



**Työsuojelurahasto**  
Arbetarskyddsfonden  
The Finnish Work Environment Fund

## **Henkilöstön hyvinvoinnista kestävää kilpailuetua**

**Työsuojelurahaston rahoittaman kehityshankkeen #200316 loppuraportti 24.11.2021**

**Post Control Oy**

**Raportin laatijat:**

**Toni Valla, Post Control Oy**

**Lauri Peltola, Aallto Wellness Oy**

# Sisällysluettelo

<b>Tiivistelmä</b>	<b>3</b>
<b>1. Lähtötilanne kohdeorganisaatiossa ja syyt hankkeen käynnistämiseksi</b>	<b>3</b>
<b>2. Kohderyhmä</b>	<b>3</b>
<b>3. Hankkeen kuvaus, tavoitteet, merkitys, sovellettu tutkimus ja ulkopuolinen asiantuntija</b>	<b>4</b>
<b>4. Hankkeen toteutuminen ja eteneminen</b>	<b>4</b>
<b>5. Hankkeen tulokset, hyödyt ja vaikutukset</b>	<b>5</b>
<b>6. Hankkeen arviointi ja mahdolliset jatkotoimenpiteet</b>	<b>5</b>
<b>7. Viestintä ja yleinen hyödynnettävyys suomalaisessa työelämässä</b>	<b>6</b>
<b>8. Hakijan ja ulkopuolisen asiantuntijan yhteystiedot</b>	<b>6</b>

# Tiivistelmä

Hankkeella pyrittiin työkuulttuurin kokonaisvaltaiseen kehittämiseen sekä työyhteisön hyvinvoinnin parantamiseen. Hanke on kehittänyt esimiestyön laatua työntekijöiden jaksamisen parantamisen näkökulmasta ja siten tukee strategiaa henkilöstöstä tärkeimpänä voimavarana. Toteutustapana ovat olleet mm. pienryhmätyöskentely ja workshopit.

## 1. Lähtötilanne kohdeorganisaatiossa ja syyt hankkeen käynnistämiseksi

Post Control Helsinki Oy on liikkuvan kuvan ja äänen jälkituotantoon keskittynyt yritys, joka työllistää vakituisesti 25 henkilöä. Yritys toimii Suvilahdessa ja tarjoaa asiakkailleen kokonaisvaltaista jälkityön hallinnointia ja kuvan sekä äänen jälkikäsitteilyä. 80% työntekijöistä ovat artisteja, jotka toteuttavat päätetyötä ja loput tekevät yrityksen ja projektien hallintaa.

Johtuen kuvausten ja projektien kausiluonteisuudesta työmäärät tyypillisesti vaihtelevat kuukausittain ja ovat korkeampia syys-kevät kauden aikana.

Nyt haluamme löytää tehokkaita keinoja sairauksien ennaltaehkäisyyn sekä terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitoon. Olemme myös tunnistaneet tiettyjä haasteita henkilöstön hyvinvointiin liittyen ja haluamme tarjota uusia ratkaisuja näihin haasteisiin. Valittu asiantuntija Aallto Wellness Oy soveltaa positiivista psykologiaa luodakseen uudentyyppisiä kokonaisvaltaisia hyvinvointiratkaisuja.

## 2. Kohderyhmä

Hankkeen kohderyhmänä oli yrityksen koko henkilöstö.

### 3. Hankkeen kuvaus, tavoitteet, merkitys, sovellettu tutkimus ja ulkopuolinen asiantuntija

Työ on tehty yhdessä työnjohdon ja henkilöstön kesken, ja se on fasilitoitu Aallton toimesta. Hankkeen lähtökohtana olivat ennen hankkeen aloitusta tehdyt hyvinvointikyselyt. Kyselyn pohjana on käytetty Butler & Kernin kehittämää PERMA-hyvinvointikyselyä, mutta sitä on laajennettu käsittämään myös hyvinvoinnin muita osa-alueita.

Keskeisimmät hyödyt ovat olleet uusien hyvinvointikäytäntöjen rakentaminen ja juurruttaminen osaksi yrityksen kulttuuria. Organisaatiossa on tunnistettu tiettyjä hyvinvointiin ja jaksamiseen liittyviä haasteita ja hankkeen myötä näihin haasteisiin on löydetty ratkaisuja. Yhtenä lopputulemana hankkeesta syntyi yrityksen hyvinvointikäsikirja, josta löytyvät keskeisimmät keinot ja ratkaisut hyvinvoinnin systemaattiseen edistämiseen.

Aallto Wellness on hyvinvoinnin asiantuntijayritys, joka on rakentamassa uutta hyvinvointipalvelukokonaisuutta. Tämä pilottihanke on ollut tärkeä osa tuotekehitystä. Hankkeesta on syntynyt asiantuntijalle uutta liiketoimintaa.

### 4. Hankkeen toteutuminen ja eteneminen

Hankesuunnitelman mukaisesti hankkeessa toteutettiin seuraavat osa-alueet, joiden alkuperäinen aikataulu ja sisältö olivat seuraavat:

Vaihe	Alkamispäivämäärä	Päätymispäivä	Työmäärä (päiviä)	Sisältö
Kick-off	21.9.2020	21.9.2020	1,5	Henkilöstön ja johdon sitouttaminen hankkeeseen
Pienryhmätyöskentely	1.10.2020	30.11.2020	7,0	Aihepiirien käsittelyä pienissä ryhmissä
Johdon ja HR:n workshop	1.12.2020	31.12.2020	1,5	Esimies- ja johtamisnäkökulma hyvinvointiin

Koko henkilöstön konsultointi	1.1.2021	29.1.2021	1,5	Parhaiden käytäntöjen seminaari
Wrap-up	1.2.2021	19.2.2021	1,5	Tulosten julkistaminen ja henkilöstön sitouttaminen
Verkostoseminaari	24.2.2021	25.2.2021	0,5	Verkostoituminen ja kokemusten vaihtaminen

Muuten hanke toteutui suunnitelman mukaisesti, mutta koronapandemian vuoksi aikataulut venyivät.

## 5. Hankkeen tulokset, hyödyt ja vaikutukset

Hankkeesta saatiin erittäin positiivisia tuloksia, henkilöstön hyvinvointi parani kaikilla seuratuilla osa-alueilla.

Post Control Oy sai hankkeen avulla tuotua käytäntöön uusia hyvinvoinnin kulttuuria edistäviä ratkaisuja ja Aallto Wellness sai kehitettyä omaa hyvinvointiratkaisuaan, joka on otettu kaupalliseen käyttöön syksyllä 2021.

Johtuen pääsääntöisestä istumatyöstä, yksi hankkeen lähtökohdista oli henkilöstön kannustaminen liikuntaan ja aktiivisuuteen. Tällä saralla hankkeen 1. ja 2. kierroksen mittaustulokset osoittivatkin kehitystä (kestävyyskunnan paraminen 23%). Toinen - lähtökohtiin nähden yllättävämpi - hankkeen hyöty ilmeni unen laadun kehittymisellä useamman osallistujan kohdalla. Konkreettisenä tuloksena oli yksi uniapnea diagnoosi, joka löydettiin hankkeen yhteydessä käyttöön otettujen mittauslaitteistojen ja säännöllisen seurannan johdosta.

## 6. Hankkeen arviointi ja mahdolliset jatkotoimenpiteet

Hankkeella on ollut Post Controlin henkilöstön kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävä vaikutus ja se on auttanut suuresti myös Aallto Wellness Oy:n tuotekehitystä. Post Controlin ja Aallto Wellnessin yhteistyön jatkosta neuvotellaan parhaillaan. Aallto Wellness on syksyn 2021 aikana lanseerannut uuden hyvinvointiratkaisun, jonka kehitystyössä tällä hankkeella on ollut merkittävä rooli.

## 7. Viestintä ja yleinen hyödynnettävyys suomalaisessa työelämässä

Hankkeen aikana keskityttiin sisäiseen viestintään Post Controlin henkilöstölle. Loppuvuoden 2021 aikana Aallto Wellness on laatimassa kokonaisraportin toteuttamistaan pilottiprojekteista, joista Post Controlin kanssa toteutettu hanke oli yksi. Raportille pyritään saamaan mahdollisimman laaja medianäkyvyys ja siinä korostetaan yhteistyötä Työsuojelurahaston kanssa

Suomalainen työelämä tulee hyötymään hankkeesta jatkossa Aallto Wellness Oy:n kehittämän uuden hyvinvointiratkaisun muodossa.

## 8. Hakijan ja ulkopuolisen asiantuntijan yhteystiedot

Post Control Oy, Toni Valla, [toni.valla@postcontrol.fi](mailto:toni.valla@postcontrol.fi), puh 050 3000224

Ulkopuolisen asiantuntijan yhteystiedot: Aallto Wellness Oy, Lauri Peltola, [lauri.peltola@aallto.com](mailto:lauri.peltola@aallto.com), puh 045 1498271