



# AUGEN-GEHIRN- TRAINING

Impulsvortrag

Trockene, juckende, müde Augen und sinkende Konzentration. Die ständige Arbeit an und mit Bildschirmen ist Realität und eine echte Mammutaufgabe für den Körper - insbesondere für die Augen und das Gehirn.

Dieser Vortrag kombiniert Theorie, Gehirnfitnessübungen nach LINK MOVES®, bürotaugliche Methoden zur Entspannung von Augen und Muskeln sowie Tipps und Tricks für einen entspannten und aufmerksamen Blick für die schönen Dinge des Lebens.

P.S.: Lachen ist in diesem Vortrag ausdrücklich erwünscht!

**KONTAKT LYFES GMBH**

[www.lyfes.de](http://www.lyfes.de) | [info@lyfes.de](mailto:info@lyfes.de) | 06135 933 8288

facebook: [lyfes.gesund.leben.lernen](https://www.facebook.com/lyfes.gesund.leben.lernen)

instagram: [\\_lyfes\\_](https://www.instagram.com/_lyfes_)



gesund • leben • lernen