



## **Betriebliche Gesundheitsvorsorge durch mobile Massagen**

*Kampf dem Burn Out...Gezielt Auszeiten am Arbeitsplatz schaffen*

Anfangs war Frau Johannsen im privaten Bereich als Nordic Walking Trainer und als Massagetherapeutin tätig. Heute haben nun immer mehr Unternehmen die Zeichen der Zeit erkannt und setzen für Ihre Mitarbeiter auf Prävention und beugen somit teure und unnötige Ausfallkosten vor.

Zu den Tätigkeiten gehören die mobile Büromassage, Massage allgemein, die Messebetreuung, Muskelentspannung, Nordic Walking-Kurse und die Bürofitness. Gerade auf Messen oder vergleichbaren Events bieten sich mobile Massagen für die Gäste und Besucher optimal an. Diese werden stets gern in Anspruch genommen. Ohne einen großen Aufwand bleibt so das Unternehmen in einer positiven, bleibenden Erinnerung. Ein erfolgreiches Unternehmen benötigt gesunde Mitarbeiter, denn etwa 19 Millionen Arbeitnehmer in Deutschland üben eine sitzende Tätigkeit aus, diese meist vor einem PC. Hier machen den Mitarbeitern vor allem Rückenprobleme und Schulter- und Nackenverspannungen zu schaffen. Dies lässt heute den Krankenstand beträchtlich in die Höhe steigen. Ausgelöst von der starren Sitzhaltung am PC und der ständigen Verspannung führt dies zwangsläufig zur Verhärtung dieses Bereiches. Daraus resultieren Kopfschmerzen, Nackenverspannungen und sogar Migräneanfälle. Aber auch die psychischen Erkrankungen, die durch Leistungsdruck und Stress entstehen, sind in der heutigen Zeit immer mehr im Vormarsch. Täglich werden wir mit dem Thema Burn out konfrontiert.

In Anbetracht oben genannter Tatsache, aber auch durch die Verlängerung der Lebensarbeitszeit ihrer Mitarbeiter investieren heute immer mehr Unternehmen in eine betriebliche Gesundheitsvorsorge. Dadurch können Fehlzeiten gesenkt, die Arbeitsattraktivität und Motivation verbessert werden, es kommt zu einer Imageaufwertung und zur Sicherung der Beschäftigungsqualität. Denn in der heutigen Zeit steigen durch neue und komplizierte Arbeitsprozesse und Technologien die Anforderungen an die Arbeitskräfte und somit nehmen auch die psychischen und physischen Probleme immer mehr zu.

## **Pressekontakt**

INTRAG Internet Regional AG

Herr Tobias Gleue  
Sophienblatt 82-86  
24114 Kiel

intrag.de/  
presse-stelle@intrag.de

## **Firmenkontakt**

Mobile Massagen

Frau Marit Johannsen  
Jakob-Eißer-Platz 12  
50354 Hürth

büro-relax.de  
buerorelax@aol.com

Bürorelax betreut seine Kunden seit 4 Jahren, Inhaberin Marit Johannsen