

## *Le Massage*

## *Les bénéfiques*

### *Le Massage AMMA Assis*



*Un levier du bien-être au travail*

*Pour améliorer la QVT*

*Massage habillé sur chaise sans huile.*

*2 phases :*

*une phase de relaxation  
et une phase de dynamisation*

*Déroulement de la séance :*

*Techniques de pressions, étirements,  
balayages et percussions sur le dos, la  
nuque, la tête, les bras et les mains*

*Temps d'une séance standard :*

*15 à 20 min*



*Un outil de gestion du stress en  
entreprise*

*pour prévenir et soulager  
les risques psychosociaux  
les Troubles Musculo-squelettiques  
et le présentéisme*

*Il*

- Elimine les tensions et les blocages dus au stress*
- Soulage les douleurs musculaires*
- Redonne du tonus*
- Augmente la concentration*
- Améliore l'ambiance de travail*

## *Pour qui ?*

### ***Offrez-le!***

*Chaque semaine,*

*Chaque mois,*

*Pour une occasion particulière...*

*Dans le cadre d'une animation*

***Pour chaque acteur de  
l'établissement !***

***Mais aussi pour remercier vos  
collaborateurs ou vos clients...***

## *Comment faire?*

*Vous pouvez en un minimum de temps  
et d'organisation participer à  
l'amélioration de la qualité de vie au  
travail de vos collaborateurs.*

### ***Il vous suffit***

*de me contacter et de me mettre à  
disposition un espace de 6m2 environ.  
Je me chargerai d'apporter le matériel  
nécessaire pour que vos collaborateurs  
bénéficient d'une prestation  
technique de qualité.*

### ***Tarifs***

*Les tarifs seront calculés au plus près de  
vos besoins (Nombres de personnes à  
masser, durée des massages souhaités,  
nombre d'interventions, lieu)*

***Contactez-moi pour un devis***

*TVA non applicable - Art. 293 B CGI*

## *Contact*

### **CONTACT :**

***Anne-Sophie DAURE***

*Praticienne*

*Massage Bien être en entreprise*



***Pour plus d'informations***

***06.31.92.69.27***

***auxmainsdumonde@gmail.com***

*Aux mains du monde*

*Entreprise individuelle*

*9 impasse de la Ringaou - 64420 Andoins*

*Siret : 509 146 304 00027    RCS pau 509 146 304*