

Für Zahnärzte/-innen

Für Praxispersonal

Für Teams

## Augengesundheit am Arbeitsplatz (k)ein Thema zum Weinen

Alexandra Römer (Bremen)

Im heutigen Zeitalter ist der Arbeitsalltag zunehmend durch Naharbeit geprägt. Diese dauerhafte Bildschirm- und Naharbeit belastet den gesamten Organismus. Besonders die Arbeit am Stuhl fordert die Augen einseitig. Augenfunktionsstörungen sind keine Seltenheit.

- Fühlen Sie sich nach einem langen Arbeitstag ausgelaugt?
- Haben Sie oft müde, brennende und trockene Augen und suchen nach effektiven Lösungen?
- Bemerkten Sie Symptome wie Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen, schwankende Sehleistungen und/ oder ansteigende Kurz- oder Alterssichtigkeiten?
- Möchten Sie erfahren, wie Sie auch durch Ernährung und augenoptische Tipps ihre gute Sehleistung erhalten können

Wer nicht scharf sieht, der braucht eine Brille - klar. Bei den beschriebenen Symptomen greift eine Brille nur kurz.

In diesem Seminar wird ein gesundes Sehverhalten durch kurze und sanfte Sehfitnessübungen vermittelt. Zudem wird die Thematik des trockenen Auges, sowie die Erhaltung der Augengesundheit durch Ernährung oder optische Hilfsmittel aufgezeigt. Wohltuende ganzheitliche Entspannungsübungen aktivieren das visuelle Wohlergehen.

Termin	Ort	Informationen	Preis
Sa, 30.10.2021 9 - 14 Uhr	online	<b>Anmeldeschluss</b> 30.09.2021  <b>max. Teilnehmer</b> 8	201,00 €

### Biografische Angaben des Referenten



Augenoptikermeisterin und Funktionaloptometristin  
[www.blicksprung.de](http://www.blicksprung.de)