

# Gesundes Arbeiten im Homeoffice

## Selbstmassage-/Entspannungstechniken

### Online Seminar

#### 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 Ihre Klienten/innen wieder richtig auf Kurs. Frisch präsentiert - zum Weitergeben in der Praxis.

**Dozent/in Nancy Hanisch:** Jahrgang 1985, zwei Kinder. Studium der Verhaltens- und Organisationspsychologie mit anschließend erfolgreich abgelegter Zulassung als Heilpraktikerin für Psychotherapie. Weiterbildungen in Akzeptanz- und Commitmenttherapie sowie Sexualtherapie, seit Ende 2023 in eigener Praxis tätig. Mitglied im VfP, regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen, neu als Dozentin für Paracelsus tätig.

Termine:  
**Di. 28.10.2025**  
18:30-21:30 Uhr

Preis:  
**60,- Euro \***



**Paracelsus**  
**Gesundheitsakademie**  
**Onlineunterricht**  
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:  
**SSA111281025**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

