

Das clevere Duo für besseres Sehen!

Key-Features auf einen Blick!



Die elegante Große

explorē 8 ✓

- 8-Zoll-Lupe mit großem Touch-Display, auch mit Fingergesten bedienbar
- mit extra Kamera für die Ferne, vergrößert auch entfernte Schilder
- bis 30-fache Vergrößerung
- 4,5 Stunden Akkulaufzeit
- 580 Gramm leicht



- bedienen leicht gemacht - gleiches Design und Menü
- vergrößern nach Bedarf - in Echt- und vielen Kontrastfarben
- Bilder speichern für später - die Fotogalerie macht's möglich
- immer schön in der Zeile bleiben - mit Leselinie leicht gemacht

Die smarte Kleine

explorē 5 ✓

- 5-Zoll-Lupe mit flexiblem Klappgriff, ideal fürs Einkaufen unterwegs
- matter Bildschirm, keine Reflexe, wie gemacht für Draußen,
- bis 22-fache Vergrößerung
- 3 Stunden Akkulaufzeit
- 230 Gramm leicht



Sehen leicht gemacht - explorē und gut!



REISEN - Fernweh im Alter

Immer mehr Senioren verreisen. Dieser Trend spiegelt sich auch in der Tourismusbranche wider, die sich natürlich mit ihrem Angebot auf die sogenannten „Best Ager“ einstellt.

Rund 43 Prozent aller Urlaubsreisen werden mittlerweile von der Generation 65 plus gebucht. Insgesamt sind das rund 17 Millionen Menschen. Während junge Leute häufiger am Strand entspannen, ziehen Senioren ein vielfältiges Reiseprogramm vor.

Kultur- und Städtereisen oder auch Wellnessangebote sind bei Rentnern beliebter denn je, denn sie wollen im Urlaub nicht nur



die Beine hochlegen. Senioren sind im Reisealltag engagiert, agil und aufgeschlossen. Dass das Reisen bei der älteren Generation so beliebt ist, liegt auch daran, dass sie heutzutage viel vitaler ist, mehr Zeit, Lust und Energie hat, sich die Welt anzuschauen und den Lebensabend zu genießen.

SUDOKU

1		7			6	4	5		
	2	5	3	4				8	
	6				1		7		
	5	3					2	9	
Because your vision matters						9	8		
						2		7	
					9	3	2		
					7	8	5	9	1

Die Vorteile von GESUNDER ERNÄHRUNG

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist wesentlich für die Gesundheit und das Wohlbefinden in jedem Alter. Eine gesunde Ernährung in Verbindung mit regelmäßiger körperlicher Aktivität beugt Herzkrankheiten und Schlaganfälle vor. Gleichzeitig unterstützen sowohl die Bewegung als auch die Ernährung den Bewegungsapparat und die Mund- und Zahngesundheit.

GESUNDE AUGEN Omega-3-Fettsäuren schützen die Makula



Je älter man wird, desto schlechter werden die Augen. Wie gesund wir leben hat aber auch Einfluss auf unsere Sehkraft.

Lebensmittel mit vielen Vitaminen, Mineralstoffen und Antioxidantien helfen Augenleiden vorzubeugen. Die richtige Ernährung, das haben Studien ergeben, kann das Risiko, an einer Makula-Degeneration zu erkranken, um bis zu 30 Prozent senken. Die Makula muss gut ernährt werden, weil dort viele Nährstoffe für den Prozess des Sehens verbraucht werden. Ganz wichtig sind Omega-3-Fettsäuren sowie Zeaxanthin und Lutein zum Schutz der Makula vor freien Radikalen. Fehlt dieser Schutz, verändert sich die

Netzhaut. Es lagern sich immer mehr Stoffwechsel-Schlacken ab. Die Oberfläche wird uneben, die Durchblutung der Aderhaut im Auge gestört. Die Folge: In der Mitte des Bildes sehen wir unscharf, Konturen verzerrt. Brokkoli, Spinat, Avocado, Leinöl und Seefisch enthalten viel Lutein und Zeaxanthin sowie Omega-3-Fettsäuren und gehören deshalb auf den Speiseplan.

Tipp: Vielen Menschen fällt es leichter, viel zu trinken, als ausreichende Mengen Gesundes zu essen. Darum ist ein Smoothie aus Spinat und Beeren der schnellste Weg, möglichst viel Gesundes für die Augen auf einmal zu sich zu nehmen.