Exercitii simple si eficiente pentru imbunatatirea acuitatii vizuale!

Un articol de Razvan

Problemele de vedere pot aparea la orice varsta. Munca de birou in fata calculatorului, insa, supune ochii unui stres crescut, ceea ce ne predispune la probleme oculare.
Problemele oculare sunt la ordinea zilei, afectand un numar foarte mare de oameni. Uneori, deficientele de vaz pot ingradi desfasurarea anumitor activitati de zi cu zi, necesitand corectie cu ochelari de vedere sau lentile de contact pe baza de prescriptie medicala, ale caror preturi sunt destul de
CITESTE IN CONTINUARE
Urmareste videoclipul pentru o demonstratie practica a acestei tehnici:

Sursa video: youtube.com

Sursa articol: secretele.com