



Eyetouch  
Augenschule

## Augenfitness für Bildschirmarbeiter

### Online-Seminar

*Eine Veranstaltung Im Rahmen der Woche des Sehens*

Bildschirmarbeit mit entspanntem Sehen meistern – wenige Minuten können helfen die Augen zu entspannen und der durch den Büroalltag ausgelösten Belastung der Augen entgegenzuwirken! Lernen Sie in diesem Online-Seminar wie einfach das gehen kann und wie leicht Sie mit Sehspielen die Sehfähigkeit stärken können.

Neben allgemeinen Informationen über das Sehen und Möglichkeiten zur Regeneration der Augen werden Sie mit einer geführten Meditation in die Welt der Augen reisen, denn in der Entspannung kann heilsamer Kontakt zum Sehsystem aufgenommen werden. Zusätzlich werden Sequenzen zur Selbsthilfe bei trockenen Augen integriert.

Das Online-Seminar wird über die Plattform Zoom durchgeführt. Voraussetzung zur Teilnahme ist eine Internetverbindung, sowie ein Tablet oder Laptop/Computer mit Kamera. Ein Mikrofon wird empfohlen. Sie erhalten rechtzeitig vor Kursbeginn per E-Mail einen Link zum virtuellen Kursraum.

#### **Online-Kurs Augenfitness**

Kurs                    Donnerstag, 13. Oktober 2022  
                              17 bis 18.30 Uhr  
Kursgebühr        29,- €

*Bitte tragen Sie während der Augenschule keine Kontaktlinsen und kleiden sich bequem.*

**Anmeldung** erforderlich!

*Die Augenschule ersetzt keine augenmedizinische Untersuchung oder Behandlung.*

#### **Information**

Petra Goebel  
AugenCoach & Sehtrainerin Eyetouch Augenschule, Würzburg  
Tel. 0175 52 191 76  
Profi@eyetouch-augenschule.de  
www.eyetouch-augenschule.de

#### **Anmeldung**

<http://www.xing.com/events/4238889>