

...Aprende a ver mejor...

Taller de Visión Natural Método Bates Manantial de Tara – Arafo 24 de mayo 2015

www.metodobates.net

La Visión Natural

La visión natural es la capacidad innata en cada uno de nosotros de ver bien sin gafas, sin lentillas y sin operaciones.

La **miopía**, la **hipermetropía**, el **astigmatismo**, el **estrabismo**, la **presbicia** (vista cansada) y la **ambliopía** (ojo vago) NO se deben a defectos físicos de los ojos. Son el resultado del mal uso que hacemos de ellos. Además, estrés, tensiones, ansiedades y miedos afectan negativamente a éstos importantes instrumentos.

¿A quien va dirigido?

A personas con problemas de **miopía**, **hipermetropía**, **astigmatismo**, **estrabismo**, **presbicia** y **ambliopía**. Así como a todas aquellas interesadas en ver bien.

Las gafas y lentillas...

...no solucionan estos problemas, en la mayoría de los casos los empeoran, ya que bloquean la capacidad de mejora que de manera natural tiene cada persona.

El taller

“Ver bien es un arte que se puede enseñar y aprender” (A. Huxley). El taller es sobre todo práctico, y una forma muy eficaz de trabajar la visión sin gafas y sin lentillas. Los participantes durante el taller pueden experimentar momentos de visión nítida sin lentes. Los contenidos teóricos y prácticos que se van a aprender durante el taller tienen que convertirse en parte de la vida cotidiana para conseguir un cambio permanente de nuestra visión.

Contenidos

- ¿Por qué no vemos bien?
- ¿Que función tienen las gafas y las lentillas?
- Aprender de nuevo a ver bien con nuestros ojos
- Cambio en las costumbres visuales, de malas a buenas
- Método Bates: movimiento, centralización, relajación, memoria, imaginación. Prácticas
- Ojos, mente y cuerpo
- Confianza en uno mismo y en sus ojos
- Consciencia de las gafas reticulares (de agujeros)

Lugar donde se realiza el taller

Finca Manantial de Tara
Camino del Portugués n. 42
Arafo – Santa Cruz de Tenerife
+34 922 103593
www.manantialdetara.org

Impartido por

Maria Stella Marini, educadora visual (Visión Natural Método Bates), reconocida por la AIEV (Associazione Italiana Educazione Visiva) y la VEA (Asociación Española para la Educación Visual)

Horario

- de 10h a 13:30h y de 15h a 18:00h

Es necesario traer para el taller

- Ropa cómoda y calcetines gruesos
- Estuche para poder guardar gafas o lentillas
- Material para tomar notas
- Agua

Precio y inscripción

- **90€** por persona
- Para reservar plaza ingresar **40€** (a descontar del total) indicando **el nombre del participante** en el concepto:
- IBAN **ES75 0182 6140 21 0201571278**
- Los **50€** restantes se abonarán el día de inicio del taller
- Es necesario reservar primero tu plaza por email o teléfono. **Plazas limitadas**

visión natural

Método Bates

Maria Stella Marini

661 944051

mariastellametodobates@gmail.com

www.metodobates.net