



2018-07-03 10:00 EEST

Cramo sheippaa henkilöstöään – Kehitysohjelmilla uutta virettä työntekoon

Cramo käynnisti toukokuussa 2018 Shape Yourself 2020 -ohjelman, jolla kannustetaan henkilöstöä liikkumaan. Onnistumisesta palkitaan ruhtinaallisesti: tavoitteeseen päässeille luvassa viikon palkallinen loma.

Loppuvuodesta 2017 Cramolla pohdittiin, miten henkilöstön jaksamista ja hyvinvointia voitaisiin tukea uudella tavalla. Cramolla on perinteisesti sponsoroitu monenlaista liikuntaa mm. tukemalla nuoria urheilijoita vuosittain vaihtuvalla edustuksella Cramon Urheiluakatemiaan. Kilpailuajatuksella lähti käyntiin myös Shape Yourself -kampanja, jossa

pisteitä keräämällä voi voittaa palkallista lomaa. Shape Yourself -projekti on jatkoa vuoden alussa startanneelle Savuton Cramo 2020-projektille, jossa kannustetaan luopumaan nikotiinista.

Molempien projektien palkintona on kilpailuajanjakson jälkeen viikon mittainen palkallinen loma. Cramolainen voi halutessaan osallistua molempiin projekteihin, mutta pääpalkinnon saa vain toisesta. Toki tavoite ja suurin hyöty osallistujalle ovat muuttuneet elämäntavat, jotka kannattelevat sekä työssä, että vapaa-ajalla.

Shape Yourself -projektin tavoitteena on, että liikuntamäärä vuodessa on vähintään 120 tuntia. Tämä tarkoittaa viikossa keskimäärin 2,5 tunnin liikkumista. Liikunnaksi lasketaan kaikki sellainen liikunta, joka nostaa sykettä, hengästyttää ja hikoiluttaa. Liikunnan tulisi kestää yhtäjaksoisesti ainakin 30 minuuttia.

Liikunnan mittaamiseen valittiin Ilmarisen tarjoama Parempi Vire -sovellus, johon liikuntasuoritukset kirjataan päivittäin tai viikoittain. Toisia ohjelmassa mukana olevia voi seurata ja kannustaa sovelluksessa, joka jo itsestään on innostanut monia.

"On ollut mukava huomata kuinka innostuneesti Cramolaiset ovat lähteneet mukaan näihin projekteihin. Yli 200 Cramolaista on mukana Shape Yourself 2020-projektissa. Parempi Vire -sovellus mahdollistaa sosiaalisen kanssa käymisen ja kannustamisen työkavereiden kanssa. Olen myös itse innostunut uudestaan liikunnasta ja muiden liikuntasuoritusten seuraaminen tsemppaa omaa liikkumistani," kertoo henkilöstöpäällikkö **Jaana Suomi**.

Cramo tukee yrityksenä monenlaista liikuntaa (mm. Naisten Kymppi, Midnight Run, Tough Viking -estejuoksukilpailu) mutta myös henkilöstö on itse ollut aktiivisesti perustamassa erilaisia liikuntakerhoja- ja porukoita. Cramolta löytyy mm. oma jääkiekkojengi, Cramo Ski Club sekä Cramo Hiking Club.

Lisätietoja:

Jaana Suomi, henkilöstöpäällikkö, Cramo Finland Oy, p. 050 310 0880
jaana.suomi@cramo.com

Cramo on Euroopan suurimpia vuokrausalan yrityksiä, joka on erikoistunut kone- ja laitevuokraukseen, vuokraukseen liittyviin palveluihin sekä siirtokelpoisten tilojen vuokraukseen. Cramo toimii 12 maassa ja sillä on noin 300 toimipistettä. Cramolla on noin 2 500 työntekijää, ja vuonna 2017 konsernin liikevaihto oli 729,5 miljoonaa euroa. Cramo on listattu Nasdaq Helsinki Oy:ssä. Lue lisää: www.cramogroup.com, www.twitter.com/cramogroup

Cramo is one of the largest rental services companies in Europe specialising in construction machinery and equipment rental and rental-related services as well as the rental of modular space. Cramo operates in about 300 depots in twelve countries. With a group staff around 2,500, Cramo's consolidated sales in 2017 was EUR 729.5 million. Cramo shares are listed on Nasdaq Helsinki Ltd. Read more: www.cramogroup.com, www.twitter.com/cramogroup

Yhteyshenkilöt



Tuomas Myllynen
Lehdistökontakti
Toimitusjohtaja
Cramo Finland Oy
tuomas.myllynen@cramo.com
040 549 2311



Kaisa Tiira-Vahala
Lehdistökontakti
Markkinointipäällikkö
Markkinointi & PR
kaisa.tiira-vahala@cramo.com
+358 40 768 4652