Sabine Nebendahl

Ausstellervortrag

„Sehstress erkennen und was dann?“
Machen Sie es zu Ihrem Ziel, die visuelle Belastung der Mitarbeiter zu messen und durch geeignete Maßnahmen auf ein Minimum zu reduzieren.

Trotz Augenuntersuchungen und optimaler Sehhilfen (Brillen/Kontaktlinsen) bestehen bei vielen Mitarbeitern Beschwerden im Sehkomfort. Dabei geht es nicht nur um die klassischen Funktionsstörungen, wie Kurz- oder Weitsichtigkeit, sondern vor allem um die sogenannten asthenopischen Beschwerden (Brennen, Rötungen, Flimmern, trockene Augen etc.), die durch eine Überforderung des visuellen Systems hervorgerufen werden.

In Screenings kann herausgefunden werden, in welchem Bereich der Sehverarbeitung der Mitarbeiter einen hohen „Energieverbrauch“ hat, so dass er seine visuelle Leistungsfähigkeit nicht durchgehend auf einem hohen Level halten kann.

Mit geeigneten Übungen oder Änderungen der Sehgewohnheiten kann das visuelle System so leistungsfähig gemacht werden, dass der Mitarbeiter ohne Stress-Symptome durch den Seh-Alltag kommt.

Sabine Nebendahl
Diplomverwaltungswirtin, Ausbildung zur Sehtrainerin und Visualtrainerin, 2001 Gründung von eye-fitness- Institut für Sehtraining in Erftstadt bei Köln. Zusammenarbeit im Bereich "Visualtraining" mit Firmen und Privatpersonen, im Bereich "sportsvision" mit Leistungssportlern.

Sabine Nebendahl
eye-fitness - Institut für Sehtraining
Paul-Klee-Str. 69, 0374 Erftstadt
Tel.: 02235 - 98 58 17, Email: eye-fitness@t-online.de
Fax: +49 (0) 2235 - 98 58 16
www.eye-fitness.de