

Ihre Augen sind kostbar

Augen- und Sehtraining

Unsere Augen sind mit eines der kostbarsten Sinnesorgane unseres Körpers. Täglich helfen Sie uns dabei Sinneseindrücke wahrzunehmen und sind dabei vielen Reizen ausgesetzt. Durch Augenentspannung und gezielte Übungen kann das Sehen und die Wahrnehmung verbessert werden. Unterstützen Sie Ihre Augen durch Augentraining.

- Augentrainings:** Dienstags, 16.09., 07.10. und 11.11.2025
- Zeit:** 14.00 - ca. 15.30 Uhr
- Ort:** Pro Senectute Gossau, Hirschenstrasse 27, Gossau
- Leitung:** Alessio Grasso , Augenoptiker
- Kosten:** Kosten pro Training CHF 10.00
Bitte anmelden!
- Anmeldung:** Pro Senectute Gossau & St. Gallen Land
Telefon 071 388 20 59 oder
gossau@sg.prosenectute.ch



Dieser Kurs ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil dieser in besonderem Masse die Selbstständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.