

# VORTRAG IM GRUNDTVIGHAUS

**Mittwoch, 16. April 25, 18:30 Uhr**

**Schwächen *Handy* und *Rechner* die Augen?**

**6 Tipps  
wie du deine  
Augen stärken  
kannst!**

**Referenten:**

**Petra Schneider Heilpraktikerin | Augenoase Sassnitz**

**Reinhard Fahrig, Apotheker | Störtebeker Apotheke Sassnitz**

Kennst du das Gefühl von brennenden, schmerzenden oder juckenden Augen nach einer Bildschirmtätigkeit? Durch den Bildschirmkonsum sind unsere Augen starken Belastungen ausgesetzt. Das zeigt sich durch trockene, müde und angestrengte Augen und du fühlst ein Jucken, Brennen oder Schmerzen.

**Die gute Nachricht ist, DU kannst etwas für deine Augen tun.**

**Bei dem Vortrag erfährst du:**

- > Warum sind digitale Bildschirme anstrengend für deine Augen?
- > Wie hältst du deine Augen vital?
- > SECHS Augenübungen mit denen du deine Augen fit hältst.
- > Wie kannst du mit Naturheilkunde deine Augen unterstützen?

Hast du die richtigen Augenübungen zur Hand kannst du in wenigen Minuten deine Augen überall entspannen und stärken.

**Einlass: ab 18:00 Uhr | Eintritt: 2,50 €**



**Mehr  
Generationen  
Haus**