



AUGEN-TREFF in Bülach 2026

Für ALLE interessierten, die ihren Augen etwas Gutes schenken wollen.

Leidest du unter trockenen, geröteten, lichtempfindlichen oder müden Augen? Dann besuche den Augen-Treff und erlebe in gemütlicher Atmosphäre, wie sich dein Empfinden mit einfachen Übungen positiv verändern kann.

Das **Ganzheitliche Sehtraining** ist eine natürliche Methode zur Entspannung und Anregung deiner Sehkraft. Die einfachen Übungen wirken sich positiv auf unseren Alltag aus. Denn wahrnehmen und schauen mit flexiblen Augenmuskeln heisst:

Sehen mit Freude

Augentraining wird empfohlen zur Gesundheitsvorsorge deines Augenlichtes und mehr. Es unterstützt alle Fehlsichtigkeiten und Augenkrankheiten. Sehtraining eignet sich für Menschen in jedem Alter.

DATEN: 11.02./11.03./08.04./13.05./10.06./08.07./09.09./07.10./
11.11./09.12.2026

ZEIT: Mittwochmorgen, ab 09:45 – 10:45 Uhr / 1 x pro Monat

LOKAL: „**KÖRPERSINN**“, Lindenhofstr. 2, 8180 Bülach
Bitte Hausschuhe und Wasser mitbringen

KOSTEN: CHF 20.00

INFO: Anmeldung erwünscht bei
Heidi Hauser heidi.hauser@gmx.ch / 043 928 23 13

Weitere Informationen über Sehtraining unter **www.sehtraining.ch**

Mitglied: Verband für Sehtraining & Augentherapie VSA / www.sehtraining.ch