

## **Pcnars Ale Ompanion Ew Dult Omance Ale Eries**

Müde Augen, verschwommene Sicht, Kopfschmerzen – wer viel am Bildschirm arbeitet, kennt diese Symptome. Leo Angart hat ein Sehtraining speziell für Computer-Nutzer zusammengestellt. Es werden die typischen Probleme behandelt und Maßnahmen zur Entspannung der Augen und Linderung von Beschwerden erläutert. Er geht auf Sehschwächen ein, die sich durch die Arbeit am Bildschirm verschärfen können, bietet Sehtests und effektive Übungen. So kann man direkt am Arbeitsplatz sein Sehvermögen trainieren und verbessern.

[Copyright: 626e044ee4fc4da089e295c53e9cb29e](#)