




SAUNA
CAPITAL
TAMPERE • FINLAND

Saunapalveluiden kestävä kehitys
Carita Harju, Sauna from Finland

“

ELÄMYSAJATTELU
- KUINKA LUODA
KESTÄVÄ SUOMALAINEN
SAUNAKOKEMUS?

sauna
FROM FINLAND



“Suomi on johtava kestävä matkailun
kohdemaana ja tiedostavan matkailijan
ykkösvalinta”

Visit Finlandin visio

Kestävä kehitys ja vastuullisuus

- Miksi panostaa kestäväan kehitykseen ja vastuullisuuteen?
- Markkinoiden odotukset: kansainväliset matkanjärjestäjät, jälleenmyyjät ja kuluttajat edellyttävät vastuullisia tekoja puheiden sijasta
- Kansainvälisesti vahvan kilpailuedun ydin
- Tuottaa yrityksellesi hyötyjä, esim: parantaa työnantajamielikuvaa, asiakastyytyväisyyttä ja koettua laatutasoa, tuottaa kustannussäästöjä
- Visit Finlandin [Sustainable Travel Finland-ohjelma](#) antaa työkalut vastuullisen ja kestävän liiketoiminnan rakentamiseen

SUOMALAISEN SAUNAEÄMYKSEN YDINARVOT

Jotta suomalainen sauna tarjoaisi maailman parhaan saunaelämyksen, on elämyksen koostuttava tunnistettavista ja laadukkaista elementeistä sekä ydinarvoista.

Sauna from Finland on määritellyt useiden tutkimusten pohjalta saunaelämykselle kahdeksan ydinarvoa.

Ydinarvot ovat aina läsnä aidossa suomalaisessa saunaelämyksessä ennen saunaa, saunassa ja saunan jälkeen.



Infograafi: Suomalainen saunaelämys muodostuu kahdeksasta ydinarvosta.
© Sauna from Finland ry

SAUNAEÄMYS-AJATTELU

Suomalainen saunaelämys on kokonaisvaltainen ja moniaistinen kokemus. Se ottaa huomioon sen, mitä tapahtuu:

ENNEN SAUNAA

- Saunalle saapuminen
- Saunan valmistelu, lämpötilan viestiminen
- Valmistautuminen saunahetkeen
- Ohjeistus
- Puhdistautuminen meikistä ja liasta
- Veden juominen

SAUNASSA

- Laudeliinat, löylyvesi, tuoksu
- Löylyttely, rentoutuminen
- Vilvoittelu, vedenjuonti, napostelu
- Saunatuotteet, esim. naamio, hierontakivi
- Saunahoidot, vihtominen

SAUNAN JÄLKEEN

- Peseytyminen
- Kosteuttavat tuotteet iholle
- Kylpytakkiin, pyyhkeeseen kääriytyminen
- Vedenjuonti, saunasnack
- Rauhoittuminen, olosta nauttiminen
- Ateria, nukkumaanmeno

Saunaelämys on saunomista uudella tasolla. Se kunnioittaa perinteitä, on mieleenpainuva, positiivinen ja saunojalle ainutlaatuinen kokemus, joka lisää hyvinvointia.

Miksi saunapalvelusta kannattaa kehittää elämys?

- Erotut kilpailijoista ja kasvatat liikevaihtoa
- Ylität asiakkaidesi odotukset ja kasvavat asiakasuskollisuutta
- Viimeistely elämys on turvallinen ja pitkäikäinen ratkaisu
- Voit rakentaa elämyksestä juuri palvelukokonaisuuteesi sopivan.
- Se on tehty sinulle helpoksi. Sauna from Finland ja Aidon suomalaisen saunaelämyksen laatukäsikirja auttavat sinua kehittämisessä!



Ydinarvo 6

Vastuullisuus

Taloudellinen vastuullisuus: palvelun kannattavuus, kilpailukyky, suomalaisten tuotteiden suosiminen, paikallisuus, yhteistyö.

Ympäristövastuullisuus: Kierrätys, energiansäästö, kertakäyttötuotteiden välttäminen, ekologiset peseytymistuotteet, oikeatehoinen kiuas, puhdas puunpoltto.

Sosiaalinen vastuullisuus: Saunaelämys on avoin kaikille sukupuolesta riippumatta. Liikunta- ja näkörajoitteisten huomiointi. Hyvä työilmapiiri ja oma jaksaminen.



Taloudellinen vastuu

Tarjoo asiakkaillesi lähellä tuotettuja tuotteita, kuten elintarvikkeita ja kosmetiikkaa.

Yhteistyössä on voimaa. Mahdollista muiden yrittäjien mukaantulo ja nosta saunaelämyspalvelusi arvoa tarjoamalla asiakkaillesi esimerkiksi saunaterapeutin palveluita tai saunajoogaa koulutetun ohjaajan opastamana.

Ympäristövastuullisuus

Jos saunaelämyspalvelusi sijaitsee paikassa, jonne pääsee julkisilla kulkuvälineillä, ohjeista asiakkaitasi käyttämään niitä.

Mahdollista jätteiden kierrätys.

Suosi biohajoavia vaihtoehtoja, vältä muovia ja kertakäyttötuotteita.

Hyödynnä aurinkoenergiaa, jos mahdollista.



Energiakriisi on nostanut kuluttajien tietoutta yksittäisen saunomiskerran kustannuksesta. Kaksi vastaajaa kolmesta (66 %) arvioi tietävänsä, kuinka paljon yksi saunomiskerta omassa kodissaan olevassa sähkösaunassa maksaa. Noin joka viides vastaaja (19 %) oli laskenut kustannuksen ja 47 prosentilla tieto perustui luuloon/arvioon asiasta. Saunaa puukiukaalla lämmittäjistä yli puolet (54%) tietää, mitä saunan lämmitys puukiukaalla maksaa.



Vuoden 2022 aikana saunoneilta tiedusteltiin, kuinka paljon energian hinnan nousu on vaikuttanut omiin saunomistapoihin. Vastaajista joka toisella (52 %) energian hinnan nousu on vaikuttanut saunomistapoihin ainakin hiukan. Joka viides (20 %) kertoi energian hinnan nousun vaikuttaneen saunomistapoihin paljon ja hieman useampi kuin kaksi viidestä (45 %) kertoi, ettei energian hinnan nousu ole vaikuttanut omiin saunomistapoihin lainkaan.



Tutkimuksessa selvisi, että lähes yleisimmin saunomisessa tehtyjä muutoksia on mm. menemällä saunaan heti kun se on lämmin, panostamalla saunomisen laadukkuuteen tai viipymällä saunassa vähemmän aikaa. Energiaviisasta saunomista on ollut myös se, että saunotaan koko perheellä yhdessä eikä peräkkäin. Energiansäästö on liikuttanut ihmisiä (14%) myös siirtymään saunomaan julkisiin saunoihin kuten uimahalleihin, kuntosaleille tai hotellisaunoihin.

Miten kehittää
energiatehokkaampaa
saunomista?



Kiukaan valinta



Pyri puulämmitteisen kiukaan lämmityksessä puhtaampaan palamiseen.

Kahden tunnin saunan lämmitys sähkösaunassa maksaa kolmesta eurosta ylöspäin jopa 15 euroon

- Hanki kiuas, joka on mitoitettu tilan lämmitystarpeeseen sopivasti ja jos puukiuas, tarkista että palaminen tapahtuu puhtaasti.
- Valitse sähkökiukaan koko oikein. Sekä liian pieni että liian suuri kiuas lisäävät energiankulutusta turhaan.

ESIM:

Harvian saunalaskurilla voit laskea saunasi tilavuuden ja sitä kautta määrittää puu- tai sähkökiukaasi koon.

<https://harvia.fi/saunalaskuri/>

Puhdas palaminen – ABC

- A. Tyhjennä vanhat tuhkat pois ennen sytyttämistä.
- B. Käytä vain kuivaa puuta.
- C. Vältä roskien polttamista
- D. Aloita pienillä puilla, lisää toinen erä puita vasta liekkien hiipuesssa.
- E. Sytytä puut päältä.
- F. Nuohoa hormi säännöllisesti.

Vinkit energiankulutukseen

1. Lado kiuaskivet uudelleen

- Järjestä kiuaskivet uudelleen vähintään kerran vuodessa. Vanhat ja hajonneet kivet on syytä vaihtaa uusiin. Uudelleenladonta parantaa ilmankiertoa kiukaassa, jolloin sauna lämpiää nopeammin.

2. Kiukaan lämpötila

- Aseta kiuas alhaisempaan lämpötilaan, hyvät löylyt saadaan usein jo 70 asteessa.

3. Saunomisaika

- Lyhennä saunomisaikaa 15-20 minuuttiin ja mene saunaan heti kun se on lämmin. Tässä ajassa saadaan jo irti lämmön terveyshyödyt ja samalla säästetään energiaa.

4. Saunan ilmanvaihto

- Sulje tuuletusaukot saunaa lämmittäessä, jos mahdollista. Näin sauna lämpiää nopeammin ja lämpö pysyy saunassa. Saunoessa voi tuuletusaukkoja avata, mutta ei liikaa, jotta lämpö ei karkaa saunasta.

5. Sulje saunan ovi

- Älä auo saunan ovea turhaan. Kun ovi on kiinni, sauna pysyy halutussa lämpötilassa.

6. Ota kaikki hyöty irti saunan lämmöstä

- Sen lisäksi että kiuas lämmittää saunaa, siirtyy lämpöä myös muualle rakennukseen. Kylminä kuukausina voi huoletta nauttia saunan lämmöstä ja hyödyntää sitä toissijaisena lämmönlähteenä.

7. Veden kulutus

- Saunan lämpö siirtyy väistämättä suihkutiloihin, jolloin lämpimien suihkujen tarve on vähäisempää. Lämmintä vettä säästyy ja energiankulutus pienenee.

Ydinarvo 6

Puhtaus

Asiakastutkimusten mukaan puhtaus on kaikkein tärkein asia, johon asiakkaan huomio saunapalvelussa kiinnittyy!

Saunassa ja kaikissa oheistiloissa tulee tuoksua, tuntua ja näyttää puhtaalta – tunkkainen haju tai likaisuus pilaavat elämyksen heti.

Puhtaat saunatilat ovat myös turvallisia. Esim. limoittunut lattia aiheuttaa liukastumisvaaran.

Ohjeista puhtaaseen saunaelämykseen.



Ydinarvo 7

Turvallisuus

Onnistuneen saunaelämyksen keskeisin elementti.

Vaikka asiakas ei välttämättä kiinnitä ensimmäisenä turvallisuuteen huomiota, liukastuminen tai itsensä polttaminen kiukaaseen pilaa kokemuksen varmasti.

Ohjeista ensikertalaisia.

Pidä huolta myös lasten ja ikääntyneiden turvallisuudesta (esim. madalletut kaiteet).




Saunomistavat

- Saunan säännöllinen siivous ja huolto eliniän pidentämiseksi. Huomioi myös siivouksen ympäristöystävällisyys (tuotteet ja toimintamallit kuntoon).
- Nopeat suihkut sekä suuttimet, jotka säästävät vettä.
- Saunan jälkeen herkullinen ja ravitseva kasvisruoka, joka pitää myös olon kevyenä. Tuotteiden tarjoilu vaikka puuastioista, esim. [Kupilka](#).
- Suosi suomalaista!
- Green Key –merkki viestii saunapalvelun tekemästä työstä ympäristön ja kestävän matkailun hyväksi

Saunatarvikkeet

- Kankaiset laudeliinat
- Kestävät, luonnonmateriaaleista valmistetut laudeliinat tai biohajoavat pefletit, esim. [SaunaCare](#)
- Ekologiset pesutuotteet, joita ei ole testattu eläimillä, esim. [OleHyvä Luonnontuote](#)
- Saunatuotteiksi sopivat esim. RIMITA Green





Kokeile luonnon omia tuotteita elämykseen

- Turve, Saunomiseen käytetty turve on 100% luonnontuote eikä kuormita ympäristöä,
- Luonnon tuotteet: Hunaja, koivu,kaura,



LIITY MUKAAN MAAILMAN PARHAASEEN SAUNAVERKOSTOON!

Sauna from Finlandin jäsenenä saat:



NÄKYVYYTTÄ



VERKOSTOJA



LIIKETOIMINNAN KEHITTÄMISTÄ

Lue lisää: saunafinland.fi/liity-jaseneksi



Sauna
FROM FINLAND

Carita Harju
Toiminnanjohtaja

Sauna from Finland
+358 405662481
carita@saunafromfinland.fi

www.saunafromfinland.com
www.worldsaunaforum.com

