ONTSPAN DE OGEN !

In 3 weken tijd naar rust in je ogen en lust in je leven

VolZicht
moeiteloos kijken zonder bril of lenzen

Waarom het ontspannen van de ogen zo belangrijk is?

- Betere doorbloeding
- Betere afvoer van afvalstoffen
- Zien veel meer
- Voelen prettig
- Lichaam en geest

Wil jij de volgende vragen beantwoorden?

- Heb jij droge, jeukende of vermoeide ogen?
- Kost het kijken je vaak moeite en ga je dan fronsen of ‘knijpen’?
- Heb je regelmatig last van hoofdpijn of een drukkend gevoel in je hoofd?
- Slaap je slecht?
- Zie je wazig zonder bril?

Wat zou jij graag willen voor je ogen?

KARIN HOGENBOOM

Ervaringsdeskundige en eigenaar Volzicht

30 jaar bril en lenzen gedragen
Dacht dat ik zonder bril niet zag
Vermoeide, droge, vaak jeukende ogen
Had veel spanning op mijn ogen, had dit alleen niet door
Had naast oogklachten slaapproblemen, was zeer gestrest en zat niet goed in mijn vel

Beter zien
Meer rust in mijn leven
Ik werd fitter
Kon weer goed slapen
Ging weer genieten
Draag nooit meer een bril

Onderwerpen in dit webinar

- Hoe ontstaat spanning in de ogen
- Het effect van ontspannen ogen
- Wat heb jij nodig om de ogen te ontspannen + oefening!

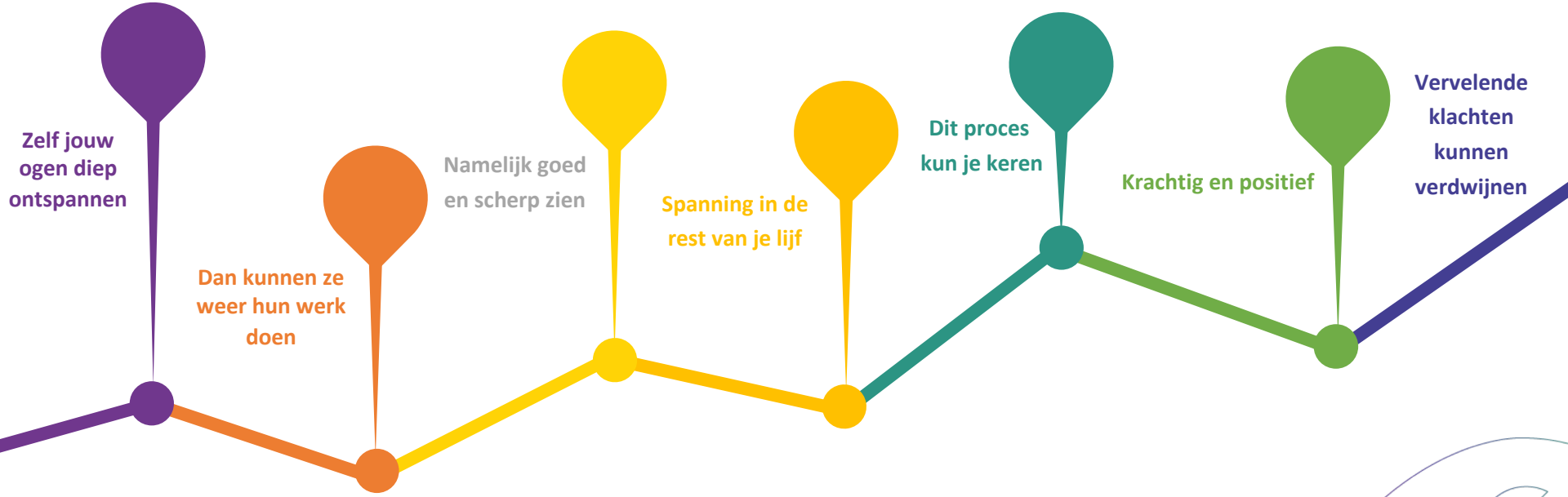
Wat heb jij nodig om de ogen te ontspannen

De openbaring van ontspannen ogen

Welke overtuigen houden je tegen?

- Ik kan zelf niets doen
- Dit gaat mij niet helpen
- Kost heel veel tijd en ik heb geen tijd
- Nu is het niet het moment
- Ik geloof hier niet in
- Kan niet, want ik werk veel achter de computer

De openbaring van ontspannen ogen



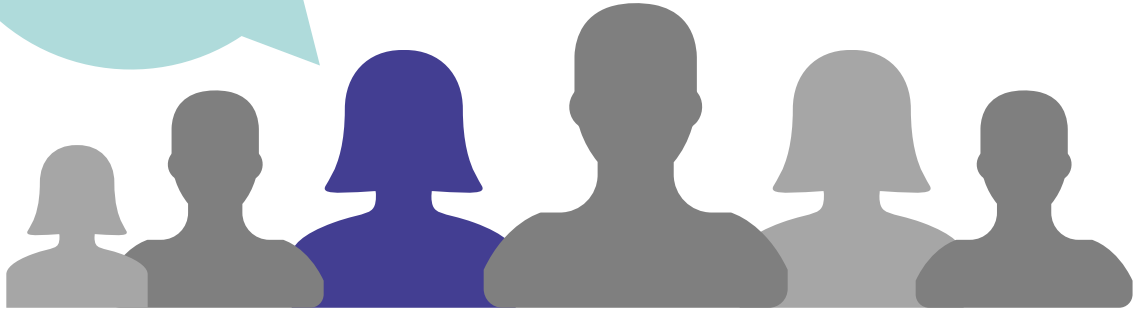
Hoe zou dit voor jou zijn?

Koos Boertjes aan het woord

“ Ik heb een aantal maanden geleden je oogoefeningen gekocht en ik wil je laten weten dat ik er erg blij mee ben. Ik heb er veel profijt van, en merk nu pas hoezeer mijn ogen doorgaans gespannen zijn, en ook hoe goed het voelt om daar iets aan te kunnen doen. Bedankt daarvoor!”

Chrisnel Payoute aan het woord

“ Mijn dank is groot aan u. Ik heb uw oefeningen echt ervaren als de oplossing om beter te kunnen zien. Vooral Het palmeren vind ik fijn”



Wat heb jij nodig om de ogen te ontspannen

De openbaring van ontspannen ogen

Bewustwording van spanning in de ogen

Hoe ontstaat spanning in de ogen?

- Door staren en turen ontstaat er spanning
- Het kijken door glas van een bril of lenzen
- Kijken naar beeldschermen
- Verkeerde voeding eten
- De ogen niet voeden met wat het nodig heeft
- Onnatuurlijke leefomstandigheden en stress

Voel de spanning in de ogen

Wat heb jij nodig om de ogen te ontspannen

De openbaring van ontspannen ogen

Bewustwording van spanning in de ogen

Bewustwording van ontspannen ogen

Het effect van ontspannen ogen

- Rustiger in je hoofd
- Ogen voelen heerlijk aan
- Beter zien
- Scherper zien
- Ogen worden gezond
- Oogklachten verminderen en/of verdwijnen
- Hoofdpijnklanten verminderen en/of verdwijnen
- Gelukkiger voelen
- Beter slapen
- Een fijner leven

Wat heb jij nodig om de ogen te ontspannen

De openbaring van ontspannen ogen

Bewustwording van spanning in de ogen

Bewustwording van ontspannen ogen

Weten hoe je de ogen ontspant

Een andere oplossing voor ontspannen ogen

Dit leren

Leren de ogen te ontspannen, middels oefeningen

+

Leer de ogen voeden, middels oefeningen en voeding

+

Leer de oorzaak achter slecht zicht en hoe kun je dit weer keren?

+

Hoe bril anders laten aanmeten?

De essentie! Wat wil jij met je ogen?

pijler

1

Pijler

2

Pijler

3

Ervaar het zelf met de volgende oefening

Wat heb jij nodig om de ogen te ontspannen

De openbaring van ontspannen ogen

Bewustwording van spanning in de ogen

Bewustwording van ontspannen ogen

Weten hoe je de ogen ontspant

Goede zorg voor de ogen

Doorgaan zoals je nu bezig bent?

- Uitputting voor de ogen
- Uithongering van de ogen
- Verder zicht verliezen
- Verlies van plezier in het zien
- Verlies van plezier in het leven

Laura Babeliowsky aan het woord

“ De ogen welness van Karin heeft mijn leven veranderd. Het heeft niet alleen invloed op mijn ogen gehad, maar ervaar het als een algehele verjongingskuur.”

Klazina aan het woord

“ Ik heb heel wat artsen afgelopen vanwege mijn droge ogen, niemand kon me helpen. Totdat ik VolZicht ontdekte. Met de tips van Karin waren mijn ogen snel weer fris en helder.”

Martine van den Broeck aan het woord

“ Meer dan het proberen waard. Ik merk na twee weken dat ik mijn ogen door de oefeningen meer kan ontspannen, vooral het palmeren geeft rust. Ook bij de juiste voeding merk ik verbetering.”

Arendien de Rijke aan het woord

“ Vooral aan het palmeren heb ik veel, ook omdat het erg ontspannend is en niet alleen voor je ogen.”

De Workshop “Moeiteloos kijken zonder bril”

Leren de ogen te ontspannen, middels oefeningen

+

Leer de ogen voeden, middels oefeningen en voeding

+

Leer de oorzaak achter slecht zicht en hoe kun je dit weer keren?

+

Hoe bril anders laten aanmeten?

Praktische zaken van de workshop

- Rustige, makkelijk bereikbaar locatie in Amsterdam
- Luxe park accommodatie ’Huize Frankendael”
- Inclusief oogversterkende lunch
- Direct persoonlijke hulp van Karin
- Andere VolZicht community leden ontmoeten

Jouw investering in je ogen

Jouw investering in je ogen

Geldig t/m 03 juli

Workshop + Bonus

Workshop “Moeiteloos kijken zonder bril

Welness Pakket voor de ogen

https://volzicht.nl/workshop

BEDANKT VOOR DEELNAME AAN DIT WEBINAR

VolZicht
moeiteloos kijken zonder bril of lenzen