

Los orígenes

El oftalmólogo americano William **Bates** elaboró y aplicó el método de "Entrenamiento Visual o Mejora Natural de la Visión" por primera vez en Estados Unidos hace casi cien años.

De ahí nació una disciplina holística que ha ayudado a resolver los problemas visuales de millones de personas en todo el mundo.

En Europa, la Visión Natural está muy desarrollada en Gran Bretaña, Alemania e Italia, donde existen asociaciones de educadores visuales que la aplican desde hace años.

Visión Natural y Método Bates en España

La Fundación BLANCAMA, ONG que desde su origen ha tenido una especial atención en cómo mejorar la vista de forma natural, propone en España talleres de Visión Natural con Maurizio Cagnoli, presidente de la AIEV (Asociación Italiana para la Educación Visual) y director de la escuela Buena Vista.

Talleres de fin de semana:

Eminentemente prácticos. Abiertos a todo aquél que quiera aprender a mejorar su vista o aproximarse por primera vez a las técnicas de Visión Natural como introducción a la formación de educador visual.

Formación anual apadrinada por la AIEV (10 fines de semana, uno al mes):

Curso que permite la profundización en la mejora de la propia vista de un modo continuado, a la vez que forma profesionalmente como educador visual.

Barcelona: Inicio 16 y 17 de Noviembre 2013

Madrid: Inicio 23 y 24 de Noviembre 2013

Más información: www.blancama.org

“Ver bien es un arte que se puede enseñar y aprender”



Mejorar la vista de forma natural es posible. Proceso de crecimiento y desarrollo personal a partir de ver mejor sin gafas ni lentillas

La Visión Natural

La reeducación visual es un método natural que permite la mejora de la visión a través de la relajación, el movimiento y un cambio de hábitos visuales.

Se entrenan los ojos para ver bien de nuevo de una forma agradable y placentera. No es algo complicado, está al alcance de todos. Se trata de un cambio de costumbres y de conciencia.

Organizado por:



Fundación BLANCAMA

Cultura del Bienestar

www.blancama.org

938 029 075

Taller de VISION NATURAL y MÉTODO BATES

con Maurizio Cagnoli

Zaragoza

19 y 20 de Octubre 2013

Madrid

14 y 15 de Septiembre 2013

5 y 6 de Abril 2014



ver mejor

sin gafas ... sin operaciones

Visión Natural

La reeducación visual es un método natural que permite la **mejora de la visión** a través de la relajación, el movimiento y un cambio de hábitos visuales.

Se entrenan los ojos para ver bien de nuevo de una forma agradable y placentera. No es algo complicado, está al alcance de todos. Se trata de un cambio de costumbres y de conciencia.

Es efectiva para:

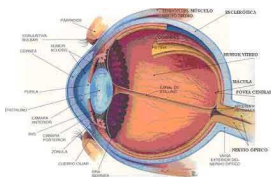
Miopía - Globo ocular alargado y tensión excesiva del cristalino: se ve mal de lejos.

Hipermetropía - Globo ocular corto y falta de tensión del cristalino: se ve mal de cerca.

Astigmatismo - Curvatura irregular de la córnea: se ve mal a cualquier distancia.

Presbicia - Rigidez del cristalino: se ve mal sobre todo de cerca.

Estrabismo - Ojos descoordinados: visión doble o monocular.



Los problemas de la vista no son enfermedades; quien los tiene simplemente se ha acostumbrado a usar los ojos de una forma no natural. Así, del mismo modo que empeoraron, pueden mejorar.

¿No es suficiente usar gafas?

Las gafas y lentillas no solucionan ninguno de estos problemas, de hecho casi siempre los agravan, del mismo modo que una silla de ruedas no enseña a caminar.

El taller

El objetivo del taller práctico es experimentar mejoras en la visión. Los talleres en grupo son muy eficaces y todos descubren que pueden aprender a mejorar su vista.

Mediante juegos visuales se aprenderán las técnicas y hábitos para aprender a ver bien de nuevo. Ya en el taller suceden a menudo momentos de visión nítida (sin gafas). Lo que se aprende, permite después del taller seguir adelante con la mejora de la propia visión.

Contenidos:

- Movimiento, relajación y centralización según el método Bates.
- Mejora de los costumbres visuales.
- Mejora de la coordinación ojo-cuerpo en el movimiento.
- Confianza en uno mismo y en los propios ojos.
- Utilización correcta de las gafas de agujeros (pinhole o reticulares).

El profesor, **Maurizio Cagnoli**:

- Sociólogo, con especialización psicológica.
- Experto en percepción visual y técnicas psicocorporales para la mejora de la vista.
- Propone Visión Natural desde hace más de 20 años en Italia, Alemania, India, España y Argentina.
- Participa regularmente en congresos internacionales sobre visión holística y es autor de numerosas publicaciones sobre el tema.
- Presidente del AIEV (Asociación Italiana para la Educación Visual) y director de las escuelas de formación de Visión Natural en Roma, Barcelona y Madrid.

Horario:

Sábado de 10h a 14h y de 15:30h a 18:30h.

Domingo de 9h a 15h.

Es necesario traer:

- Ropa cómoda, calcetines gruesos.
- Material para tomar notas.
- Estuche para poder guardar gafas y lentillas.

El taller tendrá lugar en:

SALA CRISOL

C/ Zumalacárregui N° 26 entreplanta D

50006 Zaragoza

Precio e inscripciones:

El precio del taller de fin de semana es de 150 €.

La inscripción se realiza mediante ingreso de 50 euros, indicando Vista MAD y tu nombre en el concepto en una de las siguientes cuentas, titular Fundación BLANCAMA:

Ibercaja: 2085-9306-61-03-302171-78 o bien en Triodos Bank: 1491 0001 20 2008218626

Los 100 euros restantes se abonarán al inicio del taller. ¡Plazas limitadas! Es necesario reservar primero plaza por e-mail o teléfono a:

Blanca Gimeno
676 58 09 30

blanca@blancama.org



Toda la información en www.blancama.org