

## **Die einzigartige Entspannungsmöglichkeit bei uns im Klinikum**

Sie wollen Ihrem Arbeitsalltag eine Auszeit gönnen und sehnen sich nach innerer Ruhe und Entspannung? Der Brainlight-Massagesessel bietet Ihnen eine Vielfalt von Programmen zwischen 10 bis 40 Minuten. Begleitet von einer Licht- und Tonsimulation durch eine Visualisierungsbrille und Kopfhörer versetzt Sie der Brainlight-Massagesessel in einen Zustand der tiefen Entspannung und Regeneration.

Sie können den Sessel nutzen, indem Sie die Zeiteinheiten buchen. Auf der rechten Seite finden Sie die zur Verfügung stehenden Buchungstermine sowie die Auswahl der Programme.

**Achtung!** Buchen Sie 30 Minuten, können lediglich die **10 und 20 Minuten** Programme genutzt werden.

Um die **40 Minuten-Angebote** wahrzunehmen, buchen Sie bitte 2x30 Minuten.

Beachten Sie bitte außerdem, dass in der **ersten Sitzung** unbedingt das Einführungsprogramm 01 (Dauer 20 Minuten) abgespielt werden muss!

Nähere Informationen finden Sie unter **Benutzungsanleitung.pdf**. Wir empfehlen zudem, **Sicherheitshinweis Nr. 1.pdf**, **Sicherheitshinweis Nr. 2.pdf** sowie die Anleitung vor Beginn der ersten Sitzung zu lesen.

Zur ausführlichen Beschreibung der Wirkungsweisen schauen Sie gerne hier: 

**Wirkungsweisen.pdf**

## **Nutzungszeiten**

Täglich von 8:00-20:00 Uhr (montags und freitags mit Einschränkungen)

## **Kontraindikationen**

Das System sollte nicht genutzt werden bei

- Einfluss von Alkohol, Drogen und bewusstseinsverändernder Medikamente
- Neigung zu Krampfanfällen und Hirnschäden
- starkem Unwohlsein und Fieber

Das System sollte nur ohne die Brille genutzt werden bei:

- Epilepsie o.ä.
- Bei Photoempfindlichkeit (extreme Lichtempfindlichkeit)
- Tragen eines Herzschrittmachers
- Schwangerschaft



Das System sollte nur ohne Massage genutzt werden bei:

- Schwangerschaft
- Akuten starken Rückenbeschwerden
- Osteoporose
- Thrombose oder anderen Venenleiden
- > 120 kg Körpergewicht

**Unter psychologischer Behandlung nur nach Rücksprache mit dem Arzt!**

**Dieses Angebot ist kostenlos!**

### Buchungstermine

<https://calendly.com/d/334-5t2-2ts/brainlight-alklinikum-30-minuten-slots>

Sie können Ihren Termin immer für den laufenden Monat und für den kommenden Monat buchen.

 [Programme.PDF](#)

**Der Sessel befindet sich in der Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Psychosomatik,**

**Voßstr. 9/2, 3. Etage, Zimmer 03.180**

**Bitte holen Sie vor der Nutzung den Schlüssel Nr. 12 an der Pforte im Gebäude gegenüber (siehe Foto rechts)**

**Der Code, um die Tür zum Gebäude 9/2 zu öffnen lautet: 42509F**



**Bitte den Sessel nicht verlassen, solange das Programm läuft.  
Wenn Sie kurzfristig wegmüssen: bitte das Programm stoppen**