



# Waar massage en preventieve gezondheidszorg samenkomen



## De massagestoel en preventieve gezondheidszorg

Een opkomende trend in gezond leven & werken is het denken in preventieve gezondheidsmaatregelen. In Arbotermen: het voorkomen van verzuim van medewerkers door de inzet van preventieve middelen.

Preventie volgens Wikipedia: het geheel van doelbewuste initiatieven die anticiperen op risicofactoren en ageren wanneer eerste signalen zich ontwikkelen en de problematiek aan het ontstaan is.

Sinds een aantal jaren wordt de stoelmasseur steeds vaker op de werkplek ingezet om medewerkers te behandelen en niet zonder succes. Als uitbreiding hierop is de inzet van een massagestoel te overwegen om medewerkers een moment van ontspanning te bieden op het moment dat het hen uitkomt en zonder een afspraak te maken.

Om verwarring te voorkomen de volgende begrippen:

- Stoelmassage** Masseur die cliënten ter plekke een massage biedt. Cliënt zit op een speciale stoel met de rug naar de masseur toe.
- Massagestoel** Een volautomatische stoel die de gebruiker een schouder, rug, billen en been massage geeft, waarbij verschillende massage technieken worden gebruikt. Bij een aantal stoelen kunnen zelfs de voeten gemasseerd worden.

Deze folder gaat over de voordelen van een massagestoel.

## Gebruikers ervaringen

De massagestoel heeft in de afgelopen jaren een sterke technologische ontwikkeling doorgemaakt. Waren veel mensen in het verleden sceptisch over het gebruik van een massagestoel (de massages waren hard en onplezierig), nu ervaren gebruikers de massagestoel als een welkom moment van ontspanning om stijfheid van spieren te verminderen.

Gebruikers van onze massagestoelen hebben daadwerkelijk het gevoel dat er iets gebeurt is.



## Massagestoel als Arbo voorziening

Het ontspannende effect van de massagestoel levert een bijdrage aan gezondheid en productiviteit van uw medewerkers. Dat wordt bevestigd door gebruikers die keer op keer verrast zijn door het resultaat van de massagestoel. Ze ervaren een daadwerkelijke ontspanning.

Deze ervaring van gebruikers maakt dat de massagestoel uitstekend ingezet kan worden in het kader van preventieve gezondheidszorg. En juist het laatste is een mooie link naar de oorsprong van massage: het brengen van een lichamelijke en geestelijke ontspanning, nog voordat lichamelijke klachten zich voor gaan doen.

Naast positieve gebruikerservaringen is de massagestoel een product dat wetenschappelijk aanbevolen wordt. De afdeling Kinesiologisch Onderzoek van de Faculteit Geneeskunde aan de Universiteit van Valencia heeft de positieve effecten van massagefauteuils op de rugspieren onderzocht en vastgesteld.

## Statische belasting

Met een massagestoel wordt ingespeeld op het vroegtijdig voorkomen van verzuim van medewerkers. Statische belasting kan leiden tot KANS (klachten arm nek schouder), hoofdpijn en lage rugklachten door hoge spierspanning.

In de massagestoel worden de spieren van de nek en rug met behulp van luchtdrukkussens gemasseerd en gekneed totdat er een weldadige ontspanning van de spieren optreedt.

In 15 minuten tijd verbeteren de doorbloeding en de stofwisseling en worden afvalstoffen afgevoerd. Dit geeft ontspanning van de spieren, vermindert het gevoel van stress en heeft een positief effect op nek-, schouder- en rugklachten en bovenal op het welzijn van uw medewerker.

### Effecten van de massagestoel:

- verbetert & stimuleert bloedsomloop
- ontspant spieren
- stress reductie
- activeert stofwisseling
- positief effect op psyche
- bevordert afvoer afvalstoffen
- positief effect op schouder- & rugklachten
- vermindert de druk op de wervels en tussenwervelschijven



De massage stoel is laagdrempelig, het kost weinig tijd, uw medewerkers kunnen gekleed plaatsnemen op ieder wenselijk moment. U hoeft geen afspraak te maken met een masseur. Kosten voor uw bedrijf zijn éénmalig.

## Wat doet de massagestoel

Voorafgaand aan de massage scant de stoel de medewerker op lengte, zodat de massage altijd op de juiste hoogte begint. De massagestoel past een combinatie toe van diverse massagetechnieken en kent diverse automatische massageprogramma's.

De handmatige modus geeft de gebruiker de mogelijkheid om zelf de plaats en vorm van de massage te kiezen. Luchtdrukkussens (airbags) zorgen voor een aangename massage van rug, billen, benen en eventueel voeten.

## Ervaar het zelf

De massagestoel is bij veel mensen nog onbekend, daarom is kosteloze proefplaatsing van een stoel gedurende een week bespreekbaar.

Een professionele massagestoel is er al vanaf €1.340 exclusief btw en afleveringskosten.

## Over TotalSeat

TotalSeat is sinds 2008 de specialist op het gebied van massagestoelen en -producten. TotalSeat is gevestigd in Amersfoort en heeft een eigen showroom waar diverse stoelen ervaren kunnen worden.

Naast verkoop bieden wij ook huurkoop en verhuur van massagestoelen. Wij hebben als doel iedereen een TotalSeat moment te bieden om daarmee een bijdrage te leveren aan een iets meer ontspannen Nederland.

## TotalSeat

Spaceshuttle 6-G | 3824 ML Amersfoort | 033 30 200 10

## Showroom

2 minuten vanaf de A1, afslag 13 Amersfoort-Noord

[www.totalseat.nl](http://www.totalseat.nl) | [info@totalseat.nl](mailto:info@totalseat.nl)