

Hyvä lehdistön edustaja,

UKK Terveyspalvelut Oy on mukana Työhyvinvointi 2016 -messuilla. Osastomme sijaitsee A-hallissa paikalla A1117.

Esittelemme messuilla uutta UKK -instituutin kanssa yhteistyössä kehittämäämme interaktiivista liikemittaria. Tervetuloa vierailemaan osastollamme!

Tiedote 7.9.2016**INTERAKTIIVINEN LIIKEMITTARI JA EXSED -PALVELU**

Interaktiivinen liikemittari näyttää yhdessä ExSed-sovelluksen kanssa mitattua tietoa liikkumisesta, paikallaanolosta ja unesta (uni tulossa loppuvuodesta 2016). Tämän lisäksi liikkumis- ja paikallaanolo profiilia verrataan diabeetikoiden ja sydänpotilaiden profiiliin. Palvelukokonaisuus on suunnattu yritysten ja yhteisöjen käyttöön.

Palvelu sisältää:

- liikemittari sovituksi ajaksi (esim. 3x1 kk jaksot 12 kk aikana) osallistujien henkilökohtaiseen käyttöön
- liikemittari yhteydessä käyttäjän älypuhelimien kanssa
- tavoitteiden asettaminen ja seuranta
- päivittäinen mittarin antama palaute liikkumisesta, paikallaanolon määrästä ja unesta (unianalyysi liitetään palveluun loppuvuodesta 2016)
- henkilökohtainen sekä ryhmäkohtainen raportointi pilvipalvelusta

Raportista voidaan tulostaa mm. seurattavia muuttujia:

- paikallaanolo ja liikkuminen
- uni ja palautuminen

Tulossa myöhemmin:

- kunto ja sen seuranta: mahdollisuus tehdä 6 minuutin kävelytesti
- energiankulutus ja painonhallinta

Mittauksista saatuja tuloksia voidaan käyttää mm.

- liiallisen istumisen purkamiseen
- osallistujien arkiaktiivisuuden lisäämiseen
- terveysriskien arvioimiseen
- työtehtävien suunnitteluun ja jaksottamiseen

Tulokset palvelevat myös työterveyshuoltoa ja yhteenvedojen muodossa koko organisaatiota

Mittariin liitetyt palvelut kolmella tasolla asiakkaan tarpeiden mukaan**paikallaanolo, liikkuminen ja uni -näkökulmista;**

- 1) Yhteistyö työterveyshuollon kanssa
- 2) Kohdennetut liikemittaukset ja henkilökohtainen ohjaus eniten istuville ja vähiten liikkuville
- 3) Yrityksen koko henkilökuntaan kohdistuvat selvitykset ja seurannat tarpeellisine toimenpiteineen

Lisätiedot ja yhteydenotot:

- tuotepäällikkö Ari Mänttari, puh. puh 03 282 9334, ari.manttari@ukkterveyspalvelut.fi
- toimitusjohtaja Katri Erkkilä, puh 03 282 9334, katri.erkkila@ukkterveyspalvelut.fi



UKK-instituutti edistää väestön terveyttä ja toimintakykyä liikunnan ja muiden terveellisten elintapojen osalta tutkimus-, viestintä ja koulutustyöllään.

UKK Terveyspalvelut Oy on UKK-instituutin yhteydessä toimiva terveyden, terveysliikunnan ja hyvinvoinnin palveluita tuottava yhtiö.

