

Augentraining neu gemacht

**AUGENTRAINING
HILFT DAS?**



SEH

**Freitag, 3. Dezember 2021, 9.30 – 12.00 Uhr
Gehörlosenzentrum, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich**

Inhalte und Ziele

Mit Augenübungen können wir das Sehsystem entspannen und beleben sowie Beschwerden wie müde, brennende, trockene Augen lindern. Beim Augentraining lernen wir, die Augen wieder auf eine gesunde, natürliche Art und Weise zu benutzen. Augenübungen sind bei allen Sehstörungen wie auch Augenerkrankungen hilfreich.

- Allgemeine Informationen über das Auge.
- Viel Praxis und Übungen (Augen, Nacken und Schultern)
- Kann Augentraining die Sehkraft verbessern?
- Es gibt genug Platz für Fragen und Austausch.

Zielgruppe

für alle interessierten Personen

Kursleitung

Karin Arquisch, dipl. Augenthalerapeutin und Sehtrainerin

Kommunikation

Gebärdensprache

Kosten

Fr. 5.-- pro Person

Anzahl

5 - 10 Personen

Mittagessen

wenn gewünscht, bitte bei uns anmelden.

Anmeldeschluss

Fr, 19. Nov. 2021 an z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch