



OFFICE
MASSAGE
THERAPY



OFFICE
MASSAGE
THERAPY

www.officemassagetherapy.com

-Office massage therapy (masaža na poslu)-

Jedan radni dan ispunjen psihičkim ili fizičkim naporom, dugotrajnim sedenjem i monotonim pokretima dovodi do zamora tela i osećaja malaksalosti. Svakom od nas je potreban makar jedan kratak predah za opuštanje. Pauze najčešće pogrešno koristimo, retko se vraćajući radnim obavezama svežiji i orniji.

Kako povratiti elan i dragocenu energiju?

Odgovor je jednostavan – 15 do 20-minutna masaža na poslu.

Office massage therapy je nov koncept masažnog tretmana koji se sprovodi na radnom mestu, odnosno u kancelariji, koja se izvodi na stolici za masažu :

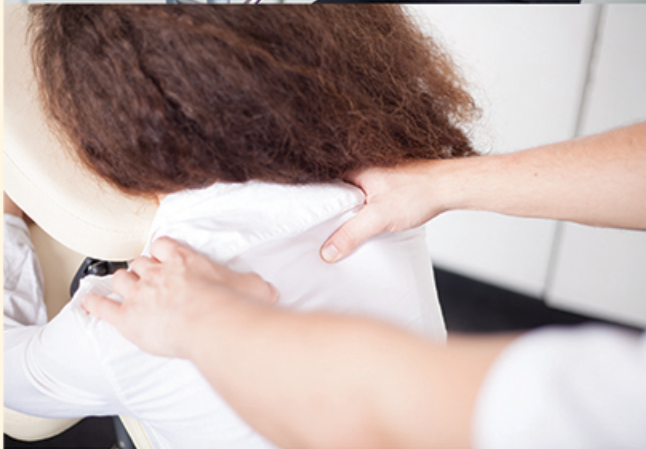
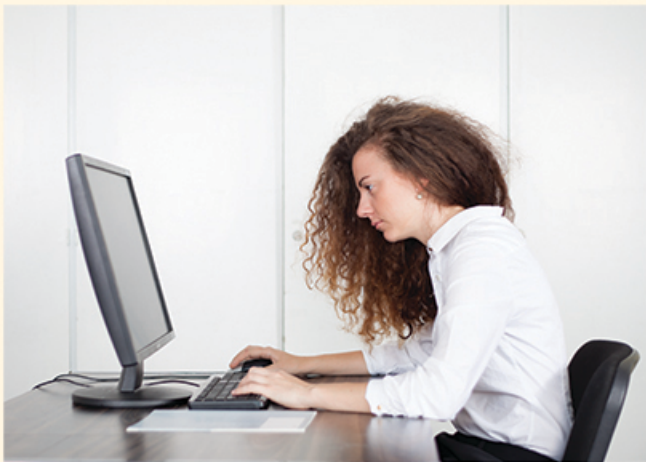
- trajanje masaže je 15 do 20 minuta
- prilagođeno je svakom prostoru
- sprovodi se preko odeće, bez upotrebe ulja
- primenjuje se profesionalna i efektivna tehnika za opuštanje najnapetijih područja glave, vrata, ramenog dela i leđa.
- nakon masaže čovek se oseća relaksirano, osveženo i spremno da nastavi sa radom

Cilj masaže je, pored veće produktivnosti klijenata u radu, prvenstveno obnavljanje energije uz brojne dodatne prednosti kao što su:

- relaksacija
- oslobađanje od stresa
- jačanje koncentracije
- opuštanje mišićne napetosti koja doprinosi smanjenju glavobolje i loše cirkulacije
- podizanje raspoloženja
- povećavanje motivacije za rad i zadovoljstvo zaposlenih

Sve to donosi veću efikasnost i utiče na bolje rezultate poslovanja.

U kompanijama koje posluju po načelima društveno – odgovornog poslovanja, masaža na poslu je deo korporativne kulture. Svake godine se povećava broj angažmana profesionalaca u ovom segmentu kako bi zaposleni bolje upravljali stresom. Mnogi poslodavci na vreme su shvatili da je samo zdrav i zadovoljan radnik visokoproduktivan.



OFFICE MASSAGE THERAPY

Iskusni tim profesionalnih masera spreman je da vam predstavi ono što Vam nudimo. Promotivni period je besplatan!

U promotivnom periodu, **koji podrazumeva besplatne usluge**, Vaši radnici će biti u prilici da se upoznaju sa ponudom Office Massage Therapy i osete njene pozitivne efekte.

Unapred, hvala na poverenju!

Luksuz ili isplativa investicija?

Podimo od toga da je svako radno okruženje podložno stresu, što zbog ubrzanog načina života, pa i samih uslova u kojima se radnici nalaze.

Uticaj stresa na radno okruženje je ogroman i samim tim produktivnost svih radnika naglo opada.

Stres je uzročnik mnogih bolesti, te pored slabe produktivnosti, postoji još negativnih posledica koje prouzrokuje, a to su bolovanja, neraspoloženje radnika, pad radne atmosfere gde nije moguće ostvariti efikasan timski rad.

Deluje odmah

Program masaže na radnom mestu je vremenski i prostorno fleksibilan. Potrebno je jako malo i vremena i prostora da bi se dobili brzi pozitivni rezultati.

Office massage therapy (masaža na poslu) je veoma efikasna zato što se problemi kao što je hronična napetost, otklanjaju u velikoj meri već pri prvom 15-to-minutnom masažnom tretmanu.

Ova vrsta masaže se izvodi na specijalno dizajniranoj stolici. Radnik se udobno smesti u relaksirajući položaj u kome terapeut može uspešno da tretira i otkloni sve poznate tegobe koje sedenterni rad donosi.

Stolica za masažu je anatomski dizajnirana i ima mogućnost individualnog prilagođavanja, zauzima malo prostora i lako je prenosiva, što znači da je masaža moguća bilo gde.

Na šta konkretno deluje Office Massage Therapy?

Relaksacija mišića vrata i leđa

Sedenterni način rada u mnogim kompanijama zahteva da radnik mnogo vremena provodi u jednom položaju, što dovodi do toga da se mišići vrata i leđa stalno naprežu i vremenom ukoče što sprečava dotok kiseonika u mozak. Kao posledica toga je slaba koncentracija i smanjena produktivnost.

Ovim tretmanom terapeut relaksira vratne mišiće, oslobadja napetost u vratu i leđima, podstiče bolju cirkulaciju i otklanja hronični bol.

Prevenција nastanka sindroma karpalnog tunela

Sindrom karpalnog tunela se javlja kao posledica pritiska na nerv medianus u karpalnom tunelu koji se nalazi u zglobu ručja. Pri oštećenju ovog nerva dolazi do nemogućnosti pokretanja zgloba šake i prstiju. Uzrok nastanka je u većini slučajeva upala karpalnog tunela koja nastaje kao posledica dugotrajnog ponavljanja istog pokreta u zglobu šake i prstima koji može nastati pri dugotrajnom radu na racunaru i kucanjem po tastaturi.

Tretmanom (Office massage therapy), terapeut tretira masažom zglob ručja. Specijalni lekovitim esencijalnim uljima tretira zglob ručja, opušta tetive i mišiće koji prolaze kroz karpalni tunel i na taj način preventira nastanak ovog sindroma.

Relaksacija očnih mišića

Pri masaži oči klijenta su zatvorene. Doziranim pritiskom na određena akupunktura mesta na glavi, delujemo na očni nerv što dovodi do relaksacije mišića oka i oči postaju odmornije.

Benefiti za radno okruženje

Office massage therapy ima pozitivan efekat i na radno okruženje. Radnici će uvek pokazati više lojalnosti i produktivnosti kada poslodavac investira i pokaže zainteresovanost za njih i omogući im rešavanje svakodnevnog bola i hroničnog umora.

Isplativost

Kratak period masaže od svega 10 do 20 minuta po osobi ostavlja dugoročne posledice na uspeh kompanije. Office massage therapy je relativno mala investicija koja rešava jedan od najvećih neprijatelja svih kompanija i organizacija, a to je uticaj stresa na zaposlene!