



## INTERLUDE ZEN

# Le Massage Assis dans votre Entreprise «une solution simple et efficace»

---

Madame, Monsieur,

Interlude Zen intervient dans votre entreprise et vous propose son service de relaxation : le Massage Assis.

La technique de « massage assis » ou Amma « qui signifie apaiser avec les mains » est basée sur l'art traditionnel japonais de l'acupression (shiatsu). Cette technique s'applique le long des méridiens énergétiques situés sur les épaules, le dos, la nuque, les hanches, les bras, les mains et la tête de la personne massée.

L'intention de cette pratique est d'améliorer le tonus et la vitalité, en stimulant la circulation énergétique du corps, tout en apportant une agréable détente. L'alternance des mouvements permet à la personne massée de vivre une véritable pause anti-stress, en se libérant des tensions physiques et mentales. Cette séquence de 15 minutes, hautement chorégraphiée appelée Kata, aidera l'individu à se reconnecter avec tout son potentiel d'énergie et d'efficacité.

Le matériel utilisé est une chaise ergonomique spécialement conçue pour ce type de massage. La personne massée reste habillée. Un espace de 4m<sup>2</sup> est nécessaire.

Pour quel public et quelle opération ?

- Votre personnel et salariés
- Les dirigeants et les cadres
- Les comités d'entreprises
- Vos clients et fournisseurs
- Vos soirées d'entreprise
- Vos séminaires et salons
- Lancement de produits et opérations publicitaires
- Animations et événementiels spécifiques

Quels sont les objectifs ?

- Prévenir ou lutter efficacement contre le stress
- Remettre l'individu performant au centre de l'entreprise
- Améliorer les relations au sein de l'entreprise
- Améliorer la santé au travail
- Réduire l'absentéisme
- Développer la convivialité dans l'entreprise
- Adopter un outil de communication interne et extérieure innovant
- Apporter la dimension bien-être et plaisir dans le monde du travail
- Animer vos séminaires et événements ponctuels

Notre tarif référentiel est de 1 euro/minute. Il s'agit du tarif conseillé par l'ABPMA (Association Belge des Praticiens en Massages Assis) afin de préserver un coût de service de qualité qui soit équitable pour le client et pour le praticien + les frais de déplacement.

*Coût du massage par rapport au coût de l'absentéisme :*

*Un massage assis par mois vous coûte environ 0.50 euro/jour.*

*Que vous coûte un jour d'absence ? Pensez-y ....*

### ***Adoptez la « zen entreprise »***

N'hésitez pas à me consulter pour de plus amples informations chez

Philippart Sonia - **INTERLUDE ZEN**

*Massothérapeute certifiée*

*Conseillère en hygiène de vie et nutrition IHMN*

24 rue la Coulée 4577 MODAVE

+32(0)478/38.88.10

[Fleurdebach40@hotmail.com](mailto:Fleurdebach40@hotmail.com)

<http://interludezen.voila.net>