

## Un massage et... ça repart

On a beau crever de jalousie en les voyant arborer fièrement leurs badges, les festivaliers n'en ont pas moins des journées harassantes et stressantes. Difficile de garder son calme quand il faut, souvent dix-huit à dix-neuf heures durant, tenir le rythme entre la visite dans les stands du village international, les projections et les fameuses soirées qui finissent à point d'heure.

Dans cette cohue permanente, Lambert Ho obtient toujours quelques instants d'attention de la part de ces « accros » du boulot. Son secret ? Le massage « Amma », une technique du Japon qui consiste, par la compression des points énergétiques du dos et du cou à redynamiser le corps tout entier.

En 15 minutes, le « client » peut ainsi se régénérer totalement et replonger ensuite illico dans le boulot « *Trop de salariés, en général, ressentent les effets du stress dans le cadre de leur travail. C'est pour cela que de plus en plus, les entreprises acceptent...* » explique-t-il. Un investissement qui vaut sans doute le coup, surtout lorsqu'on sait que 73 % des salariés se plaignent du stress à un moment donné de leur carrière et qu'une importante proportion est obligée, à un moment donné ou un autre, de prendre un congé maladie.



# Coup de projecteur



*Le stress, pire ennemi des travailleurs, aussi solides soient-ils...  
(Photo Patrick Clémenté)*