

IL BENESSERE QUOTIDIANO PARTE DAGLI OCCHI

www.benesserevisivotraining.it

TRANSITIONS® LANCIA IL PERSONAL TRAINING PER IL FITNESS DEGLI OCCHI

Così come ogni altra parte del corpo, gli occhi – vero e proprio miracolo del corpo umano - hanno bisogno di cure ed attenzioni. La vista, infatti, è tra i 5 sensi, quello che ci fornisce una visione unica e personale del mondo, che ci permette di scoprire ed apprezzare ogni giorno la vita, e che ci consente di vivere la nostra visione. E' importante, quindi, proteggere ogni giorno i nostri occhi e prevenire i disturbi che possono compromettere nel tempo la salute e la qualità della nostra vista.

TRANSITIONS®, marchio leader nel settore delle lenti fotocromatiche ad alte prestazioni, promotore di una vera e propria campagna di sensibilizzazione per la salvaguardia della salute degli occhi, lancia oggi un nuovo modo di prendersi cura della salute quotidiana degli occhi con l'innovativo Training per il Benessere Visivo.

Basta collegarsi al sito www.benesserevisivotraining.it per accedere ad un allenamento completo e gratuito, concepito espressamente per gli occhi. Quattro diversi programmi creati per esercitare, rilassare e prendersi cura dei propri occhi, al fine di poter godere del proprio benessere visivo oggi e in futuro:

- **Cura degli Occhi**
- **Ginnastica Oculare**
- **Yoga per gli Occhi**
- **Spa per gli Occhi**

Ogni programma propone una serie di esercizi utili per allenare gli occhi, rilassare i muscoli oculari e consigli utili allentare la tensione e l'affaticamento visivo.

1) Programma Cura degli Occhi

Lo stile di vita moderno sottopone ogni giorno i nostri occhi a stress e abitudini malsane che sono all'origine di parecchi fastidiosi disturbi visivi. Spesso costretti a fissare per lunghe ore lo schermo del computer, diminuiamo inconsciamente fino ad un terzo il numero di volte in cui sbattiamo le palpebre (la media corretta sarebbe 12 volte al minuto). In carenza del sottile strato di liquido lacrimale che idrata, nutre, pulisce la cornea rimuovendo le sostanze irritanti, i nostri occhi sono quindi soggetti a secchezza, arrossamenti, bruciori. Gli esercizi del programma "Cura degli Occhi" di Transitions® sono stati creati per offrire una pausa rigenerante agli occhi e aiutarci così a lenire l'affaticamento oculare. Il training fornisce anche consigli utili per migliorare la qualità visiva sul posto di lavoro.

2) Ginnastica Oculare

“Ginnastica Oculare” di Transitions® è un allenamento quotidiano per gli occhi che propone esercizi utili da effettuare in qualsiasi momento della giornata, dalla mattina alla sera. I muscoli esterni degli occhi, infatti, sono i più forti del corpo umano, e come qualunque altro muscolo devono essere allenati per mantenere il proprio tono muscolare. Pochi minuti al giorno, a casa, in ufficio o sotto la doccia saranno sufficienti a garantire la perfetta forma dei muscoli oculari attraverso esercizi mirati di contrazione e distensione.

3) Yoga per gli Occhi

Tutti sanno che lo yoga è benefico per il corpo, ma solo Transitions® offre la possibilità di scoprire il contributo importante che questa disciplina può offrire per il benessere visivo. Grazie al programma Yoga, con semplici esercizi gli occhi potranno ritrovare la forma e alleviare la tensione muscolare, producendo un rilassamento ottimale.

4) Spa per gli Occhi

Per completare il Training per il Benessere Visivo di Transitions®, “Spa per gli Occhi” propone alcune tecniche di massaggio ideali per alleviare l’affaticamento oculare con esercizi di rilassamento dei muscoli che stimolano al tempo stesso la circolazione sanguigna, portando ossigeno e sostanze nutritive. Alla fine dei massaggi per concludere in bellezza il programma di training per gli occhi, Transitions® offre preziosi suggerimenti per rendere ancora più efficaci le maschere per gli occhi.

Sensibilizzare i consumatori sul valore del Benessere Visivo e sull’importanza della protezione della vista è da sempre la missione del marchio Transitions®, leader nel settore delle lenti fotocromatiche con prodotti all’avanguardia di nuova concezione. Soluzione ideale per la cura quotidiana degli occhi del vasto pubblico dei portatori di ogni genere di occhiali da vista, le lenti Transitions® sono lenti a tinta variabile che aiutano a preservare la salute ed il benessere degli occhi. Chiare in ambienti chiusi e di notte, le lenti Transitions® si scuriscono automaticamente in funzione dell’intensità della luce, garantendo il blocco totale dei dannosi raggi ultravioletti, causa primaria del danneggiamento della vista. Inoltre proteggono dal riverbero, migliorano la sensibilità ai contrasti e prevengono l'affaticamento oculare, garantendo così il migliore comfort visivo e la salvaguardia nel tempo della salute degli occhi.

Visita il sito www.benesserevisivotraining.it per un programma completo per il Benessere Visivo, con simpatiche illustrazioni animate e pratici documenti pdf da scaricare e conservare.

A proposito di Transitions Optical

Transitions Optical Inc., con sede a Pinellas Park (USA), è stata la prima azienda a commercializzare con successo le lenti fotocromatiche in resina nel 1990. In qualità di principale fornitore di soluzioni fotocromatiche ai produttori di ottica a livello globale, Transitions Optical offre le più avanzate tecnologie nel campo delle lenti fotocromatiche e la più ampia selezione di modelli e materiali.

Fiore all'occhiello di Transitions Optical, le Transitions® sono le lenti fotocromatiche più consigliate al mondo grazie ad una serie di performance estremamente avanzate.

Perfettamente chiare e trasparenti in ambienti interni e di notte, le lenti fotocromatiche Transitions® reagiscono ai raggi UV scurendosi per lasciare che soltanto la giusta quantità di luce raggiunga l'occhio.

Il brand Transitions® si fa promotore presso il grande pubblico di una maggiore sensibilizzazione sull'importanza della protezione della vista e più in generale di un concetto di Benessere Visivo inteso come il miglioramento della qualità globale e quotidiana della vista e il mantenimento della salute degli occhi a lungo termine, per poterci vedere chiaro oggi e in futuro.

Transitions Optical conta oltre 1.200 dipendenti in tutto il mondo con stabilimenti di produzione a Tuam, Irlanda; Laguna, Filippine; Sumare, Brasile e Chonburi, Thailandia.

Gli uffici commerciali sono situati a Cambridge, Canada; Parigi, Francia; Adelaide, Australia; Singapore; Città del Messico, Messico; San Paolo, Brasile; Bangalore, India; Tokyo, Giappone e a Shanghai, Cina.

Per maggiori informazioni sull'Azienda e sulle lenti Transitions®, le prime ad aver ricevuto il *Global Seal of Acceptance for Ultraviolet Absorbers/Blockers* (Certificazione internazionale che garantisce i componenti che bloccano e assorbono i raggi UV) dal World Council of Optometry (Consiglio Mondiale di Optometria) e il *Seal of Acceptance for Ultraviolet Absorbers/Blockers* (Marchio di Accettazione per gli elementi che bloccano e assorbono i raggi UV) dall' American Optometric Association (l'Associazione Americana di Optometria), visitare il sito: www.transitions.com.

UFFICIO STAMPA E PR Transitions®:

AD MIRABILIA

Relazioni Pubbliche e Comunicazione

Tel. +39 02 438219.1

Fax +39 02 4800.9428

e-mail: press@admirabilia.it

Contatto: Paola Chiasserini

Tel. +39 02 438219.33

e-mail: chiasserini@admirabilia.it