



Fitatalino

Ментальное и физическое благополучие сотрудников

- Профилактика выгорания кадров
- Увеличение производительности труда
- Уменьшение количества больничных дней

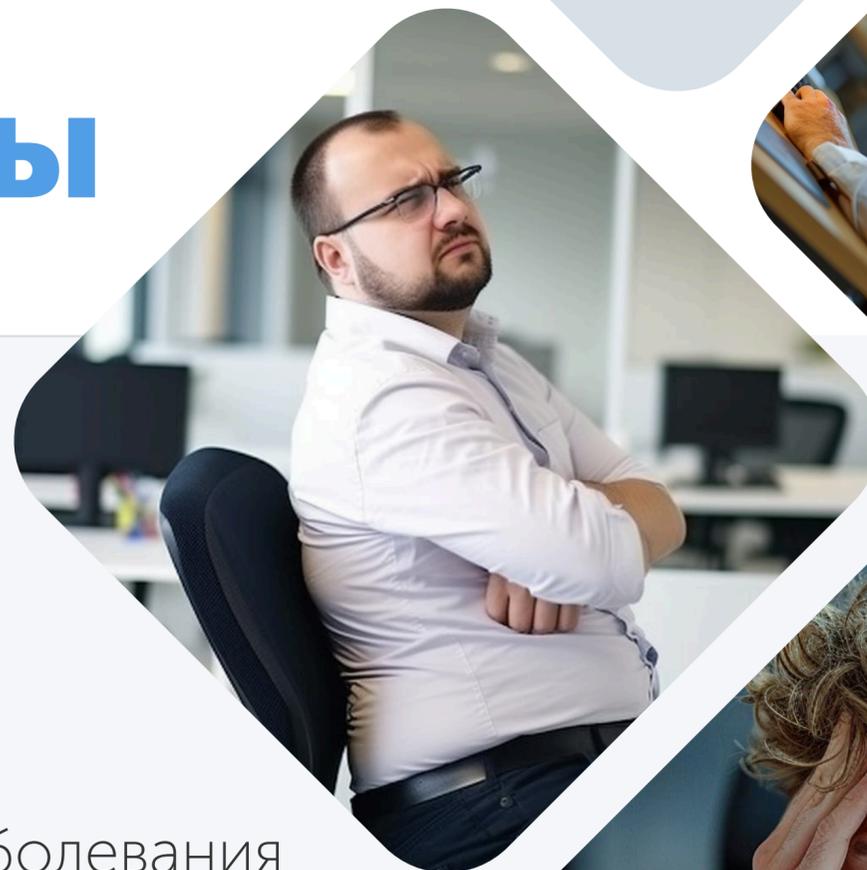


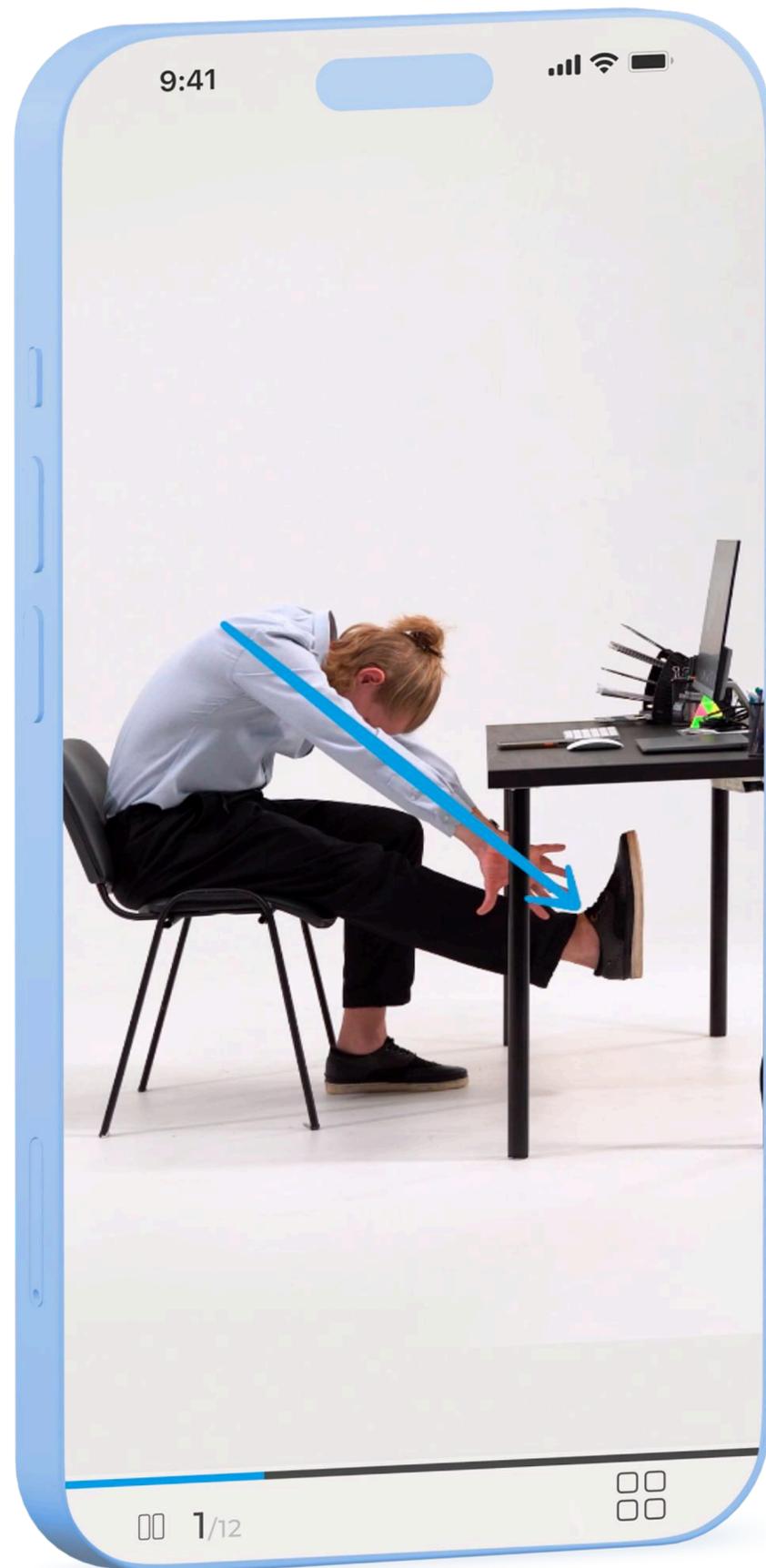
Последствия офисной работы

- Выгорание
- Ухудшается зрение
- Стресс и депрессия
- Головные боли, сердечно-сосудистые заболевания
- Повышенная раздражительность

Итог? Низкий уровень производительности.

Высокий уровень текучести кадров и выхода на больничный!





Есть решение!

Fitalino

- Шаг 1.** Сотрудники устанавливают приложение на телефон или на компьютер и по расписанию получают уведомления с просьбой уделить несколько минут своему здоровью.
- Шаг 2.** «Fitalino» индивидуально подбирает комплекс упражнений для каждого сотрудника, показывает, как правильно выполнять гимнастику **для тела, глаз и дыхания** за рабочим местом.
- Шаг 3.** Внедрены механики для предупреждения выгорания, преодоления конфликтных ситуаций, комплексы на удержание сотрудника от увольнения.

Исследования показывают,

что системная физическая активность:



Увеличивает производительность на **5%**,

(Источник: Sarah Nightingale, University of California, Riverside, 2017)



Значительно снижает число прогулов и больничных дней

(BMC Public Health 19, 2019)



Снижает уровень стресса и депрессии до **30%**

(Источник: Департамент здравоохранения и социальной защиты <https://gov.uk>, 2024)



Снижает уровень травматизма на работе до **15%**

(Источник: Отдел общественного здравоохранения Университета Турку, Финляндия, 2024)

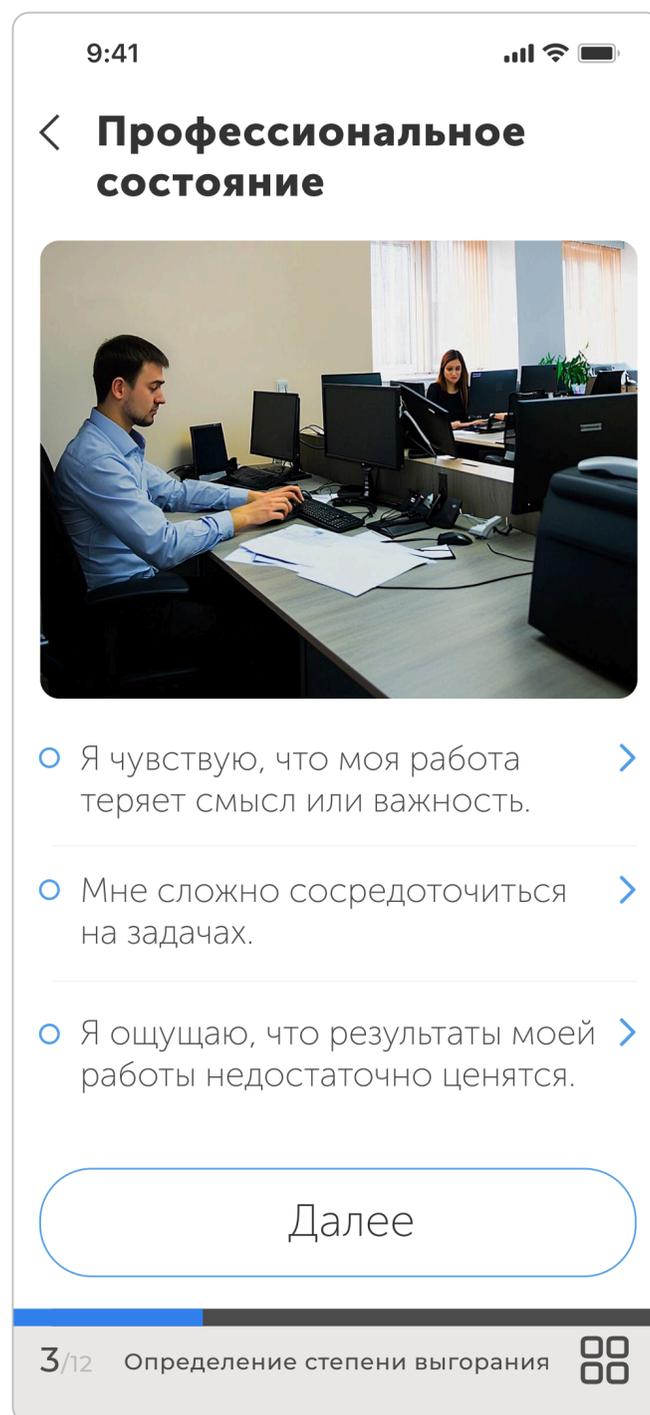


Снижает вероятность болезней сердечно-сосудистой системы до **35%**, остеохондроза до **25%**, зрения и т.д.

(Источник: Департамент здравоохранения и социальной защиты <https://gov.uk>, 2024)



Ментальное здоровье — это важно!



- ✓ Один из главных трендов — это забота о психическом состоянии сотрудников.
- ✓ Сотрудники получают индивидуальные рекомендации, которые помогают преодолевать периоды кризисов.
- ✓ HR видит общий индекс ментального и физического состояния персонала
- ✓ Ежеквартально добавляем новый функционал по рекомендациям наших клиентов.

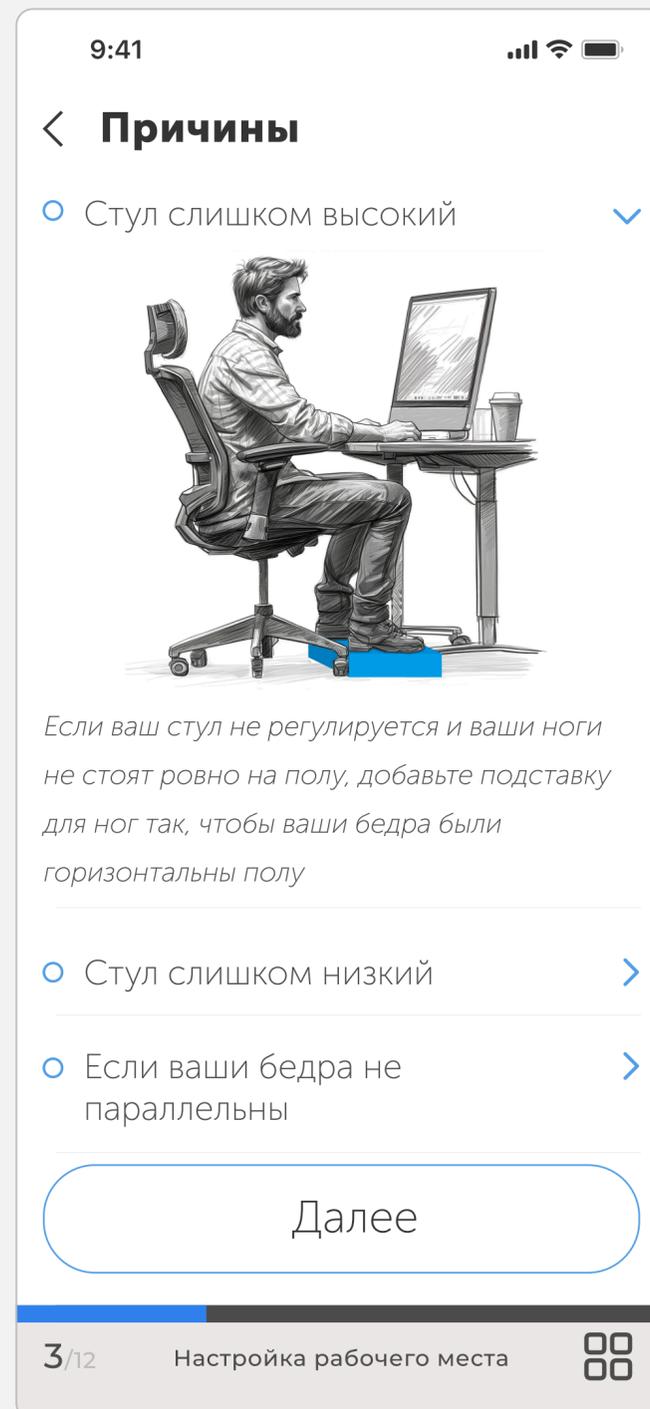
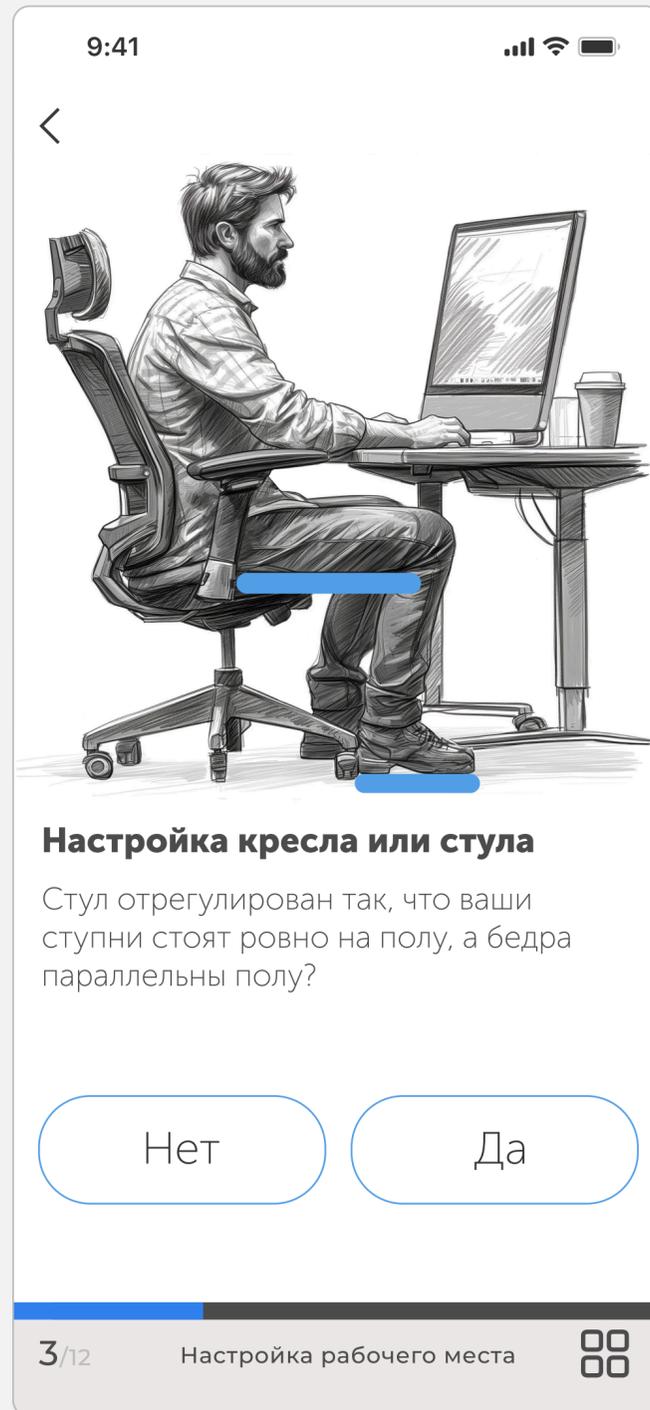
Уникальная программа

- Индивидуальный подбор упражнений для каждого сотрудника, который **учитывает пол, возраст, условия работы.**
- Не требует тренажеров и турников.
- Можно выполнять прямо за рабочим местом, даже в строгом костюме или миниюбке.



Индивидуальное тестирование

для правильной организации рабочего места, предупреждения выгорания и т.д.

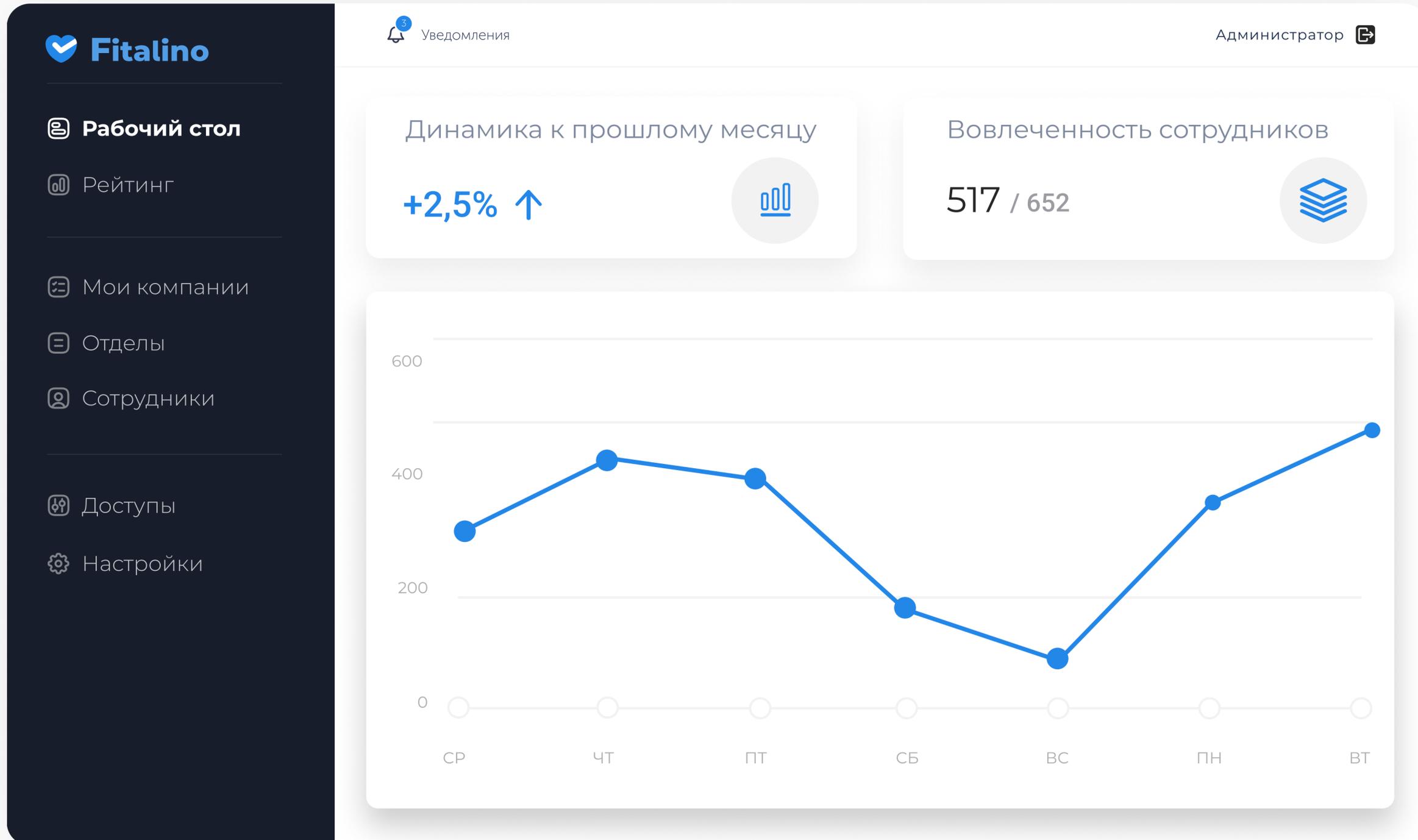


По итогу прохождения теста меняется алгоритм рекомендации.

Например, если выявлено, что высота монитора находится ниже рекомендуемого уровня, то программа предлагает чаще выполнять упражнения для профилактики болезней в шейной зоне.

Панель управления

для контроля и анализа эффективности



Награждение

- Сотрудники получают баллы за активности (выполненные упражнения, шаги, прохождение теста) и соревнуются между собой.
- Победителям месяца в Панели управления автоматически формируются красочные именные дипломы.
- Компания самостоятельно решает, как дополнительно поощрить лучших сотрудников. Чаще всего, наши клиенты, отправляют победителей месяца в spa / хоккей, добавляют дополнительные дни к отпуску.



Замеряем результаты



Экономическая
эффективность

9% Снижение средней
продолжительности
больничных листов

34% Отметили рост
производительности после
внедрения программы



Профессиональное
долголетие сотрудников

11% Нормализовали давление,
снизили массу тела или
отказались от курения

73% Из активной группы
занимающихся отметили
улучшение своего состояния



Лояльность
сотрудников

57% Высоко оценили заботу
компании

18% Активно участвуют в жизни
клубов по интересам,
созданных в программе.

В компании становится больше энергичных людей и меньше уходов на больничный.

Готовы провести презентацию

Посетим вашу компанию или удаленно проведем в видео формате



демо-версия приложения

fitalino.com

+7 927 948 55 66

info@fitalino.com