

Licht fürs Leben

DIE BEREITSCHAFT DES EINZELNEN, AUF EINFACHE UND NATÜRLICHE WEISE DIE EIGENE GESUNDHEIT UND DAS WOHLBEFINDEN ZU FÖRDERN, IST IN DEN LETZTEN JAHREN STÄNDIG GEWACHSEN.

Was haben Licht und Gesundheit miteinander zu tun?

Licht ist nicht nur einer unter vielen anderen Umweltfaktoren, sondern die wesentliche Einflussgröße für die Gesundheit und das menschliche Wohlbefinden.

Licht steuert die Zyklen der Natur und auch unseren eigenen Tagesrhythmus. Wir nehmen es sowohl über die Augen als auch über die Haut auf. Jeder Mensch kann die Wirkung des Lichts an sich selbst nachvollziehen, so sind wir an einem strahlenden Sommertag meist heiterer und unternehmungslustiger als zu nebligen Novemberzeiten. Bekannt sind die Heilwirkungen des Lichts bei Winterdepressionen (SAD), bei Hautkrankheiten wie Neurodermitis und Psoriasis, die Bedeutung des UV- Lichts für die Vitamin D - Bildung und der Einfluss von Licht auf die Melatoninbildung und somit auf den Wach- und Schlafrhythmus des Menschen.

Die Erkenntnisse über die Wirkungen des Lichts aus der Psychologie, der Schul- und Alternativmedizin, der Lichttherapie und der Farbtherapie können in einer ganzheitlichen Lichtplanung für private und gewerbliche Einrichtungen ihre Anwendung finden. Der nächste folgerichtige Schritt besteht nun darin, Menschen mit der richtigen Lichtqualität in ihrem körperlichen und seelischen Wohlbefinden zu unterstützen,

www.forum-form.de

sodass sie ihr Potential in der Arbeit und in ihrem privaten Leben ganz entfalten können.

Wie die Sonne auch in Ihre Räume kommen kann, zeigt Ihnen unser Team gerne mit eingehender Beratung und einem individuellen Lichtkonzept. Lassen Sie sich überraschen.

Weitere Informationen unter:

flámula - licht fürs Leben
Andrea Geisler
Rüsterweg 81
90441 Nürnberg
Tel.: 0911/ 4184754
www.flamula-licht.de
info@flamula-licht.de

