

• Wellness et Massage Services

Une pause bienfaisante au bureau grâce au massage

Le massage répond à un véritable besoin dans les entreprises où le personnel est soumis à un stress quasi permanent. Pour combattre ce fléau des temps modernes, il n'est qu'un remède: s'abandonner aux mains expertes des masseurs et masseuses de Wellness et Massage Services. Nul besoin d'aller jusqu'à eux, il se déplacent!

Difficile d'échapper au stress dans notre société actuelle. Le monde de l'entreprise particulièrement, est devenu très stressant, avec des exigences toujours plus importantes: adaptabilité, performance, rentabilité, polyvalence... La pression est toujours là, omniprésente, et poussée à son extrême, conduit à des troubles musculo-squelettiques, au



dérèglement du système neuro-végétatif matérialisé par exemple par la perte du sommeil, des troubles digestifs, des céphalées... voire la dépression et le burn-out. Toutes ces manifestations, si elles deviennent chroniques, peuvent aboutir à l'émergence de pathologies véritables. Comme l'explique Thao Tran Dinh, directeur de Wellness et Massage Services (WMS): «Mieux vaut prévenir que guérir». Autrement dit, encourager les décideurs à oser l'innovation en les amenant à se préoccuper, au sein même de l'entreprise, du bien-être de leurs équipes.

Le massage, tel qu'il est pratiqué par WMS, permet aux salariés de bénéficier d'un instant de récupération qui va les défatiguer et les redynamiser comme après une bonne sieste. «Ce massage dure 20 minutes, précise Thao Tran Dinh, le temps d'une pause». Il s'effectue selon un protocole propre à WMS, fruit de l'expérience de son fondateur, masseur-kinésithérapeute de formation mais également ostéopathe et acupuncteur. «Avant de me tourner vers le service en entreprise, j'ai commencé par de l'événementiel dans le milieu sportif, où je continue à intervenir, souligne-t-il. Ma technique est issue de mes connaissances en massage classique, en massage chinois, en ostéopathie, drainage lymphatique et médecine holistique». Ainsi, ce massage qui se pratique allongé et habillé est plus complet qu'un massage sur chaise, car il permet de prendre en compte la personne dans sa

globalité. Et même s'il a été spécialement «conçu et étudié pour soulager les zones connues de tension», il sait aussi faire cas des besoins de chacun.

Bien-être assuré

Les masseurs ont tous été formés à l'école WMS ouverte en 2002, «pour être en totale adéquation avec la philosophie de la société et cohérents avec un savoir-faire qui est commun à chaque praticien».

«Toute société peut s'assurer les services d'une équipe de masseurs. Ce seront toujours les mêmes qui interviendront avec leur matériel disposé ou en open space, ou dans un local qui peut leur être alloué dans l'entreprise», explique Thao Dinh Tran avant d'ajouter: «Bien évidemment, le mieux pour pouvoir parvenir aux objectifs visés est d'avoir une action pérenne. Et c'est là que notre activité trouve sa raison d'être, car elle offre justement la possibilité d'instaurer un service régulier».

Ce service peut faire partie de la politique de santé d'une entreprise, ou mieux, cette politique peut se construire autour de cette offre de massage et ensuite être complétée par d'autres actions. «Plutôt qu'être uniquement prestataires de services, nous pouvons les accompagner et jouer un rôle dans la mise en place de cette politique», fait remarquer le directeur de WMS.

Il y a beaucoup à y gagner (cf l'encadré ci-après). Certains qui comptent parmi la

clientèle de Wellness et Massage Services l'ont bien compris, comme par exemple Skyguide. Au terme de l'action globale menée durant un an par l'équipe de masseurs, tout le personnel affecté au contrôle aérien a pu affirmer sa bonne humeur retrouvée.

D'autres grands groupes leur ont également accordé leur confiance. Parmi eux, il y en a qui en recourant à leurs services, se sont montrés précurseurs dans leur domaine, comme la Banque privée Edmond de Rothschild. Mais citons aussi le groupe Novotel Genève Centre, Nestlé ou encore, dans l'immobilier, la Société Privée de Gérance... ■

Martine Vineturine

Contact : Wellness et Massage Services
67, rue de Lausanne – 1202 GENEVE
022 738 32 92

14, avenue du Jura – 01210 FERNEY VOLTAIRE
33 609 43 45 22

Site Internet : www.wms-services.com

GROS PLAN

Le stress a un coût... et des effets pervers

Le stress, s'il peut se révéler positif en agissant comme catalyseur, en rendant plus performants et créatifs certains individus, est profondément néfaste à hautes doses et sur la durée. Aujourd'hui, c'est un trouble majeur qui se développe et affecte le plus grand nombre, dans les sociétés développées et en voie de développement, dans les entreprises grandes ou petites et dans le secteur privé comme dans le secteur public.

Il a un coût pour les entreprises, en ayant pour conséquence un fort taux d'absentéisme, une baisse de la productivité, une augmentation des coûts médicaux, le renouvellement du personnel, etc. En 2000, le Secrétariat d'Etat à l'Economie a publié une étude consacrée à ce coût du stress sur le territoire helvétique. Il a été estimé à «1,44% du PIB, soit pour 2004 à plus de 6,4 milliards de francs. Les traitements médicaux représentent 40% des dépenses, les rentes 10% et le coût des absences et des pertes de production 50%».

Prévenir les situations de stress peut véritablement, à terme, se révéler rentable...

Autre chiffre, annoncé cette fois par l'Office Fédéral de la Statistique, selon une enquête réalisée en 2002: 45% des Suisses avoueraient ressentir «une forte tension au travail, responsable de maux de dos, d'insomnies, de migraines et de troubles psychiques».