

YRITTÄJIEN HYVINVOINTIVERKOSTO ETELÄ-SAVO (HYVYKKI)

Mikkeli

Yrityksen / organisaation nimi	Yhteyshenkilön nimi	Yrityksen / organisaation kotisivut	Yrityksen / organisaation sähköpostiosoite	Yhteyshenkilön puhelinnumero	Yrityksen / organisaation paikkakunta
T:mi Corpus Sanum	Tarja Paasonen	www.corpussanum.fi	tarja@corpussanum.fi	0400982232	Mikkeli
Tarjoan persoonallisesti ja innostavasti toteutettua tyky-ohjausta. Onnistuu yksilö- ja ryhmäohjaukset niin sisällä kuin ulkona. Kehonhuolto on ollut suosittua sekä ulkona mm erilaiset kehonpainotreenit.					
Toimistosavotta Oy	Ville Karttunen	www.toimistosavotta.fi	ville.karttunen@toimistosavotta.fi	0400411454	Mikkeli ja Savonlinna
Tarjoamme laajan valikoiman markkinoiden suosituimpia tuotteita parantamaan työhyvinvointia ja ergonomiaa. Näitä ovat esimerkiksi monipuoliseen istumiseen tehdyt satula- ja aktiivituolit sekä erilaiset ergohiiret.					
Haukkamäen hevostila	Lahdenperä Tarja	www.haukkamaenhevostila.net	tarja.lahdenpera@haukkamaenhevostila.net	0405573269	Anttola
Tykypäivät, virkistyspäivät, liikuntapäivät.					
HeWenna Oy	Susanna Jordan, Anna-Katri Vana, Henna Hautamäki	www.hewenna.fi	info@hewenna.fi	050 518 8567	Mikkeli
Tarjoamme yrityksille ja yhteisöille räätälöityjä hyvän olon ja stressinhallinnan harjoituksia, joogasta kehonhuoltoon. Nettisivuiltamme löytyvät palvelut on kaikki sovellettavissa yrityksille.					

Terapiaperhonen Oy	Henna Suikki ja Mari Tynkkynen	www.terapiaperhonen.com	toimisto@terapiaperhonen.com	0504750560	Mikkeli
Tarjoamme kokonaisvaltaista hyvinvointia ja tukea yrittäjille. Hieronta, fysioterapia, rentoutushoidot, lymphahoidot ja keskusteluterapia. Meiltä löydät myös työnohjauspalvelut läsnä sekä etänä.					
Lokoilu Oy /Pilates Mikkeli	Minna Kesiö- Lantta	www.pilatesmikkeli.fi	studio@pilatesmikkeli.fi	040-5458130	Mikkeli
Ryhmille ja yksittäin ohjatut pilates/laitepilates ja kehonhuolto tunnit. Myös erilaisia palautumista edistäviä tunteja niin sisällä kuin myös metsässä. Tunnit ja kokonaisuudet voidaan suunnitella asiakkaan toiveiden mukaan.					
Saimaa Stadiumi Oy	-	www.saimaastadiumi.fi	sales@saimaastadiumi.fi	020 7699 099	Mikkeli
Saimaa Stadiumi on ainutlaatuinen hyvinvoinnin kokonaisuus Mikkelin Kalevankankaalla. Upea monitoimiareena sisältää monipuoliset liikunnan ja treenaamisen mahdollisuudet ja täällä on tilaa erilaisille tapahtumille.					
Opas-guide-Tiina	Tiina Leinonen	www.spiritguidesaimaa.com	guidetiina@gmail.com	0500 380032	Anttola
TERVEHDYTTÄVIÄ RETKI JA LUONTOLIIKUNTAA & Taiga retkitila kehon voimalla ympäri vuoden. Retket, koulutus, luontotrainer, melonta, metsäterveys, kulttuuriperintö. Saimaan ja metsien luontosalissa luontoa ja Sinua kunnioittaen.					
Dialogius Oy	Liisa Kilvensalmi	www.dialogius.fi	liisa.kilvensalmi@dialogius.fi	0440362742	Mikkeli
Tarjoan työhyvinvointia, johtajuutta sekä ammatillista että inhimillistä kasvua tukevia palveluja mm: työnohjaus, työyhteisösovittelu, johdon ja esihenkilöiden valmennus, räätälöidyt vuorovaikutus - ja tyhykoulutukset.					
LuovaNoste	Paula Myöhänen, Tarja Kyllönen	www.luovanoste.fi	paula@luovanoste.fi, tarja@luovanoste.fi	040 521 7336, 050 569 4777	-
Tutkittua tietoa, valmentavaa keskustelua ja matalankynnyksen luovia menetelmiä yhdistäviä valmennusprosesseja etä- ja lähitoteutuksena. Teemoina mm. työhyvinvointi, mielen hyvinvointi, palautuminen ja resilienssi.					
-	Paula Myöhänen	https://www.linkedin.com/in/paulamyohanen/	paula@paulamyohanen.com	0405217336	Mikkeli
Valmennusta ja työpajoja osallistuvaa valokuvausta ja luontoa hyödyntäen, teemoina mm. voimavarat, palautuminen, yhteisöllisyys. Luoviin menetelmiin ja kulttuurihyvinvointiin liittyvät työpajat ja luennot. Business Coaching.					

Outdoor service Finland	Teemu Ripatti	ei ole	outdoorservicefinland@gmail.com	044 2380464	Mikkeli
-------------------------	---------------	--------	---------------------------------	-------------	---------

Kokonaisvaltainen iFEELGOOD-hyvinvointikonsepti. Teemat: liikunta, ravitsemus, uni-palautuminen, mielen hyvinvointi. Hyvinvointiluennot, liikunnanohjaus, sekä luonto - ja melontaretket (myös kajakkien vuokraus).

Etelä-Savon Liikunta	Liisa Haikonen	www.esliikunta.fi	liisa.haikonen@esliikunta.fi	0443410057	Mikkeli
----------------------	----------------	-------------------	------------------------------	------------	---------

Tarjoamme Buusti360 työhyvinvointipalveluja yrityksille (buusti360.fi), työhyvinvointipäiviä, liikuntapäiviä ja lajikokeiluja sekä liikuntavälinevuokrausta.

Savonlinna

Yrityksen / organisaation nimi	Yhteyshenkilön nimi	Yrityksen / organisaation kotisivut	Yrityksen / organisaation sähköpostiosoite	Yhteyshenkilön puhelinnumero	Yrityksen / organisaation paikkakunta
Toimistosavotta Oy	Ville Karttunen	www.toimistosavotta.fi	ville.karttunen@toimistosavotta.fi	0400411454	Mikkeli ja Savonlinna

Tarjoamme laajan valikoiman markkinoiden suosituimpia tuotteita parantamaan työhyvinvointia ja ergonomiaa. Näitä ovat esimerkiksi monipuoliseen istumiseen tehdyt satula- ja aktiivituolit sekä erilaiset ergohiiret.

Kristalli Sport Oy	Piironen	www.kristallisport.fi	eero.piironen@kristallisport.fi	044 3410071	Savonlinna
--------------------	----------	-----------------------	---------------------------------	-------------	------------

Kristalli Sport on moderni kuntokeskus Savonlinnan keskustassa. Palveluistamme löytyvät: laadukas kuntosali, kattavat ryhmäliikuntatunnit, personal trainer - palvelut ja kaikki muu liikuntaan ja hyvinvointiin liittyvät palvelut.

Saimaan Eräpalvelu Oravi Oy/ SaimaaHoliday Oravi	Marie Louise Fant	www.oravivillage.com	oravi@saimaaholiday.net	044 2747078	Oravi, Savonlinna
--	-------------------	----------------------	-------------------------	-------------	----------------------

Välinevuokraus mm. kanootteja, kajakkeja, soutuveineitä, retkeilyvälineitä, retkiluistimia, potkureita, lumikenkiä, suksia. Opastettuja retkiä kuten melonta, kalastus, norppasafareita, luonto-opastukset, kisailut, kellunta.

Psykologipalvelu Hetki Oy	Sari Pietikäinen -		spietikainen18@gmail.com	0505833629	Savonlinna, Etelä-Savo
Yksilöille, ryhmille/yhteisöille ja organisaatioille suunnatut kehittämis- ja työhyvinvointipalvelut mm. yksilö- ja ryhmätyönohjaus, koulutus, konsultointi sekä toiminnalliset työpajat esim. tyhytoimintaan.					
Suskin Terveysvalmennus	Susanna Leminen	www.suskin- terveysvalmennus.webnode.fi	suskinterveysvalmennus@gmail.com	0504617679	Savonlinna
Terveysvalmennuksessa tavoitteena on herättää oivalluksia ja oppimista erilaisin työvälinein ja menetelmin sekä pyrkiä ohjata asiakasta lopulta itseohjautuvaksi ylläpitämään aktiivista ja terveellistä elämäntapaa.					

Puumala

Yrityksen / organisaation nimi	Yhteyshenkilön nimi	Yrityksen / organisaation kotisivut	Yrityksen / organisaation sähköpostiosoite	Yhteyshenkilön puhelinnumero	Yrityksen / organisaation paikkakunta
Metsäsydän Oy	Talvitie	metsasydan.fi	maria@metsasydan.fi	+3584143697	Puumala
Erilaisia joogatunteja: hatha-jooga, yin-jooga, ilmajooga, äitiysjooga, äijäjooga, metsäjooga. Ohjaajana toimii Maria Talvitie, joko Puumalassa omissa tiloissamme tai sovittaessa muualla.					
Hanhiniitty Ay	Sanna Korhonen	www.saimaacanoeing.fi / www.hanhiniitty.fi	info@saimaacanoeing.fi / martti@hanhiniitty.fi	050 5487653	Puumala
Erilaisia melontapalveluita. Sepän pajalla osallistavia työnäytöksiä sekä taontakursseja. Kurssit ovat olleet monelle osallistujalle omaa työhyvinvointia lisäävää kun on päässyt tietotyön sijaan tekemään käsin jotain.					
LakelandGTE	Arto Keinänen	www.lakelandgte.fi	arto.keinanen@lakelandgte.fi	040096680	Puumala
Elämys- ja luontopalvelut Saimaalla vuoden ympäri. Hyvinvointia luonnosta laadukkaasti ja luontoa kunnioittaen.					
Tmi Isotalus Marjo	Isotalus Marjo	www.isotalusmarjo.fi	marjo@isotalusmarjo.fi	0400959474	Puumala
Tarjoan voimavarakeskeistä työnohjausta sekä erilaisia soveltavaa ja osallistavaa taidetta hyödyntäviä valmennuksia, koulutuksia ja kursseja hyvinvointiin, itsetuntemukseen sekä elämänhallintaan.					

Pieksämäki

Yrityksen / organisaation nimi	Yhteyshenkilön nimi	Yrityksen / organisaation kotisivut	Yrityksen / organisaation sähköpostiosoite	Yhteyshenkilön puhelinnumero	Yrityksen / organisaation paikkakunta
Kuntoutumispalvelut Henna Oranen	Oranen	https://kpho.fi	henna@kpho.fi	050 5444 762	Partaharju, Pieksämäki
Kauniilla Vedenjakajareitistöllä järjestetyt luontoretket. Työkykykoordinaattorin palvelut; työyhteisön fasilitointi ja yksilöllinen valmennus. Liikunnalliset tuokiot; leikin, luonto-täti-parkourin ja Kangoo Jumps:n merkeissä.					
Power4You Hyvän mielen kuntosali.	Saku Hellberg	www.power4you.fi	saku@power4you.fi	0456341659	Pieksämäki
Kuntosali palvelut, Ryhmäliikunta, yksityiset ryhmäliikunta tunnint yrityksille ja porukoille, Inbody mittaus.					

Kangasniemi

Yrityksen / organisaation nimi	Yhteyshenkilön nimi	Yrityksen / organisaation kotisivut	Yrityksen / organisaation sähköpostiosoite	Yhteyshenkilön puhelinnumero	Yrityksen / organisaation paikkakunta
AL-Fitness	Anni Oksiala	www.al-fitness.fi	anni@al-fitness.fi	0456510644	Kangasniemi
Valmennuspalvelut (liikunta, ravinto), personal training, ryhmäliikunnan ohjaus (ulkona, sisällä), InBody-kehonkoostumusmittaukset.					