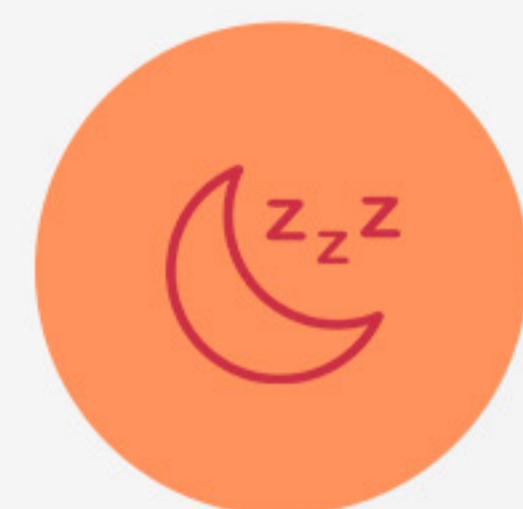


VOORDELEN VAN MASSAGE

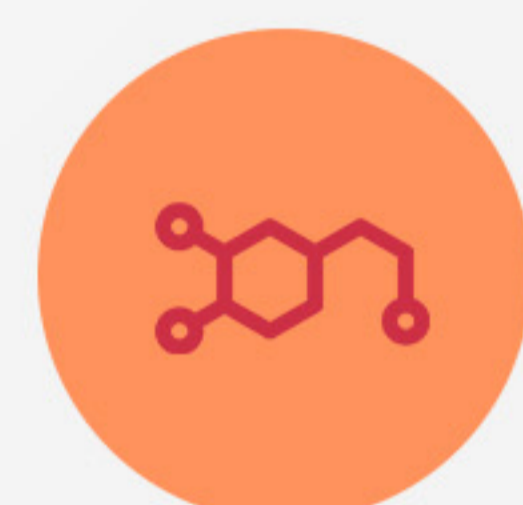
OP KANTOOR



1 Helpt voor een verbetering van het immuunsysteem wat de ziektedagen kan verminderen



2 Zorgt voor een betere en kwaliteitsvolle slaap en een uitgeruste geest



3 Helpt het lichaam serotonine en dopamine vrij te geven waardoor mensen productiever zijn



4 Voorkomt en vermindert vaak voorkomende klachten zoals lage rugpijn, nekpijn, schouderklachten en ontstekingen aan pezen en gewrichten door lang stilzitten



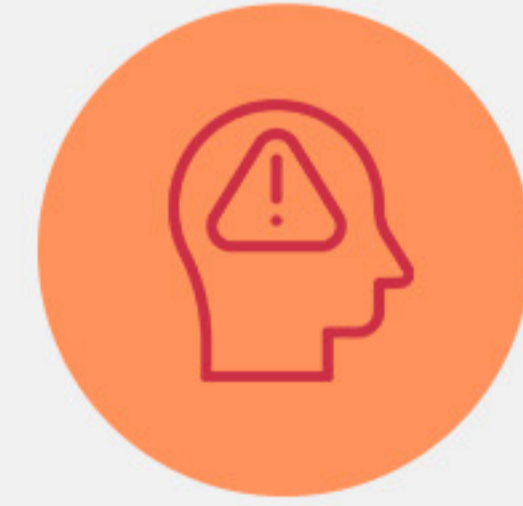
5 Stimuleert een goede doorbloeding waardoor migraine en hoofdpijn wordt voorkomen



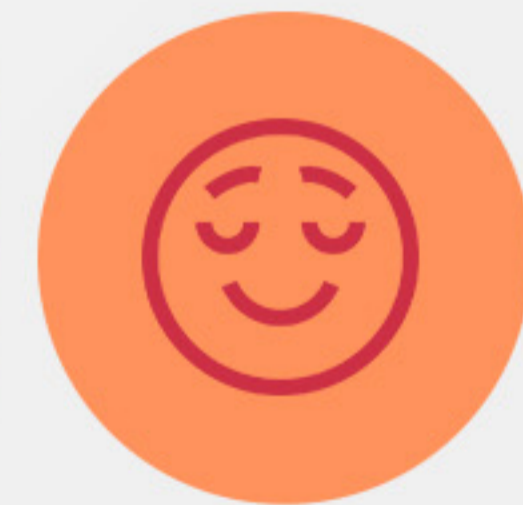
6 Verbeterd de bloeddruk wat het risico op hart- en vaatziekten verlaagt



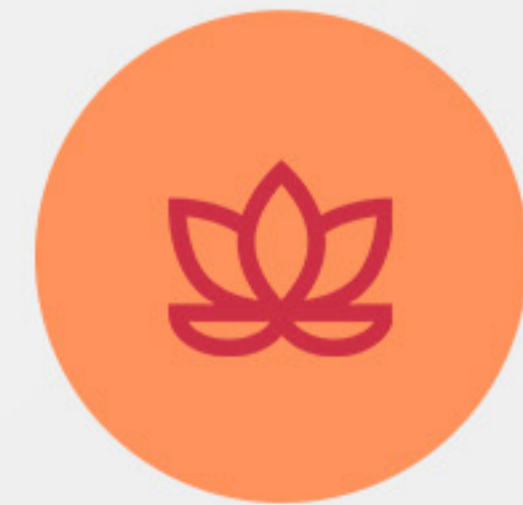
7 Helpt als ontspanningsmoment om de stress van zich af te zetten



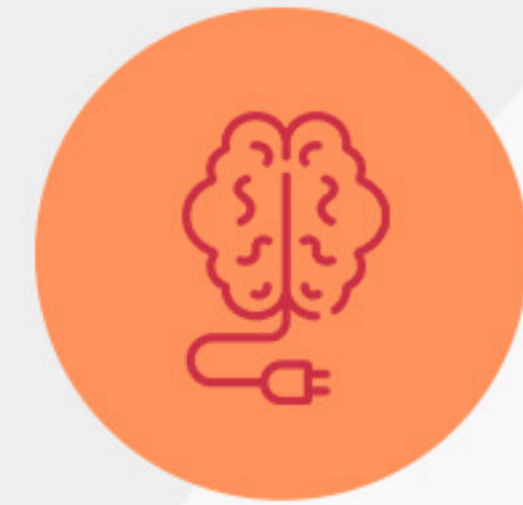
8 Verhoogt de mentale alertheid gedurende de werkdag



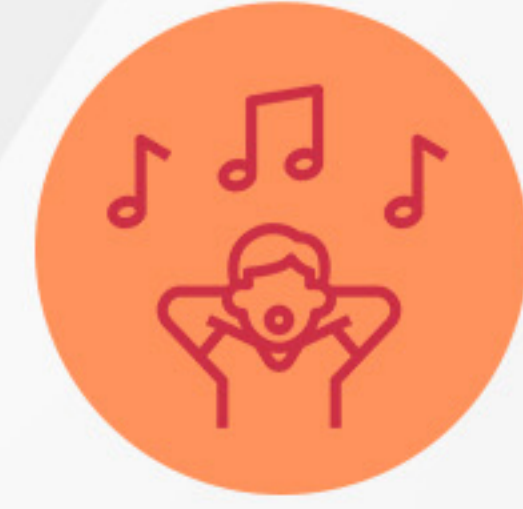
9 Verlicht de spanning in de spieren en verbetert de doorbloeding



10 Helpt het lichaam endorfines vrijgeven wat zorgt voor meer rust en een betere mentale focus



11 Draagt bij aan het voorkomen van burn outs en mentale overbelasting



12 Verlaagt het stresshormoon, cortisol, wat voor een betere stemming op de werkvloer zorgt

