



Massage Amma Assis en entreprise

Une réponse simple au stress professionnel qui s'inscrit parfaitement dans une démarche de Qualité de Vie au Travail

Selon l'INSEE, les conditions de travail et les risques psychosociaux sont des préoccupations majeures en 2025

- ✔ Le stress professionnel est devenu l'un des principaux facteurs d'absentéisme et de démotivation au sein des entreprises françaises.
 - 61 % des salariés ressentent du stress au travail au moins une fois par semaine, et 19 % déclarent en souffrir quotidiennement.
 - Les troubles psychologiques représentent 15 % des arrêts maladie, et près d'un arrêt long sur quatre est lié à ces troubles.
- ✔ Inventé par David Palmer, le massage Amma assis est une solution efficace et accessible pour prévenir le stress en milieu professionnel.

Pratiqué habillé, sur une chaise ergonomique et en seulement quelques minutes, il s'adapte à tous les environnements : bureaux, événements, séminaires, etc.

Grâce à des pressions ciblées sur le dos, la nuque et les bras, zones-clés de tension, il apporte rapidement détente, relâchement et énergie.

Durée : 20 minutes par personne (durée adaptable)

Lieu : directement dans vos locaux, sans perturber votre organisation.



Tarifs : 60 € net de l'heure

Forfait demi-journée (3 heures) : 170 € net

Forfait journée complète (6 heures) : 340 € net

Tarifs dégressifs selon le nombre de participants. Des frais de déplacement peuvent s'appliquer selon le secteur

Maeva Boujot Praticienne certifiée
massage amma assis
07 60 04 53 51
contact.maevaboujot@gmail.com