



20 TIPS VOOR OOG EN OOR



ROMMELAERE
VOOR OOG EN OOR



Jouw ogen en oren verdienen het allerbeste. Je hebt er van elk maar twee. En die moeten een leven lang meegaan. Hoe beter ze werken, hoe beter jij kan functioneren. Je hebt ze nodig in alles wat je doet. Hapert er iets aan? Schakel dan alle mogelijke hulpmiddelen in om jou toch het beste zicht en gehoor te geven. Zo blijf je met volle teugen genieten van het leven.

Omdat dit zo ontzettend belangrijk is deel ik graag deze 20 gouden tips voor jouw ogen en oren met jou. Optiek is onze passie, mensen helpen is onze missie. Die glimlach op je gezicht zien verschijnen, daar doen we het voor.

Blijf je toch met twijfels of vragen achter? Kom dan zeker langs. Je bent altijd van harte welkom.

Heidi

Optiek Rommelaere

PS: Naast de tips die je in dit e-book vindt, staat onze website ook boordevol nuttige tips en informatie die we graag met jullie delen. Je kan deze raadplegen door te klikken op de talloze links die je onderweg tegenkomt.

DIT IS ZO'N LINK DIE JE NAAR ONZE WEBSITE LEIDT

Veel leesplezier!





JE OGEN IN TOPVORM



1. CORRECTIE VOOR VER EN DICHT? MULTIFOCAL GLAZEN GEVEN JE HET PERFECTE ZICHT.

De kans op verziendheid vergroot met de leeftijd. Doorgaans gaan de ogen vanaf 40 jaar achteruit als het op dichtbij kijken aankomt. Het lezen wordt moeilijker. In het begin los je dit nog op door je bril even af te zetten. Maar dat volstaat na een tijdje ook niet meer. Het is nodig om je ogen ook voor dichtbijtaken te corrigeren om terug comfortabel te lezen.

Wat nu? Een gewone bril en leesbril afwisselen? Dan moet je natuurlijk altijd beide brillen bij de hand hebben.

Gelukkig bestaat er een oplossing om beide correcties in 1 bril te verwerken: de multifocale glazen. De bovenzijde heeft de correctie om goed ver te zien. De onderkant krijgt dan de correctie om goed te kunnen lezen. Een kleine oogbeweging volstaat om te wisselen. De indeling van de glazen is heel logisch. Om te lezen kijk je doorgaans naar beneden. Wil je in de verte kijken, dan kijk je recht voor je uit.

De keuze voor een bril met multifocale glazen gebeurt net op dezelfde manier als voor een andere bril. Je kiest een leuke montuur. Die krijgt de aangepaste glazen. En daarmee is het klaar. Het is budgetvriendelijker dan de aankoop van een gewone bril en een leesbril. Na een korte gewenning kan je niet meer zonder. De overgang tussen beide sterktes is vloeiend. Je ziet geen lijnen of andere overgangen.

BEKIJK DEZE GETUIGENIS VAN EEN TEVREDEN KLANT MET MULTIFOCAL GLAZEN.



2. SCHERM AAN, BEELDSCHERMBRIL OP.

Overmatig schermgebruik is vermoeiend en zelfs schadelijk voor de ogen. Laptop, smartphone, computer, ... Tel alles samen en je zit snel boven 3 uren per dag. Terwijl dat nochtans de maximaal aanbevolen schermtijd voor volwassenen is. En dan nog niet eens aan één stuk door. Wedden dat je deze tijd vaak overschrijdt en dat gedurende uren na elkaar?

Voorkom oogproblemen door beeldschermgebruik met een speciaal aangepaste beeldschermbril. Ga je voor HOYASync III glazen, dan krijgen jouw ogen de nodige ondersteuning tijdens beeldschermwerk. Je ogen blijven ontspannen, je kan je beter concentreren en je krijgt geen bijkomende klachten.

KOM MEER TE WETEN OVER DE BEELDSCHERMBRIL IN DEZE BLOG



3. GEEF JE OGEN REGELMATIG RUST, DAT IS EEN MUST!

Ogen doen elke dag aan topsport. Je oogspieren gaan aan de slag van zodra je jouw ogen 's morgens opendoet. Tot je jouw ogen bij het slapengaan weer sluit. Dat zijn vele uren in een mensenleven. Net als elke spier hebben je oogspieren ook wel eens rust nodig. Pas hiervoor deze 2 principes toe.

1. De 20-20-20 regel bij beeldschermwerk

Om de 20 minuten kijk je 20 seconden weg van je scherm, naar een punt op minstens 20 meter ver. Jouw ogen zullen je dankbaar zijn. Ze raken minder snel vermoeid. Je zal ook merken dat je beter op je werk geconcentreerd blijft.

BEKIJK ONZE VIDEO OVER DE 20-20-20-REGEL

2. Veel buiten komen

Als je buiten bent, werken jouw ogen in de verte. Buiten voer je dus geen belastende nabijtaken uit. Hierdoor zijn je oogspieren ontspannen.

Maak een wandeling. Doe een toertje in je tuin. Plan een uitstap in het weekend. Bij kinderen is de gouden regel zelfs minstens 2 uren buitenlucht per dag. Spelen en plezier maken om goed jouw ogen te verzorgen. Een mooie win-win voor jezelf en je ogen.



4. MEDEDOGEN VOOR DROGE OGEN.

Droge ogen zijn ontzettend vervelend. Je ogen voelen vermoeid aan. Ze beginnen te jeuken en raken geïrriteerd. Blijf niet met dit ongemak rondlopen. Droge ogen zijn ongemakkelijk en ongezond. En er zijn echt wel manieren om dit aan te pakken.

Hoe ontstaan droge ogen? We onderscheiden hierbij 2 mogelijke oorzaken. Ofwel heb je een tekort aan traanvocht, ofwel verdampt de traanfilm op je ogen te snel.

Verwarming, airco, allergie, medicatie, beeldschermen, ... Dit zijn allemaal zaken die droge ogen in de hand werken.

Pas alvast deze tips toe als je vaak last hebt van droge ogen:

1. Zorg voor de juiste luchtvochtigheid in je huis of je werkplek.
2. Ga bewust meer knipperen.
3. Pas de 20-20-20-regel toe bij beeldschermwerk: zie ook verderop in dit e-book bij tip 13.
4. Gebruik kunsttranen.
5. Draag een aangepaste bril.

MEER WETEN? LEES ONZE BLOG OVER DROGE OGEN



5. DE OGEN VAN JE KIND NIEUW LEVEN IN BLAZEN? DAT DOE JE MET MIYOSMART BRILGLAZEN

Bijziendheid komt steeds vaker voor bij kinderen. Dit is een wereldwijd fenomeen. We leven nu eenmaal helemaal anders dan tientallen jaren geleden. We vragen veel van onze ogen door veel nabijtaken uit te voeren. Een hele dag tussen de boeken op de schoolbanken. Huiswerk bij thuiskomst. Uren naar een scherm turen. Het eist zijn tol.

Onze ogen zijn pas in rust als ze ver kijken. Als we dichtbij kijken, maken de oogspieren onze oogbol langer. Gebeurt dit van kindsaf te vaak, dan krijg je een langwerpige oog in plaats van een rond. Hierdoor komen beelden niet op de juiste plaats binnen en ben je bijziend. Bij kinderen is er meestal sprake van progressieve myopie: bijziendheid die met de jaren slechter wordt. De brilglazen worden met andere woorden steeds sterker.

Tot voor kort was hier niets aan te doen. Gelukkig staat de wetenschap ook in de wereld van de optiek niet stil. HOYA Vision Care ging samen met de Polytechnische universiteit van Hong Kong op zoek naar een manier om de achteruitgang van de ogen van kinderen tegen te gaan. Het onderzoek loonde en mondde uit in de geboorte van de MiYOSMART brillenglazen.

In de MiYOSMART brillenglazen zitten minuscule deeltjes verwerkt. Deze zorgen voor een defocus. Dat betekent dat het binnenkomend beeld op twee plaatsen tegelijk geprojecteerd wordt. De deeltjes leggen het focuspunt voor het netvlies. De rest van de glazen hebben de normale sterkte en leggen het beeld netjes op het netvlies. En net daarin zit de wetenschappelijk bewezen werking. De projectie op twee plaatsen remt de groei van de aslengte van de ogen af. De ogen van je kind worden in dit geval niet steeds langwerpiger naarmate het groeit. Hierdoor verandert de oorspronkelijke brilsterkte van je kind niet of nauwelijks.

Deze revolutionaire techniek is gemakkelijk en heel kindvriendelijk.

WIL JE MEER WETEN? CHECK ONZE BLOG OVER MIYOSMART



6. VOELT JE HOOFD ZICH NIET ZO BEST? DOE DE POLATEST

Kamp je al lange tijd met onverklaarbare hoofdpijn, vermoeide ogen, concentratieproblemen? Voelen je nek en schouders stram aan en weet je echt niet waardoor? Laat dan zeker de Polatest uitvoeren.

De Polatest spoort heteroforie op. Dat betekent dat de stand van je oogkassen tegenover elkaar afwijkt. Hierdoor werken je ogen niet optimaal samen. Iets wat je niet met het blote oog ziet. Daarom brengt de Polatest dit in kaart. Want heteroforie leidt tot een hele reeks klachten waarvan je wellicht allang de oorzaak zoekt. Op basis van de testresultaten krijg je brilglazen met gepolariseerde filters. Die corrigeren de heteroforie en helpen je van je klachten af.

De Polatest verloopt in 5 stappen:

1. De klachten in kaart brengen
2. Test van de gezichtsscherpte
3. De stereotest
4. Resultaat met gepolariseerde filters
5. De pasbril

GA NAAR ONZE WEBSITE VOOR MEER INFO OVER DE POLATEST



7. HOU JE BRIL IN TOPVORM.

Jouw bril is een echte magneet voor vuil. Stof, vet, pluizen. Alles blijft aan je brilglazen plakken. Dit doet je meerdere keren per dag grijpen naar het eerste het beste doekje dat je binnen handbereik vindt. Doe dit vooral niet. Want zo maak je gegarandeerd krassen. Vuil kan je altijd afkuisen. Maar krassen niet. Hoe klein ze ook zijn.

Wil je weten hoe het wel moet? Volg dit stappenplan.

1. Spoel vuil en zand af onder koud stromend water.
2. Spuit voldoende reinigingsvloeistof op je brilglazen.
3. Veeg je bril schoon met een brillenpoetsdoekje.
4. Zet je bril terug op of steek hem in je brillendoos.

In deze video leg ik nog eens uit hoe je jouw bril poetst zonder krassen te maken.

Ga je graag onmiddellijk voor een grondige en gemakkelijke reiniging van je bril? Steek hem dan regelmatig in een brillenbad. In amper 1 minuut is jouw bril stralend proper. Zeker bij het gebruik van gezichtcrèmes of fond de teint is zo'n brillenbad een echte aanrader. Zo verwijder je resten van deze producten die aan je glazen en montuur zijn blijven hangen. Hoe werkt het? Je vult de koker van het brillenbad met water. Je voegt een scheutje van de bijhorende reinigingsvloeistof toe. Daarna doe je jouw bril in het brillenbad. Je schudt 20 seconden en spoelt daarna je bril af met koud water. Afdrogen doe je met een proper brillendoekje.

LEES ZEKER MEER IN DEZE BLOG EN BEKIJK DE BIJHORENDE VIDEO





JE OREN GOED BESCHERMD



8. TE VEEL LAWAAI OM GOED TE HOREN? BESCHERM JE OREN!

Lawaai is sowieso slecht voor je oren. Denk maar aan mensen die dag in dag uit in een lawaaierige omgeving werken. Of zich regelmatig uitleven op een fuif of een festival. Bij heel wat mensen wordt de vervelende pieptoon na een avondje stappen een permanent probleem. Om dan nog niet te spreken over blijvend gehoorverlies.

Meer weten over de gevolgen van lawaai op je oren? Lees deze blog .

Wil je toch volop opgaan in je werk of in een streepje muziek zonder deze donkere wolk boven je hoofd? Ga dan zeker voor oordoppen op maat. Hiervoor maken we eerst een afdruk van je oor. Zo krijg je zeker oordoppen die perfect aansluiten, zonder vervelende akoestische lekken. In de oordoppen kunnen verschillende filters geplaatst worden. Voor het luisteren naar muziek. Voor het slapen. Voor het zwemmen. Er is voor elke activiteit aangepaste gehoorbescherming mogelijk.

LEES HIER MEER OVER OORDOPPEN OP MAAT

Ook mutualiteiten erkennen het belang van gehoorbescherming op maat en komen tussen bij de aankoop van oordoppen op maat. Informeer zeker bij jou mutualiteit op welke tussenkomst je recht hebt. De audicien van Optiek Rommelaere geeft je hierover ook de juiste informatie.



9. PROBLEMEN MET HOREN? TEST SNEL JE OREN.

Problemen met horen ontstaan meestal geleidelijk aan. Je hoort minder goed, maar ziet hier nog geen grote problemen in. Dat is de grote valkuil. Want stilaan sluipen de gevolgen van dit gehoorverlies in je leven. Terwijl het ontzettend belangrijk is om al in te grijpen nog vóór de gevolgen merkbaar worden.

Als je gehoorproblemen niet tijdig aanpakt, dan dreig je

- geïsoleerd te raken en in eenzaamheid te vervallen.
- de capaciteit van je hersenen voor het verwerken van tonen en frequenties te verliezen.
- een groter risico op dementie te lopen (ontdek meer info in ons blogbericht).

Ga dus zeker op tijd langs bij de audicien om je gehoor te laten testen. Dit gebeurt eenvoudig met een koptelefoon en pieptonen. De audicien ziet onmiddellijk of een hoorapparaat voor jou een oplossing biedt.

ONTDEK IN DEZE VIDEO HOE EEN HOORTEST BIJ OPTIEK ROMMELAERE IN ZIJN WERK GAAT



10. HOU JE HOORAPPARAAT IN TOPVORM.

Jouw hoorapparaat is onmisbaar. Je steekt het in als je opstaat en doet het pas uit als je gaat slapen. De hele dag door komt jouw hoorapparaat in contact met oorsmeer, talg en zweet. En dat heeft gevolgen, van schade aan je hoorapparaat tot irritatie aan je oren.

Onthoud dus zeker deze 5 stappen voor het onderhoud van je hoorapparaat.

1. Was je handen grondig vooraleer je jouw hoorapparaat reinigt. Hygiëne is hierbij heel belangrijk.
2. Kijk elke dag na of je oorsmeer ziet aan de uitgang van het hoorapparaat. Zo ja, haal dan het oorsmeer weg. Gebruik hiervoor enkel een zachte doek of de aangepaste borsteltjes en pinnetjes. Begin je met andere dingen te koteren, dan loopt je kostbare hoorapparaat gegarandeerd schade op. Doe dit dus zeker niet.
3. Geef je hoorapparaat wekelijks een grondige reinigingsbeurt. Gebruik ook hiervoor de juiste producten. Haal eerst het oorstukje van het hoortoestel. Leg dit oorstukje daarna in water, eventueel met een beetje detergent. Enkele uren later is alles losgeweekt. Je haalt het oorstukje uit het water en droogt het eerst af met een proper doekje.
4. Het hoortoestel zelf mag je nooit of te nimmer in contact brengen met water. Gebeurt dit toch, dan is grondig drogen essentieel. Jouw hoorapparaat is een elektronisch en technologisch snufje. Vocht of agressieve reinigingsproducten zijn de ergste vijand.
5. Tijdens de 6-maandelijkse controle kan de audioloog de filter en het oorstukje van je hoorapparaat vervangen. Vervang tijdig de batterijen en ga onmiddellijk langs bij je audioloog als je vermoedt dat er iets niet klopt. Zo blijft je hoorapparaat in topvorm.

ZIE IN DEZE VIDEO HOE JE JOUW HOORAPPARAAT OP EEN JUISTE MANIER ONDERHOUDT





CONTACTLENZEN



11. BRENG JE LENZEN CORRECT IN, DAT IS EEN GOED BEGIN!

We spraken in een eerdere tip al over lenzen in topvorm houden. Toch vind ik het belangrijk om het inbrengen van lenzen als aparte tip aan je mee te geven. Als lenzendrager doe je dit elke dag. Ook als occasionele lenzendrager is dit stappenplan van levensbelang voor je ogen.

1. Was je handen met vloeibare zeep.
2. Droog je handen goed af.
3. Haal je lens uit de houder.
4. Leg ze in je handpalm.
5. Spoel ze met lenzenvloeistof.
6. Leg de lens op het puntje van je wijsvinger.
7. Check of de randen mooi recht omhoog staan.
8. Breng ze in.

BEKIJK ONZE VIDEO OVER HET INSTEKEN VAN LENZEN



12. DE DAG IS UIT, ZO HAAL JE JOUW LENZEN JUIST UIT.

Idem als het inbrengen van lenzen, is het cruciaal om jouw lenzen uit te halen volgens deze stappen.

1. Hou je bovenste en onderste ooglid tegen.
2. Haal met duim en wijsvinger de lens uit.
3. Leg de lens in de palm van je hand.
4. Spoel ze met lenzenvloeistof.
5. Wrijf zachtjes met je wijsvinger over de lens.
6. Doe de lens in de lenzenhouder.
7. Vul de lenzenhouder tot de rand met verse vloeistof en sluit goed af.

BEKIJK ONZE VIDEO OVER HET UITHALEN VAN LENZEN



13. OGEN CORRIGEREN TIJDENS DE NACHT? MET NACHTLENZEN KRIJG JE WAT JE VERWACHT.

Nachtlenzen zijn een manier om 's nachts bijziendheid te corrigeren. Zo heb je overdag geen bril of andere lenzen mee nodig. In artikels wordt gesproken over het gebruik van nachtlenzen tot een correctie van $-4,50$. Bij Optiek Rommelaere hanteren we een nauwere grens, omdat we de gezondheid van de ogen voorop stellen.

Zoals het woord het zegt, draag je nachtlenzen terwijl je slaapt. Aan de voorkant van je oog zit je hoornvlies. Maar daarvoor zit nog een dun laagje traanfilm. De nachtlenzen rusten op die traanfilm. Het drukverschil vlakkt je hoornvlies tijdelijk af. Hierdoor valt het beeld overdag wel correct op je netvlies en zie je scherp zonder bril of andere hulpmiddelen. Het is veilig én tijdelijk. Je kan op elk moment terug overschakelen naar een bril of contactlenzen.

Toegegeven, een bril is een leuk accessoire en lenzen zijn eenvoudig in gebruik. Maar soms brengen ze toch wat gedoe met zich mee. Wat doe je bij het zwemmen? Een bril vol druppels aanhouden? Of dan toch bril of lenzen opbergen en alles wazig zien? Nachtlenzen lossen dit probleem op. Ook bij andere sporten komt dit goed van pas. Bovendien zijn nachtlenzen een voordelig alternatief voor een laserbehandeling en werken ze prima als je vaak last hebt van droge ogen. Ze bieden comfort en vrijheid in je dagdagelijkse activiteiten.

LEES MEER OVER NACHTLENZEN IN DEZE BLOG

14. HOU JE LENZEN IN TOPVORM.

Lenzen zijn delicaat. Zowel qua materie als qua effect op je ogen. Niets komt dichter in contact met je oog dan een lens. Daarom is het essentieel om voorzichtig met lenzen om te gaan.

Alles start bij een goede hygiëne. Een infectie op je oog door slechte hygiëne van de lenzen is absoluut geen lachertje. En kan zelfs onherroepelijke schade toebrengen. Allemaal zaken die je kan voorkomen met deze tips.



1. Was voor je jouw lenzen aanraakt altijd je handen heel grondig met water en zeep. Droog daarna je handen helemaal af met een handdoek die geen pluisjes achterlaat.
2. Gebruik enkel lenzenvloeistof die geschikt is voor jouw lenzen.
3. Gebruik ook nooit vloeistof die over datum is.
4. Laat de vloeistof voor jouw contactlenzen altijd in de originele fles zitten.
5. Doe de fles van de reinigingsvloeistof voor lenzen altijd voorzichtig open. Raak de punt van de fles niet aan met je handen.
6. Sluit de fles ook altijd goed af.
7. Spoel je lenzenhouder altijd met lenzenvloeistof, nooit met water.
8. Droog je contactlenshouder af met een doekje dat geen pluisjes achterlaat.
9. Reinig je lenzen onmiddellijk na het uithalen.
10. Vervang je contactlenshouder elke 3 maanden.
11. Bewaar je contactlenzen op een droge plaats.
12. Ga nooit het zwembad of de douche in met lenzen.
13. Draag jouw contactlenzen maximum 14 uren per dag.
14. Vervang beschadigde lenzen onmiddellijk.
15. Ben je ziek? Laat dan even je lenzen aan de kant en ziek uit met je bril.
16. Zet eerst je lenzen in en breng daarna pas make-up aan.
17. Slaap nooit met lenzen in.

LEES HIEROVER MEER IN DEZE BLOG

Ook het voorkomen van scheuren is een belangrijk punt voor lenzen in topvorm. Hiervoor deel ik deze 5 tips met jou:

1. Gebruik daglenzen.
2. Vermijd lange nagels.
3. Vul je lenzenhouder volledig met vloeistof.
4. Bevochtig jouw lenzen met oogdruppels als je ogen droog aanvoelen.
5. Ga voorzichtig om met dubbelgevouwen lenzen. Doe er voldoende vloeistof op voor je ze weer openvouwt.

MEER WETEN OVER HOE JE KOMAF MAAKT MET GESCHEURDE LENZEN





BIJ ROMMELAERE VIND JE MEER



15. ZONNESTRALLEN? BEST JE ZONNEBRIL MET UV-BESCHERMING BOVENHALEN.

De zon is genadeloos voor je huid én je ogen. Het gebruik van zonnebescherming voor je huid is volop ingeburgerd. Heb je dezelfde reflex voor het beschermen van je ogen?

UV-licht kan je hoornvlies verbranden. Met hele kwalijke gevolgen. Je ogen zijn rood en branderig. Je kan zelfs moeite hebben om ze te openen. Overmatige blootstelling aan de zon leidt uiteindelijk tot permanente beschadiging aan je ogen leiden. Eens je zo ver bent, is er geen weg meer terug.

Draag dus altijd een zonnebril als de zon komt op dagen. Ga zeker voor een kwalitatieve zonnebril die de UV-stralen voldoende tegenhoudt. Enkel bij de opticien ben je helemaal zeker van de juiste kwaliteit en bescherming. Bijkomend pluspunt hierbij is dat je opticien altijd klaar staat voor kleine herstellingen.

Heb je een correctie op je ogen? Ga dan voor een zonnebril op sterkte. Je kiest een leuke montuur en komt met je zonnebril stijlvol voor de dag.

ONTDEK IN DEZE BLOG HOE JE MET EEN ZONNEBRIL OOGZIEKTES TEGENGAAT

Gebruik jouw zonnebril het hele jaar door. Ook op koudere dagen kan de zon jouw ogen irriteren. Bovendien zijn er heel wat situaties waarbij je zonnebril veiligheid biedt. Denk maar aan de laaghangende zon terwijl je in de winter met de wagen rijdt. Een zonnebril is hierbij essentieel om je rit veilig te doen verlopen.



16. DENK HIERAAN, BIJ HET OVER DE LANDSGRENS GAAN

In heel wat landen is het verplicht om een reservebril of zonnebril binnen handbereik te hebben. Op zich logisch, want als er iets misloopt heb je niet de tijd om een andere te gaan halen. Bij een tussenstop valt je bril tijdens een onoplettend moment op de grond. Glas eruit. Of plots komt de zon vanachter een wolk piepen en ben je instant verblind. Jouw reservebril en zonnebril zijn in deze gevallen de garantie voor een veilige rit.

ONTDEK IN WELKE LANDEN JE VERPLICHT BENT EEN RESERVEBRIL MEE TE HEBBEN

Let wel: net als bij ons verandert de wetgeving in buurlanden regelmatig. Check dus zeker de regelgeving voor je vertrekt. Of neem als chauffeur het zekere voor het onzekere en houd die reservebril of zonnebril sowieso binnen handbereik.

17. ALS HET KRIEBELT MOET JE ... JOUW SPORTBRIL OPZETTEN

Als je sport, dan geef je jezelf voor de volle 100%. Laat je vooral niet tegenhouden door een storende bril. Sport je met een gewone bril? Dan zal die sneller afzakken, in de weg zitten of jouw zicht belemmeren. Een sportbril daarentegen blijft altijd mooi op zijn plaats. Hij is licht en biedt een breed gezichtsveld. Voor de glazen heb je heel wat keuzes aan kleuren en types. Deze glazen zijn trouwens perfect aanpasbaar aan jouw correcties.

Een sportbril is speciaal op maat gemaakt. Voor jou en voor de sport die je uitoefent.

ONTDEK 7 GOEDE REDENEN OM TE SPORTEN MET EEN SPORTBRIL



18. TUUR DOOR EEN BIJ JOU PASSENDE MONTUUR.

We zien er allemaal anders uit. We hebben allemaal een eigen smaak. Bij Optiek Rommelaere zorgen we daarom altijd voor een uitgebreid aanbod monturen. Voor elk wat wils.

Je draagt je bril dag in dag uit. Hij is erg bepalend voor jouw look en je identiteit. Neem dus zeker de tijd om de montuur te kiezen die bij jouw gezicht en stijl past.

Hierbij deel ik alvast enkele tips om de perfecte montuur te vinden.

- Hou rekening met de vorm van jouw gezicht. Is jouw gezicht eerder rond, ovaal, langwerpig, ...? Dan is het ook belangrijk dat de vorm van je montuur evenwicht brengt. En die de perfecte pasvorm heeft, zodat je bril comfortabel zit en mooi op zijn plaats zit
- Welke teint heeft je huid? Welke kleur hebben je haar en je ogen? Dit zijn belangrijke factoren om de best passende kleur te vinden.
- Welk karakter heb je? Introvert, klassiek, extravagant, ... Deze karakters vind je ook terug in ons assortiment aan monturen.

BIJ OPTIEK ROMMELAERE IS STIJLADVIES DEEL VAN DE SERVICE

19. DE BRILLENKETING, ZEKER JOUW DING!

Twee brillen afwisselen is vaak onvermijdelijk, maar vooral heel onhandig. Je bril en je zonnebril. Of je bril en leesbril. Je hebt ze allebei even vaak nodig op een dag. Hoe zorg je ervoor dat je ze allebei steeds binnen handbereik hebt?

Denk je dat de brillenketting volledig passé is? Denk dan nog maar eens opnieuw. Want er zijn al heel wat eigentijdse kettingen op de markt die handig én stijlvol zijn. Zonder bril zien ze eruit als een gewone halsketting. Om je bril te bevestigen heb je meerdere mogelijkheden. Met deze tip doe ik dus een oproep om het imago van de brillenketting terug op te krikken. Zowel jouw gemak als uitstraling zullen er wel bij varen.

BEKIJK DE MOGELIJKHEDEN VAN ONZE BRILLENKETINGEN





20. DIT IS DE KRACHT WANNEER JE GLIMLACHT.

We gaan 200% voor jouw stralende glimlach. Dat is de slogan van Optiek Rommelaere. Omdat we graag mensen blij maken. En ook omdat jouw glimlach goed is voor je gezondheid én je ogen.

Zoveel mogelijk glimlachen in het leven, dat is dé gouden tip om dit e-book mee af te sluiten. Glimlachen

- doet de spieren in je gezicht ontspannen en gaat zo overbelasting van de oogspieren tegen.
- stimuleert de aanmaak van dopamine en serotonine. Dopamine blokkeert het verlengen van de oogbol.
- remt de aanmaak van cortisol, het stresshormoon dat je ogen op lange termijn overgevoelig maakt.

Keep on smiling is de boodschap!

