

## W SKRÓCIE

### Stop jąkanii

**Badania.** Jąkanie to jedna z najbardziej przykrych wad wymowy, która występuje u około jednego procenta populacji. Przejawia się w różnorodny sposób: od powtarzania, przeciągania czy wtrącania głosek, sylab bądź wyrazów do wyraźnych przerw w toku mowy. Powstaje ono zwykle w wieku przedszkolnym, a ujawnia się wtórnie lub nasila w okresie dojrzewania. Z tą dolegliwością można walczyć, trzeba jednak trafić do dobrego specjalisty. W związku ze zbliżającym się Światowym Dniem Osób Jąkających się w Centrum Terapii Jąkania i Zaburzeń Mowy w Bydgoszczy przy ul. Jagiellońskiej 24/8 odbędą się bezpłatne konsultacje dla pacjentów. Do poradni można się zgłaszać w dniach 22-25 października w godzinach od 16.00 do 18.00. Wymagana jest wcześniejsza rejestracja pod numerem tel. 52 32 147 66, kom. 606 757 624. (ab)

### Żyj kolorowo

**Jesień.** Wraz z pogarszaniem pogody grożą nam rozkojarzenie i apatia. Jesteśmy senni i zniechęceni do robienia czegokolwiek. Chwile później daje o sobie znać rozdrażnienie czy wręcz agresja. W zrównoważeniu naszego nastroju mają nam pomóc różne specyfiki. Lekarze zalecają też łagodzące stresy, naświetlania, twierdząc, że winowajcą złego samopoczucia są zbyt małe dawki słonecznych promieni i życiodajnej witaminy D.

# Ostre widzenie nawet na zakrętach

**Wzrok.** Odpowiednio dobrane soczewki dają komfort podczas uprawiania każdego sportu

**Idealne widzenie, we wszystkich kierunkach i w każdej sytuacji, to podstawa bezpieczeństwa zarówno podczas uprawiania sportu, jak i jazdy samochodem.**

To, że nosisz soczewki progresywne, nie znaczy wcale, że musisz z nich zrezygnować podczas uprawiania swoich ulubionych dyscyplin. Wiadomo, że aby uzyskać wspiane rezultaty, trzeba polegać na perfekcyjnym sprzęcie. Dotyczy to również właściwych soczewek sportowych. Aby sport był dobrą zabawą, a przy tym był bezpieczny, trzeba widzieć każdy szczegół.

#### Indywidualnie dobrane

Zawodowy sportowiec czy osoba ćwicząca rekreacyjnie nie musi rezygnować z optymalnego widzenia podczas codziennych treningów, nawet jeżeli nosi soczewki progresywne. Indywidualnie dobrane soczewki zapewniają dynamiczne widzenie dzięki bardzo szerokiej, wyważonej strefie widzenia na różne odległości.

Soczewki progresywne zapewniają dobre widzenie pod różnym kątem i na różne odległości. W soczewkach sportowych strefa bliży dla czytania ma około 60 cm, aby przeczytać puls na zegarze, mapę, menu podczas wycieczki górskiej oraz szybkościomierz.

Okulary sportowe można dopasować do wszelkich zaleceń lekarskich. Na przykład specjalne soczewki Sport firmy Rodenstock mogą być użyte nawet w oprawkach mocno wygiętych łukowo, a także oprawkach „z klipsem” jako soczewki jednoogniskowe albo progresywne.

Silne wykrzywienie soczewek sportowych tworzy optyczne zniekształcenie, co wpływa niekorzystnie na jakość widzenia. Aby pomimo tego podczas uprawiania sportu widzieć wszystko bez zakłóceń, warto indywidualnie dobrać soczewki, w których brane są pod uwagę cechy użytkownika - od odległości między źrenicami aż do kształtu oprawki.

#### Widzenie w słońcu

Dobre soczewki przeciwsłoneczne chronią oczy przed promieniowaniem UV. Niektóre soczewki dają nawet więcej - zapewniają lepszy kontrast widzenia nawet w ostrym lub rozproszonym świetle. Światło słoneczne ma nieprzyjemną właściwość osłabiania kontrastu. Dlaczego? Ponieważ dzienne światło ma dużą ilość rozproszonego światła niebieskiego, które tłumi pozostałe kolory i prowadzi do widzenia mało kontrastowego.

Soczewki SunContrast redukują część niebieskiego światła do właściwego poziomu. Przedmioty zyskują kontrast, a kolory i szczegóły mają naturalny wygląd. Precyzyjne widzenie i rozpoznawanie ważnych detali jest szczególnie istotne, gdy prowadzimy pojazd, uprawiamy sport lub wykonujemy inne czynności w czasie wolnym

Dobre okulary przeciwsłoneczne muszą chronić przed oślepiającym słońcem, utrzymując wciąż naturalny kontrast kolorów. Ochrona przed promieniowaniem UVA i UVB jest szczególnie ważna w terenie o wysokim odbiciu światła, jak nad wodą i na wodzie, na śniegu, w górach i w mieście. Warto więc wybrać soczewki, które taką ochronę gwarantują.



Markowe soczewki pozwalają dobrze widzieć nawet w ostrym słońcu

#### Bez refleksów

Każda wypolerowana powierzchnia soczewki odbija przypadkowe światło - pojawia się więc irytujące zjawisko refleksu. Takie świetlne refleksy mogą być całkowicie wyeliminowane dzięki warstwie powłoki antyrefleksyjnej, nakładanej w wysokiej próżni. Dzięki niej zyskujesz dużo większy kontrast i czystość obrazu, wolnego od refleksów, np. oglądając telewizję, w pracy przy komputerze

czy w centrum handlowym. Powłoka antyrefleksyjna podnosi bezpieczeństwo szczególnie podczas prowadzenia pojazdu nocą lub na mokrej jezdni po deszczu. Dodatkowo, oczy zza szkieł są widoczne bez zniekształceń, a dzięki zintegrowanej, ochronnej powłoce Solitaire TopCoat soczewki okularowe dłużej pozostają czyste, a czyszczenie jest szybsze i łatwiejsze niż w przypadku tradycyjnych okularów. (oprac. ab na podst. rodenstock.com)



# EXPERT OPTYK

Autoryzowany Partner Rodenstock



**W październiku 20% rabatu na oprawy i soczewki progresywne**

PORSCHE DESIGN  
BALDESSARINI  
ROCK STAR BABY

GIORGIO ARMANI

Dior

GUCCI

VALENTINO

MaxMara

VOGUE

Ray-Ban

Wetniani Rynek 10, pon.-pt. 10.00-18.00, sob. 10.00-14.00, tel. 52/551-32-32