



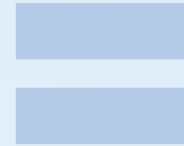
Wellmo

SMARTER WELLNESS DECISIONS

Hyvinvointi-
päiväkirja



Yhteinen
näkömä &
työkaluja
hyvinvointi-
ohjelmaan



Wellmo



UUTTA!
Stressi &
Fiilis

Wellmon mittarit



Arkiaktiivisuus
(askeleet/päivä)



Paino &
painoindeksi



Liikunta
(kesto & kalorit)



Uni
(tuntia/yö)



Verenpaine
(yläpaine/alapaine)



Vyötärön-
ympäryys



Alkoholin
kulutus
(annosta/viikk
o)



Tupakointi
(savuketta/päi
vä)



Oma mittari:
Onnistuminen,
olotila



Oma mittari:
Muistutus
hyvinvointiteosta

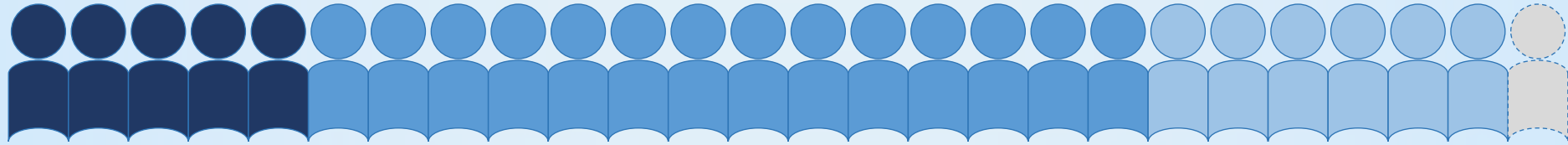
Wellmo toimii monille käyttäjäryhmille



Yhteinen näkymä työyhteisön hyvinvointiin



Ensimmäinen työkalu noviiseilla ja täydentävänä työkalu edelläkävijöillä



Aktiivisia hyvinvointiteknologian käyttäjiä

Kiinnostuneita hyvinvoinnista, eivät aktiivisia hyvinvointiteknologioiden käyttäjiä

Passiivisia hyvinvointinsa suhteen

“Not evers”

Hyvinvointiohjelmien pääkohderyhmä

Wellmo

Kiitos!

