

REFLEXOLOGIE,
MASSAGE ASSIS &
ATELIERS
D'AUTO-MASSAGES EN
ENTREPRISE
&
ASSOCIATION

Réflexomax
Maxime Bansard

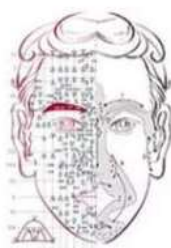
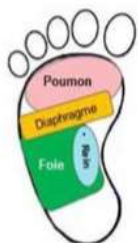
www.reflexologie-combinee.net
reflexomax@gmail.com

07.66.59.77.88

Siret : 847 823 234 00012

QU'EST-CE QUE LA RÉFLEXOLOGIE & LE MASSAGE ASSIS ?

- La réflexologie repose sur le postulat que chaque organe, chaque partie du corps ou fonction physiologique correspond à un point ou à une zone précise dont on trouve une projection sur les pieds, les mains, le visage ou les oreilles.
- Ces projections sont appelées «zones réflexes». Nous retrouvons l'entièreté des fonctions du corps humain via ces «zones réflexes» aujourd'hui identifiées et cartographiées.
- En stimulant ces zones, le système nerveux (cerveau) est sollicité afin qu'il orchestre le bon rétablissement du corps.
- La réflexologie est reconnue pour ses effets positifs en terme de bien-être et permet d'aider le corps à conserver sa bonne santé.
- Le amma assis ou massage assis, est un art traditionnel venant tout droit du Japon, chronologiquement précurseur du Shiatsu et remontant à 1300 ans. « An Mo » qui a donné « Amma », signifie littéralement calmer par le toucher. La séance est menée sur une personne habillée qui a juste à s'asseoir sur une chaise spéciale et à se laisser masser les épaules, le dos, la nuque et les bras.



QUELS BIENFAITS?

- Relaxer, détendre dans un cadre préventif, pour relâcher les tensions physiques ou mentales, (le stress étant à l'origine de nombreux dysfonctionnements dont les troubles psychosomatiques).
- Faciliter le sommeil et la récupération physique ou psychique.
- Réduire l'état d'anxiété.
- Diminuer la sensation et la perception de la douleur.
- Réguler le système nerveux et hormonal.
- Activer la circulation sanguine et lymphatique.
- Prévenir, soulager un grand nombre de troubles, harmoniser les différents systèmes anatomiques.

Conformément à la loi, la pratique de la réflexologie ne peut être en aucun cas assimilée à des soins médicaux ou de kinésithérapie, mais à une technique de bien être par la relaxation physique et la détente libératrice de stress. (Loi du 30.04.1946, décret 60669 de l'article I.489 et de l'arrêté du 8.10.1996).

RÉFLEXOLOGIE & MASSAGE ASSIS AU TRAVAIL

- La qualité de vie au travail est un terme de plus en plus utilisé dans le monde de l'entreprise et associatif. Le postulat est le suivant, un salarié heureux, bien dans ses baskets est un salarié qui sera productif.
- Certaines entreprises et associations mettent en place une politique de bien-être au travail directement via les départements Ressources Humaines, ou bien grâce aux CSE.
- La réflexologie et le massage assis de part leurs bienfaits rentrent dans ce cadre aussi bien par des séances individuelles prodiguées au sein de votre structure que par l'organisation d'ateliers en groupe qui permettent via des auto-stimulations d'intervenir sur les thèmes suivants :
 - Soulager les maux de dos et maux de tête
 - Soulager le stress et les émotions négatives
 - Booster son immunité
 - Mieux gérer son sommeil
 - Mieux gérer sa digestion
 - Réflexologie et libido
 - Apprendre le massage bien-être de la nuque, des trapèzes et des bras pour se détendre

- La venue en entreprise nécessite la mise à disposition d'une petite salle de 6m² au minimum pour les séances individuelles afin de pouvoir positionner un siège de réflexologie ou une table de massage ou une chaise de massage assis. La réflexologie plantaire nécessite l'accès aux pieds nus afin de procéder au modelage, Les pieds seront nettoyés par le reflexologue à l'aide d'une lingette nettoyante, La personne recevant le soin reste habillée pendant toute la durée du soin mise à part pour la partie des pieds. Le amma assis est un massage habillé. Pour les ateliers, il faut prévoir une salle adaptée au nombre de participants.

SEANCES INDIVIDUELLES EN REFLEXOLOGIE

SEANCES INDIVIDUELLES DANS VOS LOCAUX:

Si vous organisez une journée bien-être **ponctuelle** sur votre lieu de travail, les séances individuelles peuvent se segmenter ainsi :

Durée par séance: 20 minutes / personne
 30 minutes / personne
 45 minutes / personne
 60 minutes / personne

TARIFS (TVA non applicable, art. 293 B du CGI.) :

- **2 heures** sur place, compter **130€ Net**
(6 personnes prises en charge sur séances de 20 minutes sur la pause déjeuner par exemple)
- **4 heures** sur place, compter **240€ Net**
(12 personnes prises en charge sur séances de 20 minutes sur une matinée ou un après-midi)
- **8 heures** sur place, compter **440€ Net**
(24 personnes prises en charge sur séances de 20 minutes sur une journée complète)

VOUS POUVEZ COMBINER LA REFLEXOLOGIE ET LES MASSAGES ASSIS

- Dans le cas où vous souhaiteriez des **interventions multiples**, un **tarif dégressif accompagné d'un contrat de partenariat** sera proposé. Les frais de transport sont inclus pour les déplacements sur Paris et sa région. Pour les déplacements en province, le coût du transport sera à la charge de l'entreprise ou de l'association.

SÉANCES INDIVIDUELLES EN MASSAGE ASSIS (AMMA) SUR CHAISE ERGONOMIQUE

SEANCES INDIVIDUELLES DANS VOS LOCAUX:

Si vous organisez une journée bien-être ponctuelle sur votre lieu de travail, les séances individuelles peuvent se segmenter ainsi :

Durée par séance: 10, 15, 20 ou 30 minutes / personne

TARIFS (TVA non applicable, art. 293 B du CGI.) :

- 2 heures sur place, compter **130€ Net**
(6 personnes prises en charge sur séances de 20 minutes sur la pause déjeuner par exemple)
- 4 heures sur place, compter **240€ Net**
(12 personnes prises en charge sur séances de 20 minutes sur une matinée ou un après-midi)
- 8 heures sur place, compter **440€ Net**
(24 personnes prises en charge sur séances de 20 minutes sur une journée complète)

VOUS POUVEZ COMBINER LA REFLEXOLOGIE ET LES MASSAGES ASSIS

- ❑ Dans le cas où vous souhaiteriez des **interventions multiples**, un **tarif dégressif accompagné d'un contrat de partenariat** sera proposé. Les frais de transport sont inclus pour les déplacements sur Paris et sa région. Pour les déplacements en province, le coût du transport sera à la charge de l'entreprise ou de l'association.

ATELIERS EN GROUPE : AUTO- MASSAGES

MISE EN PLACE D'ATELIERS :

- Les ateliers ont pour objectif d'apprendre aux participants à utiliser des auto-stimulations qui leurs permettront de reproduire eux même les massages.
- Les ateliers s'effectuent avec des groupes entre 4 et 14 personnes et durent entre 1h00 et 3h00 en fonction du temps choisi.
- Il n'y a pas de matériel nécessaire si ce n'est un local avec des chaises afin d'accueillir le groupe ou des tapis de yoga ou serviettes pour s'installer au sol.
- Les auto-stimulations peuvent s'effectuer sur le visage, sur les mains ou sur les pieds.

TARIFS DES ATELIERS (TVA non applicable, art. 293 B du CGI) :

- **120€** Net pour 1 heure, **220€** Net pour 2 heures, **300€** Net pour 3 heures
- **Thèmes proposés :**
 - Soulager les maux de dos et maux de tête
 - Soulager le stress et les émotions négatives
 - Booster son immunité
 - Mieux gérer son sommeil
 - Mieux gérer sa digestion
 - Réflexologie et libido
 - Apprendre le massage bien-être de la nuque, des trapèzes et des bras pour se détendre

- Les ateliers peuvent avoir lieu à des dates différentes et sur des sites différents. Ils peuvent être construits à la demande en fonction des besoins de votre structure. Les frais de transport sont inclus pour les déplacements sur Paris et sa région. Pour les déplacements en province, le coût du transport sera à la charge de l'entreprise ou de l'association.

RÉFLEXOLOGIE, MASSAGE & ATELIERS EN IMAGES



- Les séances individuelles peuvent se faire en réflexologie plantaire, réflexologie faciale, réflexologie palmaire, ainsi qu'en massage assis.
- Les ateliers sont construits sur demande à partir de 4 participants.



MAXIME BANSARD

www.reflexologie-combinee.net

<https://www.facebook.com/ReflexologieCombinee>

07.66.59.77.88

reflexomax@gmail.com

Responsabilité Civile Professionnelle & Exploitation :

Contrat groupe MEDINAT n° 114 241 615

Siret : 847 823 234 00012

Version Juin 2020