Fanny Souq
« Les Ages »
19600 Chartrier-Ferrière

0663386049
souqf@yahoo.fr
Siret : 802465880000

Objet : Projet Massage relaxation-détente et Relaxation Collective

Madame, Monsieur,

Veuillez trouver ci dessous une vision d'ensemble du projet « massage relaxation-détente »que je propose au sein d'entreprise et de toute autre structure.

La base du massage que je pratique est le massage « Amma assis ». C'est un massage habillé de la tête, de la nuque, du dos, des bras et des mains. Il s'agit d'un enchaînement de points d'acupression relaxant, apaisant et dynamisant, reconnu par la fédération Fedefma, pour réduire les tensions, le stress et la nervosité. Après un massage de 15-20 min, la personne massée est dans un état de bien-être physique et mental lui permettant de reprendre son activité avec force et entrain.

J'ai pratiqué le massage en tant qu'éducatrice spécialisée et au sein de mon entourage, pendant plus de 10 ans. C'est après avoir été opérée du dos, à l'adolescence, que j'ai ressenti les bienfaits du massage. J'ai commencé alors à apprendre l'anatomie du corps et à expérimenter différentes techniques de bien-être, adaptées aux besoins de chacun. Aujourd'hui, certifiée praticienne en massage « Amma assis » et installée en Corrèze depuis deux ans, je développe le projet « bien-être accessible à tous, en milieu rural », à travers entre autre le massage, la relaxation, l'écoute et les fleurs de Bach. J'interviens à domicile, en événementiel, en entreprise...

Je me réjouis donc, de proposer et de mettre en place le projet « massage relaxation-détente », pour le bien-être de votre équipe.

Le temps que les salariés prennent connaissance de ce nouvel espace et osent l'investir, il paraît difficile d'établir un emploi du temps définitif. Pour commencer, une journée de découverte serait proposée et par la suite une mise en place d'un planning à expérimenter.

Voici ce que je propose :
Un devis forfaitaire basé sur une présence hebdomadaire de 4h. Soit un forfait mensuel de 16h, pour une période d'essai de plus ou moins un mois par exemple, le temps de faire le bilan de la fréquentation/demande des salariés et de ré-ajuster les plages horaires.

Pour commencer, je m'engage à ne compter que les heures travaillées. Si durant 4h de présence, je ne travaille pas pendant 1h, je comptabilise seulement 3h !

Points à définir ensemble :

- les horaires (par exemple 10h-14h le lundi et 18h-20h le mardi, ou en fin de semaine, je ne connais pas le rythme de travail des salariés ni les jours d'ouverture de l'établissement)
- la fréquence mensuelle d'intervention (chaque semaine ou tous les 15 jours)

Par expérience, établir un jour et un horaire fixe, chaque semaine, permet d'établir un cadre et un rythme clair pour tout le monde.

| Options | Tarifs |
|---|---|
| Forfait 4h | 200 euros |
| Forfait mensuel 8h | 350 euros |
| Forfait mensuel 16h | 650 euros |
| | |
| Journée découverte plus ou moins 4h | 150 euros |

Je peux également proposer des temps de Relaxation Collective, si cela répond à un besoin de l'établissement.
Je suis heureuse d'être disponible pour créer et expérimenter un espace Bien-être, adapté aux besoins !

Dans la joie de cette co-création,

Recevez, Madame, Monsieur, mes sincères salutations.

Fanny Souq