



## Mit Shiatsu am Arbeitsplatz zu *mehr Entspannung, Energie und Vitalität*

**Shiatsu** ist eine aus Japan stammende Methode, die der Gesundheitsfürsorge dient. Durch sanften Druck, den wir entlang der Meridiane ausüben, werden Blockaden gelöst und das innere Gleichgewicht wird wieder hergestellt. Shiatsu stärkt die **Resilienz**, es steigert die **Lebensqualität** und dient als **Kraftquelle am Arbeitsplatz**.

Angebot zu Shiatsu in der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF):  
Workshops für Arbeitnehmer:

### **„Shiatsu für Kopf und Kragen“**

*Entspannung und Kräftigung unserer vielgeplagten Kopf-Nacken-Schulter-Partie*

In diesem Workshop geht es darum, **Blockaden zu lösen**, und die **Energie wieder in den Fluß** zu bringen.

Sie werden einfach zu erlernende **Selbst-Shiatsu-Techniken** und **Meridian-Dehnungsübungen** erlernen, die so konzipiert sind, dass Sie sie auch alleine zu Hause durchführen und am Arbeitsplatz integrieren können.

Und so werden Sie selbst dafür sorgen können, dass der **Nacken und die Schultern wieder leichter** werden und der **Kopf sich befreit** neuen Aufgaben zuwenden kann.

**Dauer: 60 Minuten, Teilnehmerzahl: max. 10, Kosten: 90,- €**  
**bei regelmäßiger Buchung gibt es einen Rabatt von 10%**

**empfohlen im Anschluß:**

**Shiatsu-Einzelbehandlungen** auf dem Massagestuhl, zu jeweils **20 Minuten und 20,- €** statt wie üblich 22,- €.

**Laut § 20a Abs. 1 Satz 1 SGB V darf ein Unternehmen pro Mitarbeiter 500,- € jährlich steuerfrei für betriebliche Gesundheitsförderung ausgeben.**  
**Gesunde Mitarbeiter sind die Grundlage für ein gesundes Unternehmen!**

*Shiatsu-Raum Petra Lohan,*

Florastraße 69, 13187 Berlin, Tel.: 030/ 467 257 22, [info@shiatsu-lohan.de](mailto:info@shiatsu-lohan.de); [www.shiatsu-lohan.de](http://www.shiatsu-lohan.de),  
Steuernummer: 35/ 424/ 61395, Finanzamt Weissensee