WEB-SEMINAR: Augenschule für Bildschirmtätigkeit kompakt – Sehtraining als Teil der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Produktnummer
2025-41098F

Termin
04. November 2025
09:15 bis 12:30 Uhr

Gebühren
190,00 € (inkl. Seminarunterlagen)

Inhalte

- Einführung in die Funktionsfähigkeiten der Augen im Zusammenspiel mit dem gesamten Organismus
- Aktive Belebung und Stärkung der Sehkraft
- Förderung der Augenbeweglichkeit, Augenmuskeltraining
- Erweiterung des Peripheren Sehens – Nah- und Fernsehen (Akkommodation)
- Stärkung der Fusionsfähigkeit (Beidäugigkeit)
- Spezielle Augenübungen direkt am Bildschirm – Entspannungs-/Regenerationsübungen

Dozent:innen

Christiane Stütz
Trainerin, Coach

Zielgruppe

Alle Mitarbeiter:innen, die viel am Bildschirm arbeiten und alle Interessierten, die ihre Augen stärken möchten

Hinweis

Dies ist kein EDV- oder IT-Seminar

Ort

VWA digital

Kontakt

Information

Nilgün Bortoli
0761 38673-14
bortoli@vwa-freiburg.de

Konzeption und Beratung

Christian Heinrich
0761 38673-15
heinrich@vwa-freiburg.de

Anmelde- und Teilnahmebedingungen

Impressum

Datenschutzhinweise