



II
**Meer energie overdag,
beter slapen in de
nacht.**

BELANGRIJK OM TE WETEN

- De lichtbril wordt meestal in de ochtend gebruikt om het natuurlijke ritme te ondersteunen.
- De bril is lichtgewicht en kan tijdens dagelijkse activiteiten gedragen worden.
- Lichttherapie is niet voor iedereen geschikt. Stem de inzet altijd af met een behandelaar of arts wanneer er medische bijzonderheden zijn.
- De Propeaq lichtbril kan ook gebruikt worden door medewerkers die nachtdiensten werken of moeite hebben met hun dag- en nachtritme.
- **INZETBAAR BINNEN: INTRAMURAAL, EXTRAMURAAL & GRZ**

Propeaq

LICHTTHERAPIEBRIL



zorggroep sint maarten

WWW.PROPEAQ.COM

Wat is de PROPEAQ LICHTBRIL?

De Propeaq lichtbril geeft een korte dosis blauw licht via een speciale bril. Dit licht ondersteunt de biologische klok en kan helpen bij het reguleren van het dag- en nachtritme.

WANNEER KAN DE PROPEAQ HELPEN?

- Verstoord dag- en nachtritme
- Vermoeidheid overdag
- Moeite met wakker worden
- Somberheid of weinig energie
- Behoeftte aan meer structuur in het ritme
- Ondersteuning bij slaapproblemen

WIE KAN HELPEN?

-  **TECHAMBASSADEUR**
-  **VERPLEEGKUNDIGE**