

Företagsmassage



Företagsmassage är ett begrepp har blivit mer och mer aktuellt.

Att som företagsledare ge sin personal möjligheten att få massage på arbetsplatsen är en av de mest vinstgivande formerna av företagshälsovård. Det ställs stora krav från olika myndigheter att företagen ska ta hand om sin personal. Här fyller företagsmassage en stor funktion.



En stor del av sjukfrånvaro och minskad effektivitet beror på problem i rygg, nacke och axlar. Företagsmassagen bygger på att massören kommer ut till arbetsplatsen och behandlar personalen där. Det innebär att massagen och dess nytta blir lättåtkomlig. När massagen är lättillgänglig och utan reskrav, tar sig personalen tid att få en behandling. Massagen minskar sjukfrånvaron, ökar effektiviteten hos personalen. Den ges i form av behandlande och framförallt förebyggande.

Massage är en effektiv metod att lösa muskelspänningar och muskelvärk. Idag går var och varannan människa omkring med någon form av muskelvärk. Detta fås genom stressigt, monotont, ensidigt eller hårt arbete. Vid muskelvärk gäller det att åtgärda genast och inte gå och vänta. Då finns det risk att problemen ökar och blir svårare att åtgärda. Massage är ett hjälpmedel mot muskelproblem. Det stora ansvaret ligger på individen själv. Massageterapin handlar om att söka reda på problemen, behandla de med massage och töjning. En behandling avslutas alltid med råd hur du själv ska fortsätta ta hand om din kropp. Både gällande töjning, träning och annat du själv kan påverka.

Behandling direkt ute på arbetsplatsen medför:

- * mindre arbetstidsbortfall = minskad kostnad och produktionsstörning,
- * massören kommer närmare problemet och därför lättare att finna orsaken till den uppkomna skadan = lättare att rekommendera rätt förebyggande åtgärder,
- * bättre uppföljningen av behandlingsresultaten = lättare att motivera till förändring.

Företagsmassagen består av flera delar, vilka passar ert företag?

- Massageterapi som är den handgripliga massagen.
- Rehabilitering med arbetsmiljöprofiler som inriktar sig på människan och dennes förhållande till arbetsplatsen.
- Mikropauser är det naturliga friskvårdsavbrottet i arbetet.
- Nack och ryggympa stärker upp musklerna och ger en bra kroppshållning.
- Utbildning för att öka kunskapen och förståelsen om den egna kroppen.
- Stresshantering, hur kan personalen på ett enkelt sätt sänka sin stress och öka produktiviteten.
- Hjälp till självhjälp, företagsmassage kan inte göra underverk. Den viktigaste faktorn är individen själv och viljan att själv fortsätta för att må bättre.

Personalen kan även få massage på vår praktik och vi sammanställer och skickar faktura.

abata friskvård rekommenderar och är återförsäljare till



Adress:
Munkhagsgatan 116
587 25 Linköping

Tfn: 013-15 11 23
Mobil Anders: 070-555 27 77
E-post: info@abata.se