

Met stoelmassage meer mens

Wie regelmatig een stoelmassage neemt, voelt zich energiever, meer ontspannen en stressbestendiger. De massage helpt bovendien klachten als RSI, vermoeidheid, hoofd-, nek- en rugpijn te voorkomen. Gun jezelf en je medewerkers zo'n gezonde gewoonte!

Stoelmassages op locatie

- bij bedrijven en instellingen op kantoor
- op vitaliteitsdagen en in gezondheidsweken
- bij kerstborrels, personeelsfeesten en sportdagen
- tijdens heidagen, managementmeetings, beurzen, congressen, cursussen, open dagen, etc.
- op feesten en festivals, in sauna's en zwembaden
- backstage aan musici, zangers, dansers en acteurs

*Li*NEA DIRE*e*CTA

Ontspannen werken

Neem voor meer informatie contact op met:

Jolanda Touw

Jacoba van Beierenlaan 65

2353 DT Leiderdorp

M 06-11 11 05 61

E jolanda@ontspannenwerken.nu

www.ontspannenwerken.nu

Opgeleid bij: TouchPro® Europe



*Li*NEA DIRE*e*CTA

Stoelmassage

Stoelmassage op de werkplek

Stoelmassage is een korte drukpuntmassage van rug, nek, schouders, armen, handen, hoofd en heupen. Een speciaal hiervoor opgeleide masseur geeft de massage. Stoelmassage is gebaseerd op de Japanse acupressuurtechniek en duurt 15 tot 20 minuten. Voorafgaand aan de massage stelt de masseur enkele vragen over de gezondheid om vast te stellen of de massage gegeven mag worden. Zwangere vrouwen krijgen bijvoorbeeld een aangepaste stoelmassage. De kleding blijft aan tijdens een stoelmassage en er wordt geen olie gebruikt. De massage vindt plaats op een speciale massagestoel, die het lichaam goed ondersteunt en uitnodigt tot ontspannen. De masseur neemt deze stoel bij elk bezoek mee.

Ontspannend en vitaliserend

Een stoelmassage bevordert de bloedsomloop, ontspant de spieren en geeft energie. Door de verbeterde aanvoer van voedingsstoffen en afvoer van afvalstoffen stimuleert de massage het zelfgenezend vermogen van het lichaam. Bovendien worden mensen zich door regelmatige massage bewuster van hun lichaam, waardoor ze hier ook beter naar gaan luisteren. Zo helpt stoelmassage klachten als RSI, vermoeidheid, hoofd-, nek- en rugpijn te voorkomen.



Minder ziekteverzuim

Uit onderzoeken bij bedrijven blijkt dat regelmatige stoelmassage medewerkers fitter, productiever en stressbestendiger maakt. Concentratievermogen en motivatie nemen toe, waardoor prestaties verbeteren. Daarbij blijkt het ziekteverzuim te dalen.

Ervaren en gecertificeerde stoelmasseurs

Linea Directa heeft een landelijk netwerk van ervaren en gecertificeerde stoelmasseurs. Veel masseurs zijn opgeleid bij TouchPro® Europe. Dit is de meest toegepaste en onderzochte stoelmassage methode in Europa, waarvoor een vooropleiding vereist is zoals fysiotherapie, sportmassage of een gelijkwaardige massageopleiding. TouchPro® Europe toetst jaarlijks de kwaliteit van hun licentiehouders.

Werkwijze

Linea Directa levert intekenlijsten en informatie over stoelmassage aan. De aanvragende organisatie zorgt voor het inplannen van de massages.

Benodigde ruimte

Voor de massage is een rustige ruimte nodig van minimaal 3 bij 3 meter vrije ruimte. Bij voorkeur in de buurt van een kraan in verband met handen wassen van de masseur.

Kosten

€ 67,50 per uur, gebaseerd op € 22,50 per massage (3 massages per uur).

Dit is exclusief € 0,23 per km reiskostenvergoeding voor retour adres masseur – massagelocatie en exclusief parkeerkosten. Genoemde kosten zijn exclusief 21% btw.

Korting

Werkgevers die voor het eerst op regelmatige basis minimaal 9 stoelmassages per dag afnemen, krijgen op de tweede massagedag 3 stoelmassages gratis à € 67,50.

Binnen de werkkostenregeling geldt stoelmassage als nihilwaardering. Stoelmassages zijn onbelast en gaan niet ten koste van de vrije ruimte.