

Wenn Farbe ins Spiel kommt

Mit Farbfiltern unser Sehen in Balance bringen

Weiterbildung mit **Monique Steiner**
Dipl. Augenoptikerin (augenbasis.ch)



Verband für
Sehtraining &
Augentherapie

Du kennst die Welt des Sehens - und hast du schon erlebt, was Farbe mit deinem Nervensystem macht?

In diesem Tages-Workshop tauchst du ein in die faszinierende Welt der **Farbwahrnehmung** – wie Farbfilter unser Seh- und Nervensystem beeinflussen und was das für das tägliche Sehen bedeutet.

Farbe, die beruhigt oder aktiviert? Filter, die das Sehen plötzlich leichter machen? Ein Sehsystem, das auf Farbreize ganz anders reagiert als erwartet?

Wir schauen uns das an - mit vielen praktischen Übungen und echten Aha-Momenten.

Am Kurstag erlebst du

- wie Farbfilter direkt auf dein Nerven- und Sehsystem wirken
- wie die **Orbita-Massage** deine knöcherne Augenhöhle und ihre sensiblen Reflexpunkte zum Leben erweckt
- wie du deine visuelle Wahrnehmung erweiterst und deinen Augen bewusst näherkommen kannst

Das Ziel:

ein zentriertes, bewusstes Sehen - jede und jeder erlebt es auf die ganz eigene Art.

Monique Steiner ist dipl. Augenoptikerin in Basel und arbeitet in ihrer eigenen Praxis, der Augenbasis, als Visualtrainerin und Fussreflexzonentherapeutin. Sie bietet unter anderem den Augenspaziergang und die Augennacht an. Mehr Infos auf augenbasis.ch

Wann: Samstag, **20. Juni 2026**, 09.30 – 17:00 Uhr (1,5 h Pause)

Wo: [Kulturhaus Helferei, Kirchgasse 13, 8001 Zürich](#)

Kosten: CHF 180.- für VSA-Mitglieder / CHF 200.- für Interessierte
Profitiere bis 26.05. vom Frühbucher-Rabatt von CHF 20.-

Zahlung: Zahlung Frühbucher bis 20.05.26 / Regulär bis 17.06.26

Annulation: bis 20 Tage vor Kursbeginn CHF 20.- Bearbeitungsgebühr
bis 10 Tage vor Kursbeginn 50% der Kosten
später 100% der Kosten oder Ersatzperson

Anmeldung: Bis zum **10. Juni 2026** über dieses [Formular](#)