

ATELIER INDIVIDUEL : MASSAGE DU DOS AMMA ASSIS

Offrez à vos salariés un vrai moment de bien-être

Le mal de dos représente 20% des accidents de travail.

Assurance Maladie Risques Professionnels – Mission statistiques

A propos de l'atelier

À l'issue de l'atelier, les bénéfices sont nombreux pour vos salariés : sensation de détente physique et mentale, mais également une amélioration de la concentration, une meilleure gestion du stress et des pressions, et une réduction de la fatigue, des tensions et des douleurs musculaires juste après la séance. Ce massage de 20 minutes se réalise sur chaise ergonomique et se pratique habillé, préservant et respectant ainsi l'intimité.



Informations pratiques

Durée : 20 minutes par participants
en rotation toute les 30 minutes

Prés requis : Aucun

Public : Tout public

Langue : Français

Lieu : Dans ou à l'extérieur de vos locaux

Tarif : Sur devis

La Masseuse

Mélissa



Certifiée au massage Amma assis et à la réflexologie cranio-faciale, Mélissa Duval a co-fondé Terra Sana à Saumur. Mélissa propose ces disciplines en entreprise pour procurer à tous une profonde sensation de détente physique et psychique.

La pratique

La méthode

Le massage Amma assis se pratique sur une chaise ergonomique spécifiquement élaborée afin que le salarié massé se trouve en situation de confort et de relâchement total. À travers les vêtements, Mélissa alterne différentes techniques d'acupressions, d'étirements, de balayages et de percussions. Les zones du corps concernées par le massage sont la nuque, les épaules, le dos, les bras ainsi que les mains. L'intervention implique une quarantaine de muscles et plus de 150 points d'acupuncture.

Bénéfices pour votre CSE

- Un avantage concret et apprécié par vos salariés
- Un temps de cohésion informel, hors du cadre professionnel
- Une action valorisée dans le bilan de vos activités sociales et culturelles
- Prévention du mal de dos et des tensions liées à la sédentarité

Accessibilité

Pour tout besoin spécifique en matière de handicap, nous consulter.

Demandez votre devis

Financement possible sur le budget ASC (Activités Sociales et Culturelles) de votre CSE



Mélissa Duval 06 72 27 36 49



contact@terrasanabientre.fr