

Massageordning hos Studieskolen

Praktisk information

Behandlingstid

Hver behandling varer 30 minutter (inkl. af- og påklædning). Åbningstider finder du på www.studieskolen.cityfys.dk. Det fremgår af bookingsystemet, hvornår der er ledige behandlingstider. Sundhedsklinikken holder lukket på helligdage samt ferielukket i ugerne 28,29 og 30 samt jule- og påskeugen. Du skal venligst selv medbringe lagen og/eller håndklæde til behandlingen.

Egenbetaling

Der er nuværende ingen egenbetaling i ordningen, idet Studieskolen betaler for dine behandlinger.

Behandlingslokale

Klinikkens placering er i kontorområdet på 2. sal. Ved ankomst til behandlingslokalet, skal du venligst vente på at behandleren kalder dig ind. Det er ikke nødvendigt at banke på for at melde sin ankomst.

Kontaktperson

Kontaktpersoner på Studieskolen er Mia Panvil, tlf.: 33 18 79 08, mipa@studieskolen.dk samt Heidi Toft, tlf.: 33 18 79 36, heto@studieskolen.dk. Har du spørgsmål til bookingen, skal du kontakte CityFys direkte på pr. mail: support@cityfys.dk.

CityFys' Sundhedshuse

CityFys' Sundhedshuse er beliggende i DGI-byen i København samt DGI-byen Herring. Du har her mulighed for at få supplerende eller akutte behandlinger hos CityFys' Sundhedsteam. Åbningstiden er kl. 07-22 alle hverdage og kl. 09-18 i weekenden. Du bestiller venligst tid på telefon 50 57 12 72.

Studieskolen dækker ikke dine omkostninger ved behandlinger i CityFys' Sundhedshuse, men da Studieskolen er kunde hos CityFys, får du en fast rabat på 15% på alle massage og fysioterapi behandlinger.

Du skal venligst medbringe dokumentation på dit ansættelsesforhold. Du har desuden mulighed for benyttelse af svømmehal, fitness mm.



CityFys
Workcare & Healthcare



Massageordning
Studieskolen
København

Massageordning hos Studieskolen

Studieskolen har startet en ny massageordning med sundhedsleverandøren CityFys. Tilbuddet omfatter de administrative medarbejdere på Studieskolen.

Sundhedsklinikken

CityFys' sundhedsklinikker har grundlæggende til formål at behandle og forebygge arbejdsrelaterede skader, medvirke til øget trivsel og styrke det generelle sundhedsniveau.

Tilbuddet består af:

Massage

Behandlerne er læge eksaminerede massører.

Massagen er funderet i den klassiske fysiurgiske massage, hvor der behandles med afspændende og dybe massagegreb. Massageformen er kendetegnet ved at gå dybt i muskelvævet samt være meget effektiv. Al behandling foregår i tæt dialog med dig, så der sikres en passende dosering af afslappende og dybe massagegreb.

Sund ergonomi på arbejdspladsen

Mange fysiske problemstillinger kan afhjælpes ved korrekt indretning af kontorarbejdspladsen.

Du kan rådføre dig med behandleren vedrørende optimeringer af dit arbejde ved din arbejdsplads, og på den måde reducere belastningen ved arbejdet.



Massageordning hos Studieskolen

Hvad kan du få hjælp med?

- Information om kroppens funktioner
- Løse dine muskler og led
- Behandle akutte skader
- Behandle overbelastningsskader
- Udspænde dine muskler og sener
- Lære dig øvelser, der forbygger skader
- Lave dig et personligt træningsprogram
- Give dig vejledning om arbejdsstillinger
- Give dig vejledning om ensidigt gentaget arbejde



Tidsbestilling

CityFys online bookingsystem

Du booker tid til behandling direkte på linket:

www.cityfys.dk. Du skal venligst udfylde formularen "Ny Bruger". I den forbindelse laver du selv brugernavn og kodeord.

Login med:

Brugernavn: (laver du selv i systemet)

Kodeord: (laver du selv i systemet)

Har du problemer med at booke?

Kontakt CityFys support på:

Mail: support@cityfys.dk

Antal behandlinger og afbestilling

Efter aftale med Studieskolen, kan du maksimalt have 3 bookede behandlingstider á 30 minutter i bookingsystemet ad gangen.

Du har maksimalt 1 behandlingstid til rådighed hver måned.

Du kan se behandlingstiderne 3 måneder frem. Vi gør opmærksom på, at du selv kan aflyse eller flytte dine tider indtil 24 timer før din bestilte behandlingstid. Såfremt du udebliver fra en behandling, vil du blive trukket for den fulde behandlingspris, som pt. er kr. 225,00. Du må gerne bytte din tid med en kollega.

Rigtig god fornøjelse!

