



MASSAGEPRAKTIJK

Jolande Meijer

TouchPro® Stoelmassage
Bedrijfsmassage
(Holistisch) massagetherapeut



Stress, vermoeidheid, pijn... we kennen het allemaal.

Bij de één komt het door een jachtig leven en te weinig rust en bij de ander door het langdurig in dezelfde houding bezig zijn. Beide situaties kunnen er toe leiden dat we ons slap en energieloos voelen of dat we spanning en fysieke pijn ervaren. Hoofdpijn, nekklachten, schouderklachten, rugklachten, RSI, slapeloosheid...?

Het lichaam geeft daarmee aan dat het teveel is geweest.

Herkent u deze situaties?

Denk dan eens aan stoelmassage, voor uw personeel en voor uzelf.

Wat is stoelmassage?

Stoelmassage is afgeleid van traditionele Japanse acupressuur-massage. Door het stimuleren van een aantal drukpunten op hoofd, nek, schouders, rug, heupen, armen en handen, wordt de doorstroming bevordert. Spieren en zenuwen ontspannen en geblokkeerde energie komt vrij.

Op deze manier raakt het lichaam weer in balans, zodat stress en vermoeidheid minder kans krijgen om klachten te veroorzaken. Het is een moment van rust en stilstaan bij jezelf. De werking is vitaliserend en kan effecten van stress voorkomen.

Deze massagevorm wordt over de kleding heen gegeven en is in 15 minuten afgerond.

Waarom stoelmassage?

Stoelmassage wordt op locatie gegeven bij een bedrijf.

De stoelmasseur probeert werknemers gezonder te laten leven door een ontspannende massage te combineren met het geven van adviezen en het aanreiken van oefeningen. Door regelmatig stoelmassage in een organisatie aan te bieden groeit het besef dat klachten te behandelen en te voorkomen zijn.

Evenement

Bij een evenement zoals een personeelsbijeenkomst, de secretaresdag, een langdurige vergadering of onderhandeling is stoelmassage een aantrekkelijk moment van rust en ontspanning. Als bedrijf kunt u één of meerdere stoelmasseurs voor deze speciale gelegenheid inhuren om uw personeel, uw gesprekspartners en uzelf te belonen.

Individuele behandeling

Massagepraktijk Jolande Meijer heeft de mogelijkheid voor individuele behandeling in de eigen praktijk. Hier worden verschillende vormen van massagetechnieken en bewustwordings-technieken toegepast, zoals Klassieke massage, Energetische- en Chakra massage, Bindweefsel massage, Voetreflexzone massage, Visualiseren en Focussen.

Holistische visie

Massagepraktijk Jolande Meijer werkt vanuit een holistische visie. Lichaam en geest zijn één (holos = heel). Door massage leren mensen beter voelen wat zich in hun lichaam afspeelt, waar spanningen zitten, welke emoties spelen en hoe ze er mee om kunnen gaan. Mensen krijgen besef van spanningen en emoties, kunnen ze herkennen, accepteren en een plek geven. Massage kan helend zijn. Mensen leren eigen verantwoordelijkheid te nemen en te luisteren naar hun lichaam en gevoel. Zo kunnen mensen gezonder om gaan met hun leven en hun werk.

Even voorstellen

Jolande Meijer (1960) is opgeleid tot holistisch massage-therapeut op Holos, een HBO beroeps-opleidingsinstituut in Utrecht. Daarnaast heeft ze de opleiding tot TouchPro® stoelmasseur gevolgd bij TouchPro® Europe in Rotterdam. Voordat ze massagetherapeut werd, heeft ze vierentwintig jaar gewerkt als kinderverpleegkundige.

Rozenstraat 130
1214 BX Hilversum
T. 0623 149 389
jol@jolandemeijer.nl
www.jolandemeijer.nl