

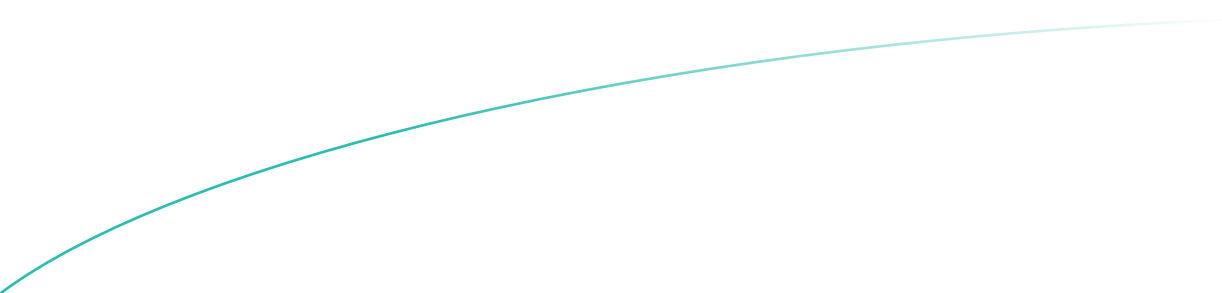
Må bra och **arbeta bättre**

Återhämtning. Smärtlindring. Hälsa. Friskvård.



Add a smile to your life ☺





Andullation som återhämtning

Kunskapen om stress och vikten av återhämtning har ökat under senare år. Andullationsterapi ger en mycket effektiv avslappning, ökar välbefinnandet och prestationsförmågan.

Med andullation återhämtar du dig utan ansträngning i en vilsam och ergonomisk ställning på 15 minuter.

Vår psykiska och sociala arbetsmiljö är lika viktig som den fysiska. Den 31 mars 2016 började nya föreskrifter om organisatorisk och social arbetsmiljö (AFS 2015:4) att gälla.

Detta leder till att fler och fler arbetsgivare på allvar tar tag i situationen och ser till att även friskvård och återhämtning är ett naturligt inslag på arbetsplatsen. Detta innebär lägre kostnader för sjukpenning och dessutom kanske till och med effektivare omsättning/arbete då personalen blir gladare och hälsan kvarstår. Det ska var kul att gå till jobbet.

När medarbetarna mår bra mår företaget ännu bättre och detta påverkar i sin tur kunder och leverantörer positivt.

Samarbete med stresscoach

Vi samarbetar med licensierade stresscoacher om du behöver stöd med att utföra organisatoriska åtgärder och undervisa arbetstagarna i stresshantering. De använder då andullation som ett av sina verktyg för återhämtning.

Enligt arbetsmiljöverket kan man behöva arbeta med flera områden samtidigt. Nedan följer några exempel på åtgärder:

- ✓ tydliggöra arbetsuppgifter och roller
- ✓ minska arbetsmängden
- ✓ hjälp med att prioritera arbetet
- ✓ öka bemanningen
- ✓ införa effektivare arbetsmetoder
- ✓ tid för återhämtning och reflektion
- ✓ utbildningsinsatser ex stresshantering
- ✓ förbättra möjligheter till samarbete

Vad är andullation?

Andullationstekniken kombinerar två behandlingar i en: vibrationer av specifik frekvens och infraröd värme. Dessa två behandlingar är naturliga: icke-invasiva, icke-kemiska och utan mediciner.

Vilka effekter har andullation?

Andullation kan effektivt lindra smärta för ex: ryggvärk, ryggskott, ischias, etc. Det är också effektivt för besvär som orsakas av ett fel i nervsystemet (sömnstörningar, stress, sömnlöshet), för lymfatiska problem och för idrottsskador (tendinit, kontraktur, muskelbristningar ...). Andullation verkar genom innovativ teknik, och påverkar kroppen genom 5 biofysiska principer:



Ökar cellenergiproduktionen (ATP) och kollagenproduktionen i huden.



Lindrar smärta tack vare positiva signaler (byte av smärtstimuli) och den naturliga alstringen av endorfiner.



Aktiverar blodcirkulationen . Ökar transporten av syre och näringsämnen. Förbättrar vävnadsreparationen.



Avslappning av nervsystemet. Minskar stress och ökar avkoppling och välbefinnande.



Stimulering av det lymfatiska systemet. Bättre eliminering av gifter och stärker immunförsvaret.



BASPROGRAM

01	Uppvärmning	För uppvärmning, för att lösa spänd muskulatur.
02	Djup muskulär andullation®	Mot muskelsmärter & spänning, vitaliserande, ökat välbefinnande.
03	Stimulering av lymfsystemet	Avlägsnar slaggprodukter; främjar avgiftning, stödjer det venösa återflödet.
04	Impuls-andullation®	Stimulerar vätskeflödet i kroppen vilket ökar blodcirkulationen i drabbade vävnader.
05	Avslappning	Djupavslappning, ger ny energi, minskar stress.
06	Zonterapi	Stimulerar blodcirkulationen och det lymfatiska flödet vid cirkulationsrubbnings i underbenen och fötterna; smärtlindrande.

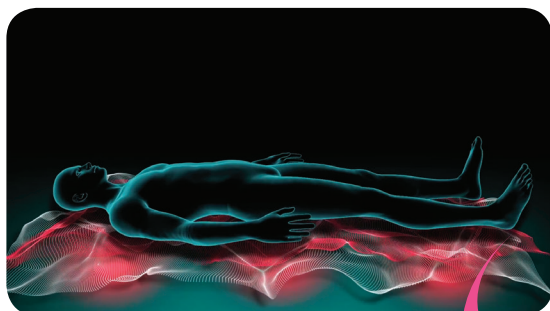
RIKTADE PROGRAM

07	Lösa upp spänningar	Vid ryggsmärter & spänningar i hela ryggmuskulaturen, löser upp muskelknutor.
08	Kroniska ryggbesvär	Vid kroniska besvär i ländrygg, ischiasbesvär.
09	Lindring av nackbesvär	Behandlar smärta orsakad av spänningar i nacke, axlar och skulderblad.
10	Vitalisering av lederna	Vid ledsmärta, artros, reumatism och benskörhet.
11	Mikrosömn	Verkar direkt avslappnande.
12	Aktivering av cirkulationen	Stimulerar cirkulationen av kroppsvätskor.
13	Återhämtning efter aktivitet	Återhämtning efter fysisk aktivitet. Bortforsling av slaggprodukter.
14	Riktad behandling av visceralt fett (bukfett)	Användning med fast åtdraget andullationsbälte – stimulerar bukområdet och tarmarna med andullationsfrekvenser.
15	Djupavslappning	Stressreducering och avslappning, stödjer meditation.
16	Stimulering av hjärta & kretslopp	Stödjer det kardiovaskulära systemet: stimulerar, förnyar och vitaliserar, ökar cirkulationen.
17	Lindrar akuta smärter	Behandlar ryggskott, kramp i vaderna m.m.
18	Minska sömnstörningar	Bidrar till en förbättrad insomning och sömn. Motverkar spänningar och stress i vardagen.
19	Avslappning av vävnad	Tar bort blockeringar genom att minska spänningar i kroppens olika vävnadslager.
20	Stresstolerans	Minskar stress och ger avslappning.

 **ANDULLATION**

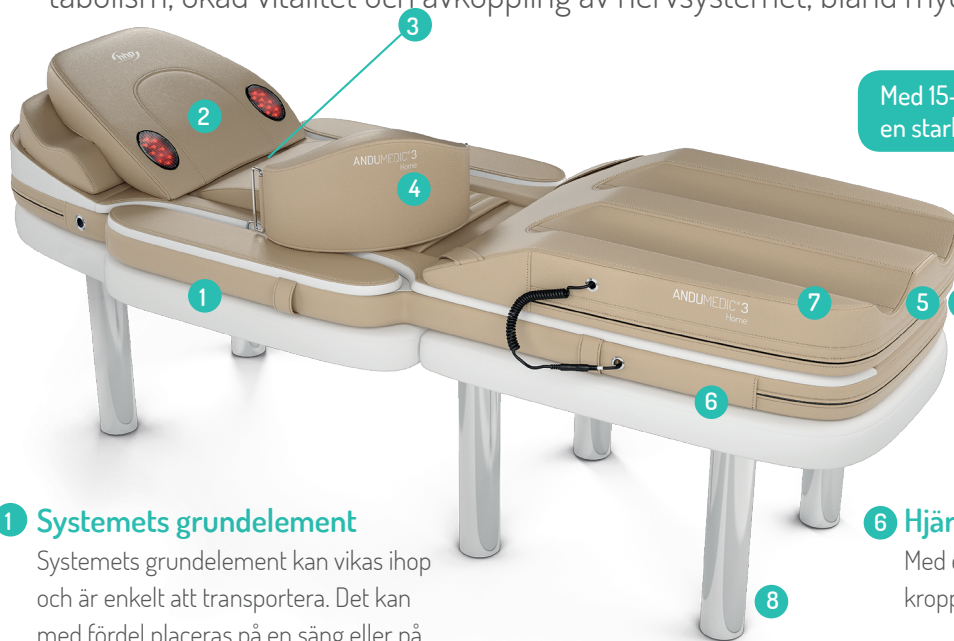
**CERTIFIERAD MEDICIN-
TEKNISK PRODUKT**

Certifikat
METEK GmbH, Leinfelde



ANDUMEDIC®3: CERTIFIERAD MEDICINTEKNISK PRODUKT

ANDUMEDIC®3 är utformad för muskelavslappning, återhämtning, smärtlindring, ökad metabolism, ökad vitalitet och avkoppling av nervsystemet, bland mycket annat.



Med 15-30 minuter per dag får du en starkare kropp.

1 Systemets grundelement

Systemets grundelement kan vikas ihop och är enkelt att transportera. Det kan med fördel placeras på en säng eller på andra ytor där behandlingen ska ske. Elementet innehåller 15 integrerade vibrationsmotorer.

2 Termodynamisk nackkudde

Huvudstödet garanterar en optimal och behaglig nackposition. Den kompletteras av 2 infraröd-värmestrålare och en värmekudde.

3 Infraröd-ryggkudde

Den flexibla infraröd-ryggkudden har ytterligare 2 infraröd-värmestrålare.

4 Bältesandullator

Med hjälp av två ytterligare motorer förstärker bältesandullatorn impulserna vid magen och överkroppen.

6 Hjärt-balans-kudde

Med ett upphöjt benläge kommer kroppen att hamna i optimal balans.

7 Power-andullator

Benen stimuleras med hjälp av 4 vibrationsmotorer.

8 Premium underrede (optionalt tillbehör)

En stabil uppbyggnad erbjuds med underredet i rostfritt stål som har 6 ben.

5 Infraröd-fotreflexkudde

Genom stimulering av fotreflex-zoner uppnår man en positiv inverkan på respektive organ och kroppsvävnad.



Naturlig smärtlindring.



Välj mellan 6 basprogram och 14 riktade program.



Regenerering och återhämtning.



Fysisk och mental avslappning.



Friskvård: välbefinnande effekt för hela kroppen.



Ökad energi och vitalitet.

Välbefinnande

Vi skapar ett utrymme för friskvård och välbefinnande för ditt företag. Hälsa och välfärd för arbetstagare bidrar till att skapa ett mer effektivt och gladare företag. Engagemang eller passion för arbetet är en av de viktigaste frågorna i moderna företag och tillfredsställelse på arbetsplatsen har många positiva effekter på företaget, dess interna funktion, prestanda och slutligen resultat.





hhp sverige ab
Sågvägen 7
184 40 Åkersberga

Kontakt

Tel. +46 (0)70-510 24 77

Hemsida: www.hhpsverige.se

E-post: info@hhpsverige.se

International

Hemsida: www.hhp-international.com



Add a smile to your life ☺

