



kparasi



MASSAGE BIEN-ÊTRE EN ENTREPRISES

TOULOUSE ET SES ALENTOURS

En 2021, BDO France a réalisé un baromètre des accidents du travail et des maladies professionnelles. L'audit révèle que les arrêts maladie liés aux risques psychosociaux ont fortement augmentés en 2020.

C'est plus d'une entreprise sur deux (51 %) qui y a été confrontée.

De plus, environ 90% des maladies professionnelles reconnues, sont des troubles musculo-squelettiques (TMS). (1)

En invitant le domaine du bien-être en entreprises, le chef d'entreprise permet d'améliorer la qualité de vie au travail, de réduire les risques psychosociaux et diminuer les TMS.

Le massage Amma ou massage assis est une initiative qui a des répercussions individuelles et collectives très positives pour l'entreprise.

LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

L'expression troubles musculo-squelettiques regroupe un ensemble de maladies localisées au niveau ou autour des articulations.

Les parties du corps les plus fréquemment atteintes sont : le dos, les membres supérieurs (poignet, épaule, coude), plus rarement les membres inférieurs.

TMS LES FACTEURS DE RISQUE

- Facteurs biomécaniques : répétitivité de certains gestes, efforts excessifs et notamment le port de charges lourdes.
- Facteurs psychosociaux : Le stress est en grande partie responsable de l'arrivée de TMS : charge de travail excessive, monotonie des tâches quotidiennes, forte pression pour respecter des délais... autant d'éléments par effet domino favorise l'apparition de gênes ou de douleurs.
- Facteurs organisationnels : La difficile gestion des équipes est également propice à l'arrivée des TMS : manque de pauses, durée de travail excessive et temps de récupération trop courts, etc...
- Facteurs individuels : l'âge, le genre, l'état de santé physique et psychique, etc...

LE MASSAGE ASSIS PEUT ADAPTER AUX CONTRAINTES DES ENTREPRISES, IL EST EFFICACE, RAPIDE ET FACILE À INTÉGRER DANS LE CALENDRIER DES COLLABORATEURS.

L'INTÉRÊT DU MASSAGE DANS LA PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX ET DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

Le massage Amma assis s'apparente à l'acupression. Celui-ci vise la libération d'énergie par la stimulation des muscles, des articulations et des méridiens.

D'une durée de 15 à 30 min, il se pratique par dessus les vêtements, sur une chaise dédiée, apportée par le praticien et nécessite peu de place.

LE MASSAGE ASSIS SE CONCENTRE SUR LES ÉPAULES, LE DOS, LA NUQUE, LES BRAS, LES MAINS ET LES HANCHES.

DU CÔTÉ DU SALARIÉ

- Le massage au travail réduit le stress de près de 85% et diminue l'anxiété et la dépression.
- Il améliore l'humeur et le sentiment de satisfaction.
- Il soulage la tension musculaire, la douleur et les troubles musculo-squelettiques. Il réduit de près de 50% les maux de dos !
- Améliore la qualité du sommeil.
- Soulage les maux de tête.
- Diminue la pression artérielle.
- Augmente la fonction immunitaire.
- Augmente la concentration, l'énergie et la clarté mentale. Les employés seront plus vigilants, plus rapides et plus précis dans leurs tâches quotidiennes.

DU COTÉ DE L'ENTREPRISE

- Augmente la productivité. Il permet de mieux gérer leur stress quotidien au travail et de se concentrer sur les tâches.
- Attire les meilleurs talents. Le massage représente un avantage attrayant et facilitera le recrutement.
- Garde les meilleures compétences. Le massage peut vous aider à augmenter le taux de rétention de vos salariés.
- Baisse le nombre des accidents au travail. Les problèmes physiques seront grandement diminués.
- Réduit le taux d'absentéisme. En renforçant le système immunitaire, il prévient le surmenage et réduit le stress.
- Améliore le moral au bureau.

Le massage assis offre une pause détente et relaxation qui améliore fortement le bien-être des salariés, leur productivité et réduit considérablement les TMS.

Déplacement à partir de 3 personnes minimum.

Tarif sur devis (dépend du nombre de personnes, de la fréquence souhaitée et de la situation géographique).

Financement pris en charge par l'entreprise.

CONTACTEZ-MOI

Alexandra IVON

Tel : 06 52 41 33 98 // E-mail : kparasimessages@gmail.com

Site web : www.kparasi-massages.com

N°SIRET : 52190837600028