



MASSAGE 'AMMA ASSIS'

Destiné aux entreprises et aux événements

* Gestion du stress * Dynamisation * Relaxation *
* Bien-être *

Une mesure concrète témoignant de votre engagement
envers la santé et le bien-être de vos salariés

Le massage Amma Assis est une technique de bien-être non-médical, qui consiste en une série de pressions, étirements et percussions sur les épaules, le dos, la nuque, les bras, les hanches, les mains et la tête, dans une chaise adaptée.

Durée : 15 à 20 min

Espace minimum requis : 7 m²

Les bienfaits du massage sur chaise 'Amma Assi':

- Soulage les tensions musculaires
- Apaise le système nerveux
- Favorise le lâcher prise, la relaxation
- Stimule la circulation sanguine
- Redynamise le corps et l'esprit
- Améliore le relationnel sur le lieu de travail (cf :étude réalisée par l'AGSE sur la promotion du bien-être au travail)
- Favorise l'attention et la concentration
- Augmente la productivité et la rentabilité (idem)
- Augmente du sentiment de valorisation par rapport à l'entreprise (sentiment d'appartenance renforcé), ce qui mène à une baisse de l'absentéisme et à une implication plus forte de l'employé.

Rapide et efficace, ce massage procure un bien-être
et une détente immédiats

Les avantages :

- Le massé reste habillé
- Peu de place est nécessaire
- Convient parfaitement au monde de l'entreprise, aux événements (salons, animations, centre commercial, mariage, etc)
- Correspond à une approche engagée en Responsabilité Sociale de l'Entreprise, par le soin consacré au bien-être des équipes.



Laetitia Forget
Praticienne de
massage et
naturopathe
Villenave d'Ornon
06 68 71 76 56

www.alternavie.com

laetitia_forget@yahoo.com
www.facebook.com/vitalitesante

Siret : 791 379 027 00026

N'hésitez pas à demander
un devis et un massage
d'essai.