



FRISKONOMEN
FMI EUROPE AB

Fujiiryoki är en den första massagefåtöljen som byggdes i hela världen 1954 och har 70 års utveckling. Företaget har spridit sin unika "japanska massagestolskultur" från Japan till världen och har bidragit till livsstils och hälsoförbättring för många människor. Från start har Fujiiryoki utvecklat produkter som svarar på kundernas behov och är alltid i framkant med ny teknologi.

Friskonomen hjälper kontorshotellet att ta fram vilrummet för alla kunder som också tillfredställer arbetsgivarnas ansvar.

FUJIIRYŌKI



Medicinskt tekniskt certifierade i Japan

KONTORSHOTELL
PROFESSIONELL MILJÖ

Hälsa & återhämtning

Vilrum för arbetsplatser

SINNENAS RUM



Ett perfekt vilorum på en arbetsplats bör vara en plats där medarbetare kan koppla av, återhämta sig och ladda om för att förbättra sitt välmående och produktivitet. Här är några viktiga faktorer att tänka på i ett vilutrymme:

- ◆ **Lugnt och avskilt läge**
- ◆ **Bekväm inredning**
- ◆ **Dämpad belysning**
- ◆ **Avkopplande atmosfär**
- ◆ **Möjlighet till återhämtning**
- ◆ **Enkel tillgänglighet**

Arbetsgivaren ansvarar:

Det är arbetsgivarens skyldighet att se till att ett vilrum finns vid behov och att det är ändamålsenligt.

På arbetsplatser ska det finnas, eller gå snabbt att ställa i ordning, ett lämpligt vilutrymme för tillfällig, ostörd och liggande vila. Friskonomen har en massagefåtölj som kan användas som en säng om så önskas även utan massage.

Dessutom finns det fler andra program som möjliggör ytterligare avslappning, återhämtning eller t.o.m riktad behandling för att undvika besvär som kan leda till minskad effektivitet, fokus eller i värsta fall sjukskrivning pga muskelvärk etc.

Allmänna råd

Exempel på när vilutrymmet kan behöva vara utfört som ett särskilt vilrum är när fler än 50 personer samtidigt sysselsätts inom samma område.



Friskonomen erbjuder en massagefåtölj för återhämtning och stresslindring

En stor vinst för era hyresgäster är att kunna erbjuda högkvalitativ massage för att förebygga muskel- och ledbesvär, ge en ökad avslappning, återhämtning och effektivitet samt reducerad stress/sjukskrivning?

Vi levererar en Fujiiryoki massagefåtölj till ert Vilrum. Vi tar levererar också en grön växt och två vägg bilder med natur motiv, ett litet bord, barrierTech desinfektions våtservetter och 1 golvlampa.

1 st Rollup med massage/återhämtnings konceptet sätts upp i anslutning till ert Fika rum.

Information om säkerhets bestämmelser, musik-mental träning och rengöring sätts upp på väggen bredvid massagefåtöljen. Ledigt och upptagen skylt sätts upp på dörren. Bokningslistor sätts upp eller "förmedlas via ev interna bokningssystem i dator.

Stress och sömn broschyrer lägges ett antal i anslutning/nära ert fikarum med en liten skylt Vilrum.



Uppstart

DEMO-visning i anslutning/nära ert fikarum för maximal uppmärksamhet. På i förväg utsatt datum och tid som det informerats om på kontorshotellet, utbildar vi och demar på 2 massagefåtöljer under 2-3 timmar. För er personal i receptionen lämnas en extra användarmanual inkl Snabbstart manual.

Vid leverans/uppstart ser vi alltid till att placera vår fåtölj på lämpligt ställe samt utbilda personal och hyresgäster hur man använder våran fåtölj på bästa vis. Vi följer upp (och ev mäter) användandet så vi över tid kan se att det ger bästa möjliga effekt på just ert kontorshotell.

Uppföljning 1 och 2: Utföres också i anslutning/nära ert fikarum. På två datum efter 2-3 veckor med 2 veckors mellanrum kommer vi ut för 2 uppföljningar under ca 2 timmar dit man kan komma för frågor och hjälp med inställningar av massagefåtöljen.



Holistiskt synsätt

Vi erbjuder en helhetslösning som omfattar fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. En helhetssyn på hälsa innebär att förstå hur olika faktorer samverkar för att skapa en balans i livet.

Vi kan även erbjuda kurser/workshops inom stresshantering, sömnbesvär och hälsa i övrigt via våra föreläsare till förmånligt pris gentemot våra kunder?

- ◆ Motivation – Nyckeln till hållbar förändring.
- ◆ Stresshantering.
- ◆ Ergonomi på arbetsplatser.
- ◆ Sömn och återhämtning.



Kontakta oss för mer information:

www.friskonomen.se

info@friskonomen.se

Tel: 0703-667418