

MASSAGE ENTREPRISE

Une animation Bien-être par des **Séances individuelles de massage assis et habillé Amma** (acupression japonaise) de 10 à 20 mn par personne suivant vos besoins. C'est un Massage idéal en entreprise, les personnes reviennent à leur poste détendues, heureuses et pleines de courage.

Le massage AMMA est une technique d'acupression japonaise extrêmement relaxante qui consiste à appuyer en douceur sur des points, placés sous l'épiderme, le long de parcours appelés "méridiens".

Ce massage se pratique assis et habillé. Il diminue les tensions physiques et nerveuses. Par une pratique régulière, Il permet de faciliter l'élimination des toxines et d'améliorer la vitalité de la personne.

C'est un massage de confort et de bien-être tout à fait adapté à nos besoins actuels ainsi qu'à notre rythme de vie.

Possibilité de regrouper plusieurs praticiens pour les animations.



Image de marque

Le massage assis, pratiqué lors de foires, congrès, assemblées générales, team-building, portes ouvertes, réunion du personnel... assure une image de marque et d'innovation aux entreprises offrant ce service.

Il permet une pause plus énergisante et bénéfique qu'une pause-café ou pause-cigarette lors d'un workshop, d'une conférence, d'un séminaire...

Valeur de société

Pratiqué auprès de vos employés et collaborateurs, ce service démontre votre souci permanent d'améliorer leur bien-être au travail. Dès lors, le massage assis renforce le sentiment d'appartenance à votre société ou à une équipe.

Il augmente la qualité de travail et le niveau de responsabilisation.

Reconnaissance et Stimulation

Remercier vos collaborateurs après une période lourde, dynamiser vos ventes, améliorer ou préserver l'ambiance saine au sein de votre équipe, récompenser une performance atteinte par un incentive original... autant de raisons pour démontrer votre reconnaissance à votre équipe (autrement que par des primes ou avantages financiers).

Concentration et Créativité

Massage énergétique plus que de détente, les pressions exercées stimulent non seulement les différents méridiens mais également la circulation sanguine, ce qui entraîne automatiquement une meilleure oxygénation du cerveau. Résultat : le massage assis permet de reprendre le travail avec plus de concentration et de créativité, et une meilleure ouverture et aptitude d'esprit.

Efficacité et Rentabilité

Le massage assis permet de reprendre le travail avec plus de productivité et diminue significativement le stress. Ce massage a une action immédiate sur la production d'ocytocine (l'hormone du bonheur). Pratiqué régulièrement sur vos employés et collaborateurs, le massage assis devient donc un outil de prévention économique et rentable en comparaison aux coûts consécutifs à l'absentéisme, au présentéisme, à la démotivation ou à la perte de productivité de vos employés. Améliorer la qualité de vie et l'efficacité de vos employés et collaborateurs, c'est renforcer la santé de votre entreprise.

SMOOTHIE TIME

Un smoothie ou frappé aux fruits est un type de boisson réalisée à partir d'ingrédients frais et naturels tels que des fruits et des légumes mixés, parfois mélangés à des jus de fruits, le plus souvent avec de la glace pilée ou du yaourt glacé



Smoothie Time

Recettes spéciales selon les groupes sanguins



AUTO MASSAGE DO-IN

L'auto-massage Shiatsu (ou Do-in) peut se pratiquer n'importe où et à n'importe quel moment de la journée. Au cours d'un atelier de 45 minutes je vous transmettrai les gestes simples qui aident à dénouer les tensions, assouplir le corps, stimuler la vitalité, renforcer le bon état général.

Un livret récapitulatif vous est livré après l'atelier pour pratiquer à nouveau le mouvements

Le Do-in est une méthode traditionnelle et naturelle de bon entretien de la santé, liée au Shiatsu. Il est basé sur des exercices de respiration, d'auto massage, d'assouplissement et d'étirements. Il stimule les grandes fonctions du corps (respiration, circulation, digestion). En favorisant un rééquilibrage des énergies le Do-in procure détente, bien-être et harmonie.



SHINTAIDO KENKO TAISO

Animation Gymnastique

Le Shintaido Kenko Taiso est une gymnastique traditionnelle matinale japonaise. Jean-Baptiste Choisy vous propose quelques mouvements pour vous étirer les muscles et les méridiens énergétiques. Cette stimulation se fait le matin pour dynamiser, échauffer, étirer et relaxer votre corps. Prenez soin de vous ! Atelier de 45 minutes



Gymnastique énergétique & Réveil musculaire
étirements, échauffements en douceur & respiration.

Application Iphone et iPad

APPLICATIONS APPLE

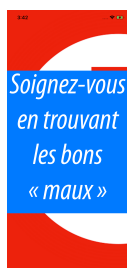
Développements d'application Iphone et iPad. Un souci d'efficacité, un besoin d'aider à l'auto gestion de sa santé et de sa vie. Ces applis sont là pour vous rendre la vie plus facile et agréable ;-)



Tapez :
« enjoyurstay »
dans l'app store.



Tapez :
« La voix
qui guérit »
dans l'app
store.



www.human-touch.fr Spécialiste de la prévention et de l'entretien du corps par Jean-Baptiste Choisy



Pour tout renseignement veuillez contacter :

Human-Touch
Jean-Baptiste Choisy
06 13 41 01 09
jbchoisy@human-touch.fr

www.human-touch.fr