



YRITYKSEN HYVINVOINTIKORTIT

Päivi Rahmel



© Metropolia Ammattikorkeakoulu, 2023

Julkaisija: Metropolia Ammattikorkeakoulu

Tekijä: Päivi Rahmel

Graafikko: Krista Jännäri

Kuvat: Krista ja Teuvo Jännäri, Mainospalvelu Kristasta Oy

Metropolia Ammattikorkeakoulun julkaisu

OIVA-sarja 59

Helsinki 2023

ISBN 978-952-328-393-0 (printti)

ISSN 2490-2047 (printti)

ISBN 978-952-328-394-7 (pdf)

ISSN 2490-2055 (pdf)



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

YRITYKSEN HYVINVOINTIKORTIT

Pelaa itsellesi ja yhteisöllesi hyvinvointia. Kortit mahdollistavat keskustelua ja herättävät yhteistä tietoisuutta hyvinvoinnin tärkeydestä yritystoiminnan arjessa. Toivottavasti ne aktivoivat myös toimintaan ja ylläpitävät asiaan liittyvää aktiivisuutta. Parhaimmillaan ne vahvistavat hyvää ilmapiiriä, yhteisöllisyyttä ja yrityksen sosiaalista pääomaa. Keskustelu on olennainen osa hyvinvoivan yhteisön toimintatapaa. Tässä yksi mahdollisuus sen tukemiseen.

Korttien kuviksi on valittu luontoaiheet, koska luonto lienee yksi voimakkaimista hyvinvoinnin tukijoista. Luonto voi antaa uuden näkökulman myös yrityksen hyvinvointiin ja tarkentaa esillä olevaa asiaa herättelevällä tavalla. Lisää luovuutta ja yrityksen resilienttiä kykyä elää jatkuvassa muutoksessa. Opi kysymään sitä, mitä kulloinkin on tärkeä kysyä. Silloin olet hereillä ja osaat kohdentaa toimintasi olennaisiin asioihin. Voit vastata kunkin ajan nostamiin kysymyksiin tarkoituksenmukaisella tavalla.

Kortit ovat syntyneet ESR-rahoitteisen Eloisa-hankkeen suojissa Metropolia Ammattikorkeakoulun lehtorin Päivi Rahmelin, yhden hankkeeseen liittyneen valmentajan toimesta. Korttien visuaalisen ilmeen on suunnitellut Krista Jännäri. Hanke on toteutettu Metropolia Ammattikorkeakoulun sekä Laurea ammattikorkeakoulun yhteistyössä vuosina 2022–2023. Sen on rahoittanut Euroopan sosiaalirahasto. Toiminnan tavoitteena oli vahvistaa pienten ja keskisuurten yritysten hyvinvointia ja avata taiteen mahdollisuuksia hyvinvoinnin ja yrityksen kehittämisen apuna.



OHJEITA PELAAMISEEN

Korteilla voi pelata, kuten normaaleilla pelikorteillakin, mutta parhaimmillaan ne kutsuvat pelaajat hyvinvointikeskusteluihin. Alla muutamia vaihtoehtoja pelitapoihin:

- 1) Kukin nostaa pinosta vuorotellen jonkun kortin, johon kortin nostaja tai vaihtoehtoisesti kaikki pelaajat vastaavat.
- 2) Kortit jaetaan pelaajien kesken. Jokainen valitsee korteistaan hyvinvointinsa kannalta kiinnostavimmat kysymykset ja kertoo toisille niihin liittyvät vastaukset.
- 3) Pelaajat kysyvät toisiltaan kysymyksiä, joihin haluavat kuulla muiden vastauksia.
- 4) Pelaajat valitsevat kortin, jonka kysymykseen kukin vastaa.

Jatka peli-ideoiden keksimistä niin, että ne parhaiten palvelevat sinun tai yhteisösi hyvinvoinnin edistämistä.



Yksilö



Yhteisö



Johtaminen



Kehittäminen

*Neljä maata,
neljä näkökulmaa
yrityksen
hyvinvointiin.*

1

KOTKANSIIPI (Matteuccia struthiopteris)



Mikä saa sinut voimaan hyvin?
Miten voit juuri nyt?

2

KOTIPILLAJA (Sorbus aucuparia)



Mikä on ensimmäinen varoitusääni hyvinvointisi heikentyessä? Mitä silloin teet?

3

NÄSIÄ (Daphne mezereum)

Mitä ainakin teet oman
työhyvinvointisi eteen?



4

KOREANPIHTI (Abies koreana)

Minkä tiedät edesauttavan
hyvinvointiasi, mutta
et saa sitä tehdyksi?





SUDENMARJA (*Paris quadrifolia*)

Milloin olet voinut parhaiten
omassa työssäsi?





MASMALO (*Anthyllis vulneraria*)

Miten irtaudut työstäsi?



7

KÄPYKUUSI (Picea abies 'Acrocona')

Mikä on mieluisinta, mitä voit tehdä vapaa-ajallasi?





METSÄVAHTERA (Acer platanoides)

Milloin olet viimeksi käynyt
terveystarkastuksessa, ja mitä
se kertoi hyvinvoinnistasi?





KORPIKAISLA (*Scirpus sylvaticus*)

Kuka huomaa ensimmäisenä,
miten voit työnteisössä?



10

Mikä on ollut ja mikä on nyt
palkitsevinta omassa työssäsi?

SEITTTAKAINEN (*Arctium tomentosum*)





KALLIOIMARRE (Polypodium vulgare)

Mikä on sinun osuutesi
työpaikallasi tehtävän
sosiaalisen hyvinvoinnin
ylläpitämisessä?



12

NIITTYLEINIKKI (*Ranunculus acris*)

Miten pystyt rajaamaan
työtäsi? Milloin viimeksi
ja miten rajasit työtäsi?



13

SANANJALKA (Pteridium aquilinum)

Minkälaiset haasteet
lisäävät hyvinvointiasi?





LEHTIKUUSI (Larix)



Mistä unelmoit työelämässäsi?

1

HUNNAJAKUKKA (*Phacelia tanacetifolia*)

Mitä työpaikallasi tehdään
hyvinvoinnin ylläpitämiseksi?





SANANJALKA (Pteridium aquilinum)

Kuka työpaikallasi
välittää sinun tai toisten
hyvinvoinnista?





KALLIOIMARRE (Polypodium vulgare)

Mitä hyvinvointipalveluja
voitte organisaatiossanne
käyttää?





SINIUUOKKO (*Hepatica nobilis*)

Mikä työpaikallasi tehty
hyvinvointiteko on jäänyt
mielesi, ja miten se vaikutti
sinuun tai teihin?





AURINGONKUKKA (*Helianthus annuus*)

Mikä on parasta
työyhteisössä?





VADELMA (Rubus idaeus)

Minkä tekemistä yhteisössänne arvostetaan?





VARJOLILJA (Lilium martagon)

Miten palkitsette
hyvästä toiminnasta?





PIHASYREENNI (*Syringa vulgaris*)

Miten kohtaatte konflikteja?





KAPEAOSMANKKÄÄMI (Typha angustifolia)

Jos teille tulee konflikti,
mihin aiheeseen se
todennäköisesti liittyy?



10

KANADANVUOKKO (*Anemone canadensis*)

Minkä haasteen olette onnistuneet yhdessä ratkaisemaan, miten se mahdollistui ja mitä ratkaiseminen mahdollisti?



11

METSÄMÄNTY (*Pinus sylvestris*)



Miten huomioitte yhteisöönne saapuvat ja sieltä lähtijät?



12

EUROOPANPÄHKINÄPENSAS (Corylus avellana)

Millainen muisto sinulle jää nykyisestä työyhteisöstäsi?



13

METSÄKURJENPOLVI (*Geranium sylvaticum*)

Keneltä olet saanut
apua ja mihin?





KESÄKURPITSA (Cucurbita pepo)

Mitä kerrot muille
työpaikastasi?





LEHTIKUUSI (Larix)

Miten kuvaisit työpaikkasi
johtamisen tapaa?





SERBIANKUUSI (Picea omorika)

Mikä johtamisteko on sinusta ollut merkittävä sinun työssäoloaikasi?



3

TARHAKYLMÄNKUKKA (*Pulsatilla vulgaris*)

Mitä johtamisessa voitaisiin
sinun mielestäsi vielä
parantaa?





PIPARJUURI (*Armoracia rusticana*)

Mikä on joskus häirinnyt sinua
siinä, miten sinua johdetaan?





5

TARHAMALITSA (*Atriplex hortensis*)

Mikä olisi parasta, mitä
työyhteisöllesi voisi tapahtua?





MEISÄTULPPAANI (Tulipa sylvestris)

Miten päätöksiä tehdään
työyhteisössäsi?





SUOVEHKA (*Calla palustris*)

Miten toivoisit päätöksiä
tehtävän yrityksessänne?





KRUUNUTIKANKONTTI (*Cypripedium reginae*)



Mistä haluat kiittää johtajaasi?



KOTIPUHLAJA (*Sorbus aucuparia*)

Mitä askeleita näet yrityksesi
kehittämishistoriassa?





10

TUOHITUOMI (Prunus maackii)

Miten johtajuutta
jaetaan yrityksessänne?





VUORIMÄNTY (Pinus mugo)

Minkäläiseen toimintaan
kiinnität huomiota
johtamisessa?



12

VALKOVUOKKO (*Anemone nemorosa*)

Mikä johtamisen tavassa
vaikuttaa eniten sinuun?





TAMMI (Quercus robur)

Mitä haluat toivoa tai
toivottaa johtajallesi?





PUNAVAAHTERA (*Acer rubrum*)

Mikä on unelmasi
johtajuudesta?



KOIVU (Betula)

1

Miten yrityksessäsi
suhtaudutaan kehittämiseen?



2

Miten sinä ymmärrät
kehittämisen merkityksen
yrityksen menestymisen
kannalta?

HEVOSKASTANJA (*Aesculus hippocastanum*)



3

SINIUVOKKO (*Hepatica nobilis*)

Mitä yrityksessäsi on kehitetty?



4

VUORIJALAVA (*Ulmus glabra*)

Missä kehittämistoimen-
piteissä yrityksesi on
onnistunut?



5

OMENA (Malus domestica)



Keille kuuluu yrityksen
kehittäminen, ja miten he ovat
tehtävänsä hoitaneet?

6

Minkä kehittäminen on heikoimmalla tolalla tai jää helposti unohtuiksi yrityksessäsi?

KIELO (Convallaria majalis)



7

NEIDONKIELI (*Echium vulgare*)

Miten organisaatiosi on verkostoitunut, ja miten se vaikuttaa arjessasi?





8

HAAVANKELTAJÄKÄLÄ (Xanthoria parietina)

Keiden kanssa yhteistyön tekeminen olisi innostavaa, tärkeää ja hyödyllistä?



9

NOKKONEN (*Urtica dioica*)

Mikä yhteiskunnallinen tai
maailmanpoliittinen keskustelu
liittyy organisaatioonne?



10

KIRJOPILLIKE (*Galeopsis speciosa*)



Miten kestävä kehitys koskettaa yritystänne ja miten se näkyy toiminnassanne?

11

KOIVU (Betula)

Mitä uutta olet tehnyt
viimeisen kahden vuoden
aikana?



12

PIIKKIOHDAKE (*Cirsium vulgare*)



Missä tehtävissäsi
käytät/käytätte luovuuttanne?

13

VOIKUKKA (Taraxacum)

Miten yrityksesi osallistuu yhteiskuntavastuun toteuttamiseen?





KOTKANSIIPPI (Matteuccia struthiopteris)

Minkälainen kehittäminen
luo hyvinvointia?

