

Gesundes Arbeiten im Homeoffice

Selbstmassage- und Entspannungstechniken

NATURHEILKUNDE



So hilfreich die Arbeit am Computer sein mag, unser Körper schätzt die langen Zeiten sitzend vor dem Bildschirm eher nicht. Dazu kommt das oft angestrengte, stundenlange Schauen auf den Bildschirm.

Zudem fehlen im Homeoffice - ohne Bürostuhl und höhenverstellbaren Tisch - meist auch die entsprechenden Möglichkeiten, die physiologisch beste Arbeitshaltung einnehmen zu können.

In diesem Kurs gibt es die besten Tipps und Tricks gegen:

müde Augen
verspannte Schultern
Rückenschmerzen
innere Anspannung
einseitiger Belastung

Dieses Anti - Stress Training bringt Sie wieder richtig auf Kurs. Frisch präsentiert und sofort anwendbar für jeden selbst und zum Weitergeben in der Praxis.

Das Seminarangebot richtet sich an Berufsgruppen aus dem therapeutischen Kontext.

Termine:
Di. 19.10.2027
18:30-21:30 Uhr

Preis:
70,- Euro *



Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:
SSA111191027

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

