



Le massage bien-être en entreprise



Le massage en entreprise est un véritable outil de gestion du stress à échelle individuelle et collective. Par le biais de ma société "Lawen", je vous propose de mettre en place des prestations bien-être sur mesure pour vos collaborateurs dans une approche bienveillante.

Combiner la prévention et le bien-être ...

L'intégration de massages en entreprise est une action concrète pour le mieux-être au travail.

Il est nécessaire d'agir en prévention des troubles musculo-squelettiques (TMS) et des risques psychosociaux (RPS), malheureusement trop répandus. En effet, nous constatons que 30% des arrêts de travail sont causés par un TMS et 87 % des maladies professionnelles reconnues sont des TMS en France. (Dares, 2016)

Les TMS sont un enjeu majeur de santé ainsi qu'une source de coûts, directs et indirects pour l'entreprise. Mettre en lien la prévention et les enjeux économiques, c'est donner à l'ensemble des acteurs des leviers supplémentaires pour améliorer la santé des salariés et la santé de l'entreprise.

En plus de l'amélioration des nombreux maux liés à la fatigue et au stress de vos salariés, la mise en place de prestations bien-être au sein de votre entreprise témoigne de votre reconnaissance et de votre engagement envers eux.

L'amélioration du bien-être physique et mental de vos collaborateurs permet un mieux vivre général dans les équipes. 24% des salariés Français sont en situation d'hyperstress, considérée comme dangereuse pour leur santé. (L'Observatoire du Stress au Travail, publié par Stimulus, 2019) Il n'est plus à prouver que de diminuer les tensions individuelles favorise de meilleures conditions de travail.

En effet, pendant ces temps de massage, le salarié a l'opportunité de prendre du recul et de se départir du stress.

Les massages pourront alors permettre à vos employés de se relaxer, de mieux gérer leur stress et d'être de ce fait plus efficaces. Cela aide également à développer une meilleure connaissance de soi, de son corps, et donc à être plus attentif aux signaux qu'il leur adresse en permanence. Des personnes actrices de leur bien-être au travail seront alors moins sujettes au stress chronique.

Nous avons tous conscience de la difficulté de la situation sanitaire actuelle, qui dure depuis plus d'un an. En travaillant dans différents lieux professionnels, je me suis rendue compte de l'importance d'apporter ce soutien physique et moral.



PRESTATIONS MASSAGE EN ENTREPRISE

Sur table de massage:

- Massage Fu Jing Tao : Un massage relaxant où je vais aller chercher les zones de tensions quotidiennes dues au stress et à des postures souvent inadaptées, des nœuds, des douleurs... Le massage va permettre de libérer les tensions musculaires et de redonner vitalité à l'ensemble du corps.

Les salariés auront le choix entre 5 prestations :

- Le massage douceur : Bras, visage et crâne.
- Le massage cocon : Dos et nuque.
- Le massage du fleuve : Jambes et pieds.
- Le massage Gaïa : Ventre, visage et crâne.
- Le massage dans les étoiles : Visage, mains et pieds.

Massage de 20 minutes par collaborateur toutes les 30 minutes. Maximum 8 personnes par jour. Possibilité de venir durant la pause déjeuner.

Tarif: 20€/les 20 minutes

Pour le personnel soignant possibilité de vous rapprocher de <https://perankhproject.com/nos-ateliers/#bien-%C3%AAtre> pour le financement.