

train&see Mitarbeiter-Screening – entspannter Sehen!

Ziel:

Mit Hilfe eines von train&see **standardisierten Testverfahrens** werden wir prüfen, ob ein Mitarbeiter Fehlfunktionen oder Defizite im visuellen System hat. Zu Beginn wird eine ausführliche Anamnese durchgeführt, aus der individuelle Tipps für den Alltag abgeleitet werden können. Auf Wunsch lassen sich daraus auch erste individuelle Trainingspläne erstellen.

Beim Screening stehen die für einen Visualtrainer so wichtigen Themen wie **Augenbeweglichkeit** (Motilität), **Akkommodation** (Einstellung der Augen auf Nähe und Ferne), **Vergenz** (Beidäugiges Sehen) und **Gehirnintegration** im Mittelpunkt.

Zum Abschluss erhält der Proband noch Tipps für seinen Arbeitsalltag, wie er zu mehr Wohlbefinden, längerer Ausdauer und Konzentration kommen kann. Wird während des Screenings eine Thematik erkannt, wird eine konkrete Empfehlung (Visualtrainer, Optiker, Augenarzt) ausgesprochen.

Um dran zu bleiben, erhalten die Teilnehmer zur Sicherstellung der **Nachhaltigkeit** danach **5 Wochen** lang wöchentlich einen Newsletter mit dem Augentipp der Woche.

Inhalte:

- Anamnese, ggf. Verhaltenshinweise (Ergonomie, Ernährung)
- Visus-Überprüfung
- Test Motilität, Akkommodation, Vergenz und beidäugiges Sehen
- Defizite werden erkannt und analysiert.
- Tipps für den Alltag und ggf. Empfehlung.

Methoden:

- Test mit Sehtafel
- Interaktive Testverfahren (Wolfsstab, Brockschnur auf Papier)
- van Ordens Stern; vom Proband selbst erstellte graphische Darstellung des visuellen Systems (u.a. Test der Hand/Auge Koordination)

Dauer und Teilnehmerzahl:

- Zu Ihrer Orientierung: Für jeden Mitarbeiter nehmen wir uns ca. 30 Minuten Zeit; daher werden wir in Abhängigkeit von Ihrer Gruppengröße mit einer entsprechenden Anzahl von Visualtrainern vor Ort sein.
- Im Sinne der Nachhaltigkeit bekommen die Teilnehmer 5 Wochen lang einen Newsletter mit der „Augenübung der Woche“ und zu Inhalten aus dem Screening.

Zielgruppen:

- Menschen, die viel am Bildschirm oder im Nahbereich arbeiten.
- Vorbeugung ist angesagt: Auch für junge Menschen, die noch keine Beschwerden haben oder für Personen ohne bisher bekannte Sehproblematiken ist dieses Angebot wertvoll.