillaoloajastaan. Liika istuminen altistaa monille sairauksille. Niitä ovat muun muassa lihaskunnon heikkeneminen, verenkierron häiriöt, selkä-, ja hartiavaivat sekä diabetes. Istumisen on todettu olevan yhteydessä kokonais- ja sydänkuolleisuuteen vapaa-ajan liikunnan harrastuksen määrästä riippumatta, kertoo UKK-instituutin johtaja lääketieteen tohtori Tommi Vasankari.

Tätä haastetta ratkomaan UKK Terveyspalvelut ja Varalan Urheiluopisto yhdistävät voimavaransa ja lähtevät tarjoamaan tutkitusti parhaita ja menetelmiä liikkumisen lisäämiseen ja istumisen vähentämiseen yritysten ja heidän työntekijöidensä työhyvinvoinnin parantamiseksi.

Kokemus yritysten käyttöön Pirkanmaalla

Näsijärven rannassa sijaitseva UKK Terveyspalvelut Oy on pääosin UKK-instituutin omistama terveyden, terveystoiminnan ja hyvinvoinnin palveluihin keskittynyt yritys, joka tekee saumatonta yhteistyötä UKK-instituutin kanssa jalkauttamalla palveluissaan viimeisintä tutkimustietoa liikunnan terveyshyödyistä sekä liikkumattomuuden terveyshaitoista.

Pyhäjärven rannassa vuonna 1909 perustettu Varalan Urheiluopisto on Suomen vanhin urheiluopisto ja moderni asiantuntijakeskus, joka tarjoaa monipuolisia liikuntapalveluita yrityksille pohjautuen sen useiden vuosikymmenten kokemukseen liikuntakasvatuksesta, terveellisestä liikunnasta, liikunta- ja liikunnanohjaustaidoista aina huippu-urheiluvallmennukseen.

- UKK Terveyspalveluissa on vahvaa, monialaista osaamista ja UKK-instituutin tutkimukseen perustuvaa asiantuntemusta, ja tätä tietotaitoa pyrimme nyt saamaan yrityksissä. Tästä esimerkkinä voisimme mainita aktiivisuusmittauksemme, joka ainoa markkinoilla pystyy erottelemaan istumisen, makaamisen ja seisomisen määrän, mikä on tietenkin erittäin olennainen asia istumisen vähentämisen kannalta. Varalan Urheiluopistolla on vastaavasti laaja-alainen kokemus aikuisväestön liikunnasta ja testaamisesta, joten Varala on UKK Terveyspalveluille sopiva kumppani kokonaisvaltaisten työhyvinvointipalveluiden tuottamiseen, toteaa UKK Terveyspalveluiden toimitusjohtaja Katri Erkkilä.

- Varalaan on helppo tulla ja olemme tottuneet tarjoamaan yrityksille erilaisia työkykyä nostavia ja sitä mittaavia palveluita sekä sitä tukevaa koulutusta ja valmennusta. Yhdessä UKK Terveyspalvelut ja Varalan Urheiluopisto tarjoavat ainutlaatuisen kokonaisuuden palveluita, jotka pohjautuvat alan parhaiden asiantuntijoiden vuosikymmenten kokemukseen alan johtavasta tutkimuksesta ja käytännön työstä hyvinvoinnin, liikunnan, valmennuksen ja testaamisen alueilla, tiivistää Varalan Urheiluopiston myynnistä ja markkinoinnista vastaava johtaja Riku Granat.

UKK Terveyspalveluiden ja Varalan Urheiluopiston käytännönläheistä toimintaa yritysasiakkaiden henkilöstön hyvinvoinnin puolesta. Yhdessä UKK Terveyspalvelut ja Varala tarjoavat asiakkailleen räätälöityjä kokonaisratkaisuja työhyvinvointiohjelmien muodossa. Ohjelmien sisältö muodostuu mm. luennoista, valmennuksesta, liikunnasta ja huipputeknologiaa käyttävistä mittauksista ja se sovitetaan yrityksen haasteisiin ja tarpeisiin ohjelman alkaessa.

Riku Granat, myyntijohtaja, Varalan Urheiluopisto puh. 050 5583813 riku.granat@varala.fi

Katri Erkkilä, toimitusjohtaja, UKK Terveyspalvelut, puh. 050 4152100 katri.erkkila@ukkterveyspalvelut.fi