

Bedriftsavtale-massasje

Rapporter viser at over 40% av alt sykefravær ved Norske bedrifter skyldes plager i muskel –skjelett og nervesystem (nerver i klem grunnet stram muskulatur). Som et ledd i bedriftshelsetjenestens forebyggende tiltak kan vi tilby behandlende massasje.

Hvem er vi

Vi er en bedrift som har nylig åpnet salongen på Sartor Storsenter. Vår bedrift har 3 kvalifiserte terapeuter utdannet. Våre tjenester inngår som en del av bedriftens forebyggende arbeid mot redusert sykefravær og er fradragsberettiget etter gjeldende regler for forebyggende helsearbeid. Personlig massasje er langt å foretrekke fremfor en massasjestol – og effekten er vesentlig bedre. I våre digitaliserte hverdager fremstår personlig kontakt nærmest en luksus, både terapeutisk og rent menneskelig. Bedriftsavtaler kan omfatte behandlinger i den enkelte bedrift eller i våre lokaler.

Hva er massajeterapi?

Muskelterapi og massasje er behandlingsteknikker med lange tradisjoner. Massasje er en av verdens eldste behandlingsformer, og finnes i en rekke ulike varianter med forskjellige filosofier verden rundt. Felles for både teknikkene og filosofiene er at hendene er det viktigste arbeidsverktøyet.

I massajeterapi brukes massasje triggerpunkt behandling og tøyning (stretching) for å løse opp spenninger og ubalanser i kroppen til klienten. Målet er å lindre smerte og øke kroppens funksjoner ved å behandle bindevev og underliggende muskulatur ved hjelp av trykk og strykende bevegelser.

Massasjeterapi kan i tillegg til å løse opp spent muskulatur, også bidra til å:

- stimulere og forberede blodomløp
- bedre lymfedrenasje
- redusere stresshormoner
- øke velværehormoner
- stimulere nervesystemet

En muskelterapeut sitt viktigste oppgave er å løse opp spenninger i muskulaturen. Spenningene kan oppstå på grunn av dårlig arbeidsstilling eller overanstrengelse, men kan også ha mer følelsesmessige årsaker som stress, sinne, og angst. Slike spenninger setter seg i kroppen og kan gi smerter i f.eks. rygg, skuldre, nakke, hofter og knær. Ulike former for massasje fra en muskelterapeut er en av de viktigste behandlingsmetodene mot muskelspenninger og har stor betydning for velvære for kropp og sjel. Regelmessig muskelterapi av en muskelterapeut fører dessuten til økt lymfesirkulasjon senket blodtrykk, høyere stresstoleranse, høyere smertetoleranse, bedre kontakt med muskulatur og forbedret koordinasjon.

Praktisk gjennomføring

Bedriften setter opp prioritertingslister for når og hvem som får utført massasje. For effektivt å jobbe med flere ansatte er det hensiktsmessig at behandlingen gjennomføres på dagtid – i ordinær arbeidstid i våre lokaler på Sartor Senter. Bedriften beslutter hvilke dag / dager og antall timer de ønsker at en (eller flere) kvalifisert muskelterapeut skal være. Innenfor avtalte rammer tilpasser vi oss etter etterspørsel/behov.

Behandlingen kan gjennomføres fullt påkledd og uten at det benyttes oljer. Da vil de ansatte er klar til å gå tilbake til arbeidsplassen etter endt behandling.



Pris:

Avtalen kan inneholde ulike prisstrukturer som varierer fra at bedriften dekker behandlingen 100% – til at den ansatte betaler en på forhånd definert egenandel. Behandlingstider og priser for behandlinger i bedriftens avtale vil være:

- 30 min behandlingstid kr. 500,- pr behandling (Ordinær pris kr 549,-)
- 45 min behandlingstid kr. 700,- pr behandling (Ordinær pris kr 799,-)
- 60 min behandlingstid kr. 900,- pr behandling (Ordinær pris kr 999,-)

Minimum 5 timers behandlingstid pr bedrift. For behandlinger som gjennomføres i MISS BOSS Spa's lokaler gjennomføres behandlingene etter vår ordinære behandlingsmeny med på forhånd avtalte priser.

Slik virker massasje

Statisk muskelbelastning (for eks. høy konsentrasjon over tid ved dataskjermen) gir muskulære belastningsskader, hodepine, konsentrasjonsproblemer, syn forstyrrelser –som igjen kan føre til korte eller lengre sykefravær.

Ved å fokusere på fysisk helse via massasje og dialog om arbeidsstillinger og egen trening, bidrar vi til økt trivsel og mestring i hverdagen for den enkelte ansatte og bedriften i sin helhet. Tiden vi lever i gjør at mange mennesker stresser og bruker kroppen feil eller for lite. Biler, PC, TV og alle modere hjelpemidler sparer oss for tid og anstrengelser, men de gjør også at vi i mindre utstrekning beveger oss på en naturlig og avspent måte. Mangel på bevegelse, statisk arbeid og generell inaktivitet fører ofte til at mange plages av spenninger, belastningsskader og almen tretthet – samt overvekt. Massasje hjelper spente og ømme muskler til å gjenvinne sin smidighet og bevegelighet.

Behandlingene vil være konsentrerte og effektiv:

- Gode resultater for den enkelte og for bedriften gjennom redusert sykefravær og økt effektivitet
- Identifisere og behandle muskulære problemer før de utvikles og den ansatte blir sykemeldt.
- Behandlingen gir ny energi – den ansatte henter seg inn. Behandlingen fremmer bl.a. produksjon av hormonet Oxytocin – et hormon som virker motsatt av adrenalin og gir ro og velvære.
- Personlig massasje kan ikke sammenlignes med en massasjestol. Våre terapeuter tilpasser behandlingen individuelt. I dagens elektroniske verden fremstår personlig kontakt nærmest som luksus.
- Behandlingen gir god sirkulasjon, forbedrer oksygenopptaket – slik at den enkelte går tilbake til arbeidet med fornyet energi etter endt behandling.

Taushetsplikt:

Våre muskelterapeuter har taushetsplikt og behandler den ansatte med gjensidig respekt og diskresjon.

Ta kontakt med oss for uforpliktete tilbud i dag pr e-post: post@missboss-spa.no

Hilsen alle oss i MISS BOSS SPA & Massasje – Sartor 😊



Postadresse:
C/o MISS BOSS Cosmetics AS
Arefjordvegen 280, 5355 KNARREVIK
Org nr. NO 924 117 907 MVA
www.missboss-spa.no