

# Augentraining hilft



**AUGEN-  
TRAINING?**

**Mittwoch, 17. Juni 2020, 14:00 – 16:00 Uhr**

**Gehörlosenzentrum, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich**

## Inhalte und Ziele

- Informationen über das Auge und die Funktionen der verschiedenen Augenbereiche. Bewegung des Auges und der Augenmuskulatur.
- Lerne, was deine Augen fit hält. Wie kannst Du mit einfachen Übungen deinen Sehsinn positiv unterstützen, um gesund zu bleiben.
- Können wir lernen, eine Lesebrille weniger zu nutzen? Hilft das?

<b>Zielgruppe</b>	für alle interessierten Personen
<b>Kursleitung</b>	Sonja Hladnik, ausgebildete Augentherapeutin
<b>Kommunikation</b>	Deutsch mit Gebärdensprachdolmetschen
<b>Kosten</b>	Fr. 5.-- pro Person
<b>Anzahl</b>	5 - 20 Personen

**Anmeldeschluss** **3. Juni 2020** an [z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch](mailto:z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch)