

neu

Gesund sehen - Teil 2

Positive Wirkung von Farben auf den Sehsinn

Zielgruppe Mitarbeiter/-innen, die Sehstress-Symptomen entgegenwirken wollen

Ihr Nutzen Jeder zweite Arbeitsplatz ist heute ein Bildschirmarbeitsplatz. Die Tätigkeit am Computer bringt allerdings auch gesundheitliche Belastungen mit sich. Unser Körper braucht gesundes Licht mit seinem reichhaltigen Farbenspektrum, um neue Energie auftanken zu können.

Auf der Basis der Farbtherapie bietet der Kurs allen ein Gewinn, die ihre Sehkraft erhalten und stärken wollen. Farben und Formen werden intensiver wahrgenommen, und die Augen bleiben frisch und entspannt.

Die Farbtherapie (Licht in verschiedenen Wellenlängen) ist eine der ältesten Therapiearten der Welt. Farben wirken auf der Ebene der Zellkommunikation. Sie können tiefgreifend und nachhaltig die Gesundheit aller Lebewesen harmonisieren. Die Farben und das Farblicht sind äußerst wirkungsvolle, erprobte Energiekonzepte.

Inhalt Durch praktische Übungen wird der Sehsinn harmonisiert und vitalisiert

1. Tipps für den Arbeitsalltag
2. Aktiviert und gestärkt besser die tägliche Computerarbeit erledigen können
3. Erhaltung der Sehleistungsfähigkeit - Wie geht das?
4. Mit 10-Tage-Stärkungsprogramm

Dozentin Elke Westphal, Augentrainerin

Nummer L-06-19/19

1. Termin **18. April 2019** von 09:00 bis ca. 16:00 Uhr

2. Termin **26. November 2019** von 09:00 bis ca. 16:00 Uhr

Ort SKSD, Schulgasse 2, 01067 Dresden (Raum s. Aushang 5. Etage)

Entgelt 112,00 € Mitglieder des Zweckverbandes
145,00 € Nichtmitglieder