

# MITT I SJÖN

## FÖRETAGSMASSAGE

### Vad innebär företagsmassage?

En massör kommer ut till ert företag enligt era önskemål eller om ni önskar kan behandlingarna ske i mina lokaler på Kallbadhuset. All nödvändig utrustning så som olja och handdukar tar massören själv med sig. Det som behövs är ett ostört rum att massera i. t.ex omklädningsrum, kontorsrum eller mötesrum. Behandlingen som erbjuds är svensk klassisk massage 30min eller 50min. 1 massage i månaden är rekommendationen.

### Varför företagsmassage?

Personalohälsa, ett stigande problem i dagens samhälle? Vem har inte stressade kollegor eller en arbetskamrat som ständigt har ont i ryggen? Dessa problem är inte minst bekymrande för arbetslaget utan orsakar även en stor belastning för företaget i sjukskrivningar, sociala problem och ineffektivitet.

Massage på jobbet kan vara lösningen. Det finns undersökningar som styrker att massage ger många positiva effekter. Det minskar besvär så som ont i nacke, axlar, muskler och leder. Kan lindra huvudvärksproblem och minska upplevda stressymptom betydligt.

Detta i sig ger ekonomiska vinster i minskad antal sjukskrivningsdagar, men utöver detta uppmuntras personalen till förbättrade livsstilsvanor som att bli mer fysiskt aktiva, äta en bättre kost och förbättra sina arbetsställningar. Alltså friskvård, som är avdragsgiltig.

### Pris

När det gäller kostnad kan företaget stå för hela kostnaden, dra en viss summa på den anställdes lön eller utnyttja friskvårdspengen. Priset är 500kr/timme exkl.moms. Företaget/organisationen faktureras en gång i månaden.

Sammanfattningsvis kan man säga att företagsmassage är en klok investering för ert företag och upplevs som en uppskattad förmån hos den anställde.

Frågor?

[info@mittisjon.se](mailto:info@mittisjon.se)

0321 – 14855  
Ågatan 12  
52337  
Ulricehamn

*Krista Chittem*

*Friskvårdsterapeut  
Cert. Massör*

