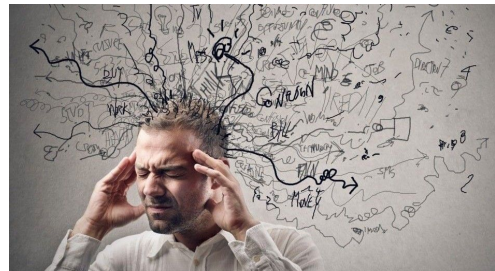


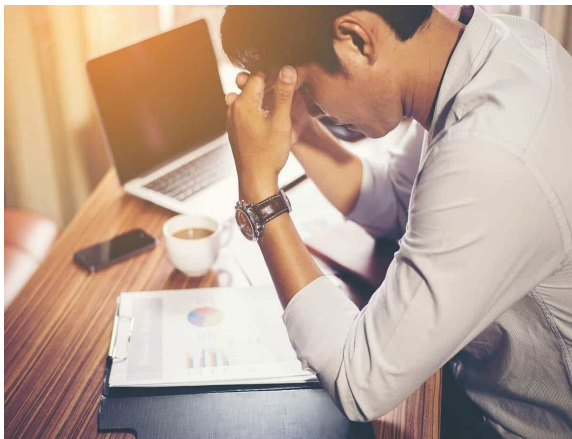
● BALIOZKO PROPOSAMENA

ZER BEHAR EDO ARAZO KONPONTZEN DUZUE?

Denok dakigun bezala gure **gizarteko estres maila oso altua** da gaur egungo bizitza erritmo azkarragatik. Horren ondorioz, gure **lokalaren helburua** estresatuta dauden pertsonak bertara joan eta **lasaitzea** da. Estres hau kudeatzen ez bada eragin negatiboak izan ditzazke, beraz irtenbide bezala iruditu zaigu idea on bat izango litzatekela antiestres lokal bat sortzea.



Adibide bat aipatzearren, enpresarien eta batxillergoko edota unibertsitateko ikasleen egunerokotasuneko lan kargak izugarritzko estresa sorrarazten du eta



guk, metodo ezberdinez baliatuz, hauen eta estresatuta daudenen bestelako pertsoneri lagundu nai diegu zerbitzu hau sortuz. Gure **metodoetako batzuk objetuen apurketa eta garrasi egiteko gelan insonorizatu bat** dire guztietatik batzuk aipatzeagatik.

ZERK BEREIZTEN GAITU ETA, BERAZ, ZERGATIK EGONGO DA BEZEROA GURI ORDAINTZEKO PREST?

Hemen inguruan ez dago horrelako negozioirik, beraz, **zerbitzu guztiz berria** da. Zerbitzua momentukoa da, beraz, txandarik eskatu gabe etor daiteke edonor, bere buruarekin dituen arazoak kanporatzeko eta bide batez haiek ahaztuz lasaitzeko. Nahiz eta etxe batzuetan diru zein denbora arazoak izan,

diru eta denbora hori kudeatzeko orduan, estres maila ere kontutan hartuko dituztela uste dugu, beraz, gure antiestres lokalera joateako dirua eta denbora kontutan hartuko luketeela garrantzitsua dela iruditzen zaigulako. Bestalde, badago jendea beraien egunerokotosauneko bizitzan ez dutenak inorekin hitz egiteko aukerarik, beraz, hoientzat ere baliagarria izan daiteke, beraien bakardadea partekatzeko modu bat dela uste dugulako. Gure proiektuaren **balioa kualitatiboa** da.

Gure **lokalaren eta gimnasio edo yoga lokal** baten arteko **ezberdintasun nagusia helburuan** dago. Gimnasio batera joteko arrazoi nagusia forman jartzea izan ohi da eta estres maila jaitea ondorioetako bat izan daiteke kirola egin ondoren nahiz eta nekatuta egon gure buruarekin gustora egoten garelako. **Antiestres lokalean** aldiz, helburu bat eta bakarra **estresa kentzea** da. Gizaki guztiok ezberdinak gara, bakoitzak estresa modu desberdinetan kudeatzen dugu. Batzuek kirolaren bidez estres maila jaitea lortzen dute, beste batzuei aldiz, ez die honek laguntzen, bazik eta beste modu batzuk behar dituzte. Horretarako, gure enpresak **estresa jaisteko alderdi desberdinak** ditu, kirola gustatzen ez zaienez edota bainu baten bidez lasaitu nahi izaten dutenak. Baita, gure baliabide batzuen erabilera nahi dutenak, adibidez masajeak.