



Herzliche Einladung zum Mittwochsvortrag

20. November 2024 / 19:30 Uhr

Augensehtraining – was ist das?



Klare Sicht im Nah- und Fernbereich ist das, was die Natur für uns Menschen vorgesehen hat. Unser hochvisueller Alltag bringt leider nicht nur Vorteile. Fehlverhalten führt zu Fehlsichtigkeit oder Augenentzündungen. **Alessio Grasso, ganzheitlicher Sehtrainer und Augenoptiker** klärt uns über gezielte Übungen auf, die im Tagesablauf eingebaut werden

können. So ist es möglich, Beschwerden und Fehlsichtigkeit zu verhindern oder gar nicht erst aufkommen zu lassen.

➔ Dieser Vortrag zeigt auf, was Sie an unserem Workshop ***Klar sehen in allen Entfernungen*** erwartet.

Hinweis ☞ Der nächste Workshop findet am Samstag 23. November 2024 statt
☞ Wöchentliches Augensehtraining jeweils Montagabend um 18 Uhr

Organisatorisches

Datum	Mittwoch 20. November 2024
Zeit	Beginn 19:30h – nach der Werkstattführung
Sprecher	Alessio Grasso, Augen-Comfort-Trainer
Ort	Gesundheitszentrum Abtwil - Academy
Kosten	Für Teilnehmer kostenlos, inkl. Apéro
Anmeldung	JA - academy@gzabtwil.ch oder 071 230 07 07
Auskunft	Philipp Alpiger



GZ Abtwil - Die Schatzkammer für Ihre Gesundheit