Beskrivning av Friskvårdsbingo 2026.

Informera medarbetarna om er nya roliga satsning! Utgå ifrån texten nedan och redigera innehållet vid behov. Dela med anställda på intranät, i veckobrev eller i andra interna kanaler för att sprida friskvårdspeppen. Varför inte skriva ut bingokorten och dela ut på arbetsplatsen?

Det finns tre olika storlekar på bingokort – välj det som passar er organisation bäst, eller låt medarbetarna själva välja svårighetsgrad.
Bifoga bingokortet tillsammans med texten till medarbetarna – sedan är ni redo att köra igång!

Prisförslag:

- 1 h extra lunchrast varje vecka året ut
- Få välja veckans fika
- En gratis lunchmåltid
- Presentkort
- Profilprodukt
- Ta med kollega på friskvårdsaktivitet
- Bli uppmärksammad på arbetsplatsen
- Friskvårdstimme under arbetstid
- Starta 1h senare/sluta 1h tidigare valfri dag
- Goodiebag
- Biokuponger
- **Storvinst:** 1 extra semesterdag

Text att dela till medarbetare på sida 2:

Wellbeing that works.

ACTIVE WORKPLACE AWARDS

Hej alla!
Vi kör igång med en gemensam friskvårdsutmaning som en del av vår satsning i tävlingen Active workplace awards 2025 – ett enkelt och kul sätt att få in mer rörelse, återhämtning och energi i vardagen. Och medan du tar hand om hälsan kan du dessutom vinna härliga belöningar. Win-win!

Välkommen till: Friskvårdsbingo!

Så fungerar det.

- Bingokortet innehåller friskvårdsaktiviteter – t.ex. träning, massage, återhämtning eller nya aktiviteter.
- När du genomför en aktivitet tar du ett bildbevis och kryssar i motsvarande ruta.
- En rad, kolumn eller diagonal = BINGO.

Priser & motivation.

- Varje vecka delas priser ut till alla som fått bingo under veckan.
- Priserna är små men motiverande – t.ex. friskvårdstimme, fika, goodiebag, presentkort m.m.
- Den som fyller hela bingobrickan innan 31 december får en extra stor belöning.

Du väljer själv när och hur du genomför aktiviteterna – ensam eller med en kollega. Häng på, det är enkelt, peppande och en rolig sak vi gör tillsammans!

Let's bin-go!

epassi
Wellbeing that works.