



Side 35

Nordstjernen druknede ikke i regn
De 58 frivillige cykelryttere i Nordstjerneløbet cyklede 14.900 sponsorkroner hjem til Y's Men's Club Nordstjernens sociale arbejde.



Side 14

Mine øjne de skal se...
Klinik DineØjne.dk i Risskov tilbyder syn- og motoriktræning, der styrker synet, koncentrationsevnen og afhjælper skrive- og læsebesvær.



Hvor er nødhjælpen?

Bedre syn gennem træning

RISSKOV - De to erfarne optikerpiger bag synstræningsklinikken Dine Øjne tilbyder nye veje til bedre syn, motorik og indlæring.

Af Grethe Bo Madsen
grethe@lokalavisen.dk

Siden de i august sidste år åbnede synstræningsklinikken DineØjne har de to optikere Bettina Leidorf og Gitte Nørgaard haft travlt.

- Målet med træningen er ikke at gøre briller overflødige, men gennem synstræning kan en række andre synsproblemer afhjælpes, forklarer Bettina Leidorf.

Klinikken i Risskov bygger på de to erfarne optikers viden om synssansen. Gennem et intensivt træningsforløb, der bliver skræddersyet til den enkelte, er de i stand til at hjælpe såvel børn som voksne med at styrke og forbedre syn, motorik og indlæring.

Metoden er en kombination af syns-, motorik- og indlæringsstræning, og effekten af træningen er solidt dokumenteret i både teori og praksis.

Farvel til læsebesvær

- Synstræning er ikke så kendt i Danmark, men vi har praktiseret syns- og motoriktræning siden 1997. Da vi var færdigeuddannede som optikere, begyndte vi at supplere uddannelsen, blandt andet med viden om motorik og sanseintegration, så vi blev i stand til at gennemføre synstræning med både børn og voksne.

Senest har de begge gennemført et års efteruddannelse til motorikkonsulenter på CVU, hvor en stor del af undervisningen blev varetaget af børnelæge Bente Petersen og bevægelseskonsulent Anne Brodersen, der begge har mange års erfaring med træning af sanseintegration.

Sanseintegration handler om koordineringen af de vigtige sanser og kroppens



Optikere og motorikkonsulenter Bettina Leidorf og Gitte Nørgaard tilbyder synstræning i deres Klinik DineØjne.dk på Voldbjergvej i Risskov.

store og små muskler, og en del af træningen i klinikken har som mål at styrke sanseintegrationen.

"Der er ikke noget hokus-pokus eller okkult i den behandling, vi giver vore klienter. Det hele er baseret på eksakt viden og erfaring, forklarer Gitte Nørgaard.

En del af synstræningen sigter mod at forbedre skrive- og læseverne, men Bettina Leidorf kan pege på en lang række andre områder, hvor der også er hjælp at hente med synstræning.

Bedre koncentration

- Skrive- og læsebesvær hører til de mest almindelige af de problemer, der kan afhjælpes gennem intensiv træning, men også synsrelateret hovedpine, dobbeltsyn, dårlig afstandsbedømmelse og lav læsehastighed kan afhjælpes gennem træning, forklarer hun.

- Kombineres arbejdet med synet med motoriktræning, opnås desuden en række sidegevinster, blandt andet kan

det mindske tilbøjeligheden til at blive køresyg, og det hjælper på en dårlig balance samt dårlige gribe- og kaste-evner.

Et særligt træningsforløb, som de to har sammensat, sigter mod at styrke koncentrationsevnen.

- Vi har udarbejdet et specielt træningsprogram, der blandt andet kan afhjælpe koncentrationsbesvær og andre problemer, der svækker indlæringsverne,

"Al træning tager udgangspunkt i det, vi ved om synet. Grundlæggende handler det om at forstå, hvor vigtigt det er, at begge øjne bevæger sig på samme måde. Vi kalder det samsyn, og er det, der danner grundlag for al træning hos os.