



MEHILÄINEN

TYÖHYVINVOINTIA  
LIKUNNAN KEINOIN

Johanna Tokola  
Liikunta- ja  
työhyvinvointipäällikkö

Mehiläinen Oy



# MEHILÄINEN LYHYESTI



Mehiläinen on tunnettu ja arvostettu yksityinen sosiaali- ja terveyspalveluiden tuottaja, joka toimii Suomessa, Virossa, Ruotsissa ja Saksassa.

**Kokonaisvaltaiset sosiaali- ja terveyspalvelut** yksityis- ja yritysasiakkaille, vakuutusyhtiöille sekä julkisten palveluiden järjestäjille Suomessa sekä Meliva-brändillä Virossa, Ruotsissa ja Saksassa. Tytäryhtiö BeeHealthy tarjoaa terveydenhuollon ohjelmistopalveluita Euroopan, Lähi-idän ja Afrikan alueilla. Kansainväliseen rekrytointiin keskittyvä tytäryhtiö Healthcare Staffing Solutions (HSS) toimii Aasiassa.



Työntekijöitä ja  
ammatinharjoittajia  
**37 000**



Yksiköitä  
**840**



Asiakkaita koko  
Mehiläisessä  
**2,1 milj.**



OmaMehiläisen  
käyttäjiä  
**1,8 milj.**



Liikevaihto,  
milj. euroa  
**1 850,2**



Liikevaihdon  
kasvu  
**13,3 %**

# KATTAVAT PALVELUT ERI ASIAKASRYHMILLE



Mehiläinen tarjoaa Suomessa 114 vuoden kokemuksella kokonaisvaltaiset sosiaali- ja terveyspalvelut.

Panostamme toiminnassamme digitalisaation mahdollisuuksiin, hoidon ja hoivan vaikuttavuuteen ja laatuun kaikilla liiketoiminta-alueillamme.

## Yksityiset terveyspalvelut

- Lääkäripalvelut
- Diagnostiikka
- Sairaalat
- Suun terveydenhuolto
- Työelämäpalvelut
- Psykoterapia ja mielenterveyspalvelut
- Fysioterapia ja hyvinvointipalvelut
- Digitaaliset terveyspalvelut

## Julkiset terveyspalvelut

- Vapaan asiakasvalinnan terveysasemat
- Perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon ulkoistukset ja ostopalvelut
- Etä- ja digipalvelut
- Julkinen suun terveydenhuolto
- Henkilöstöpalvelut
- Kotipalvelut ja kotihoidon tukipalvelut
- Terapia- ja kuntoutuspalvelut

## Sosiaalipalvelut

- Ikääntyneiden asumispalvelut
- Mielenterveys- ja päihde-kuntoutujien asumispalvelut
- Vammaisten asumispalvelut
- Lastensuojelupalvelut

# MERKITYKSELLISTÄ TYÖTÄ AMMATTILAISILLE

Mehiläinen työllistää alati kasvavan joukon sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia.

Mehiläinen on yksi Suomen suurimmista yksityisistä työnantajista ja haluamme olla alan houkuttelevin työpaikka sekä ammattilaisten että opiskelijoiden parissa.

Tavoitteenamme on olla työpaikkana tunnettu erinomaisesta laadusta, mielenkiintoisista työtehtävistä ja parhaista ihmisistä. Samalla Mehiläisen tavoitteena on olla työpaikka, jossa jokaisella on hyvä olla.



Työntekijöitä ja ammatinharjoittajia yhteensä yli

**37 000**



Lääkäreitä noin

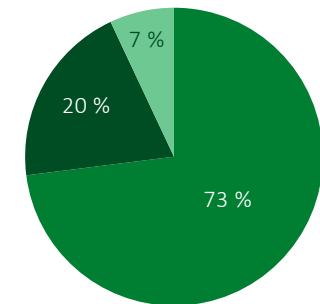
**7 400**

joista ammatinharjoittajia **4 900**

**4,4/5**

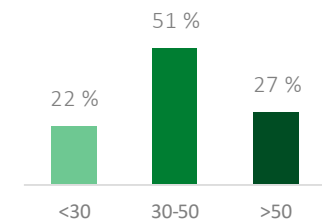
Yhdenvertaisuuskyselyn tulos (vastaajia yli 2 800)

## Henkilöstöryhmät



- Hoito- ja avustava henkilöstö
- Lääkärit ja hammaslääkärit
- Esihenkilöt ja tukipalvelut

## Ikäjakauma





**MEHILÄINEN  
LIIKKUU**



- HYVINVOINTI
- TYÖVOIMAN RIITTÄVYYS
- VETOVOIMA & PITOVOIMA
- SAIRAUSPOISSAOLOT
- TYÖKYKY

# MEHILÄINEN LIIKKUU – HYVINVOINTIA LIIKUNNAN KEINAIN

## Etätunnit kaikille

- \* Pilates, Kehonhuolto, taukojummat

## Luennot ja projektit

- \* asiantuntijuus, viestintä, yhteistyöprojektit

## Kampanjat

- \* HeiaHeia

## Omatoiminen liikunta

- \* Kokoa porukka ja järjestäkää itse!

## Konsernihallinnon tunninit

- \* Juoksukoulut, spinning, tiimitunnit, johtoryhmä

## Edut:

Virike-, hammas- ja hierontaetu

Yhteistyökumppanit

## Mehiläinen liikkuu –sivusto

- \* Liikuntakirjasto
- \* Luennot
- \* Juoksukoulu

## Tulossa:

Liikuntalähettiläät  
Työsuojeluvaltuutettujen rooli liikunnan edistäjinä

## Tulossa:

Pilottiryhmä liikunnan vasta-alkajille



## TAVOITE VUODELLE 2024: MEHILÄISET LIKKUVAT TERVEYSSUOSITUSTEN VERRAN

*”Liikun terveyteni kannalta riittävästi eli vähintään 2h 30 min viikossa reippaasti tai 1h 15 min rasittavasti. Lihaskuntoa ja liikehallintaa tulisi harjoittaa vähintään 2 kertaa viikossa.” (UKK-instituutti)*

Henkilöstötutkimuksessa vuotuinen kysymys vuosittain.  
Aktiivisuus kasvanut 2021 → 2023.

Teema esillä vuoden 2023-24 ajan





IN

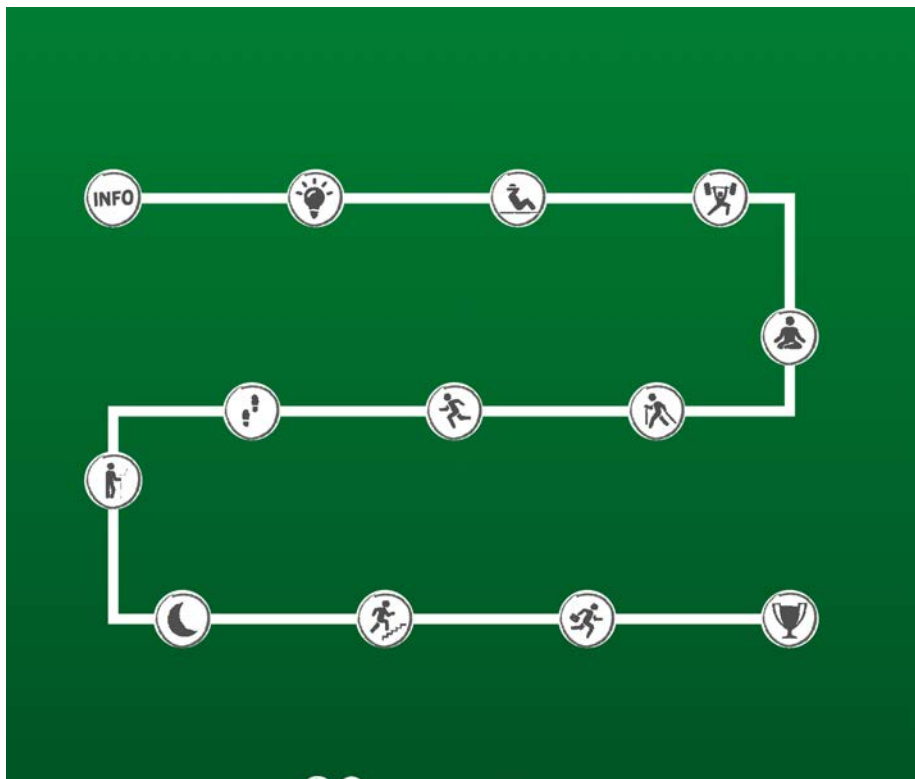
LIIKUNTA-  
HAASTE



# MEHILÄINEN LIIKKUU



# LIIKUNTAA LÄPI VUODEN



## Vuoden kestävä liikuntahaaste koko henkilöstölle!

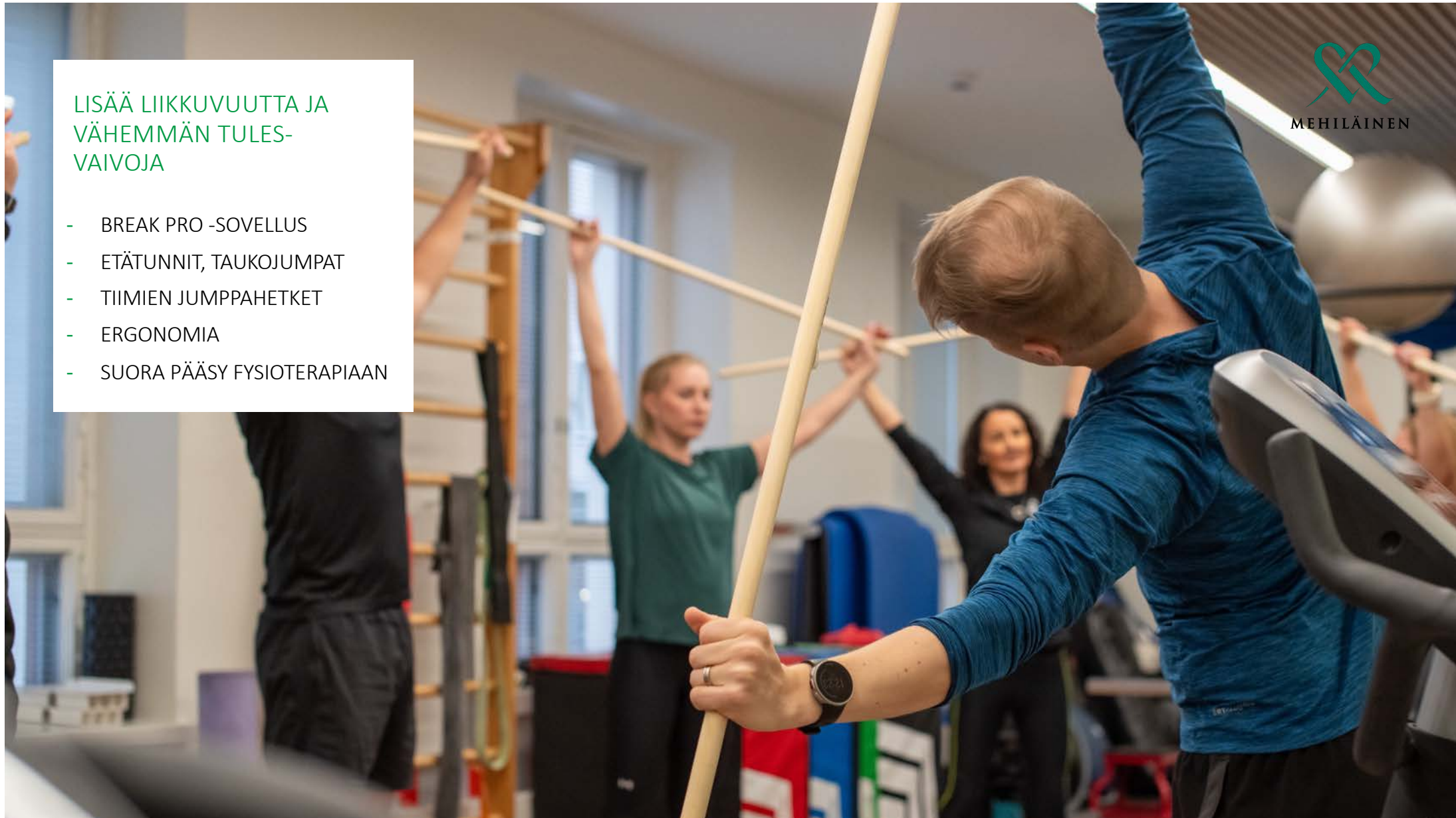
- Kannustaa liikkumaan vähintään liikuntasuosituksen määrän viikossa läpi vuoden.
- Pitää yllä sosiaalista liikkumista ja muiden kannustamista.
- Auttaa osallistujia hahmottamaan omia liikuntamääriään ja liikunnan monipuolisuutta.
- 115-vuotiaan Mehiläisen työntekijät ovat elämänsä kunnossa vuonna 2024!

## Miten?

- Pelillinen kuntokortti HeiaHeia-sovelluksessa.
- Tavoitteena liikkua vähintään 20 min päivässä vuoden ajan.
- Matkalla on välitavoitteita, joista avautuu tietoa liikuntasuosituksista
- Kampanjan aikana arvotaan kolme kertaa palkintoja aktiivisten kesken.
- Maaliin päässeet huomioidaan!

## LISÄÄ LIKKUVUUTTA JA VÄHEMMÄN TULES- VAIVOJA

- BREAK PRO -SOVELLUS
- ETÄTUNNIT, TAUKOJUMPAT
- TIIMIEN JUMPPAHETKET
- ERGONOMIA
- SUORA PÄÄSY FYSIOTERAPIAAN





MEHILÄINEN

VUODESTA 1909



MEHILÄINEN

KIITOS!

Johanna Tokola

Liikunta- ja  
työhyvinvointipäällikkö

[johanna.tokola@mehilainen.fi](mailto:johanna.tokola@mehilainen.fi)

