



# MISTER SPEX

So kauft man Brillen heute

Berlin, 17. November 2018

## 5 Tipps gegen müde Augen im Winter

Gerade in der Winterzeit erschöpfen und ermüden Augen schneller: Neben der früh einsetzenden Dunkelheit und vielen Heizungsluft belastet auch die dauerhafte Arbeit am Bildschirm. Umso wichtiger ist es, dem vorzubeugen. Stefanie Müller, Augenoptikern bei Mister Spex, hat die richtigen Tipps parat.

### 1. Auszeit vom Bildschirm

Bildschirmauszeiten im Büro sind nicht unmöglich: Es hilft den Augen, den Blick alle 15 Minuten vom Bildschirm zu lösen und ihn in die Ferne schweifen zu lassen – dies entspannt auch, da wir vor einem Bildschirm nur halb so oft blinzeln wie sonst.

### 2. Frische Luft

Regelmäßiges Stoßlüften und ein kurzer Spaziergang in der Mittagspause verschaffen Abhilfe, wenn sich die Auswirkungen der trockenen Heizungsluft bemerkbar machen.

### 3. Ausreichend Licht

Wenn die Umgebung zu dunkel ist, müssen sich die Augen mehr anstrengen und werden schneller müde. Der Arbeitsplatz sollte daher ausreichend von allen Seiten beleuchtet werden.

### 4. Hilfe beim Autofahren

Gegen störende Reflexionen, die vor allem von nassen Fahrbahnen und Schnee ausgehen, helfen polarisierte Brillengläser. Sie minimieren Blendungen und eignen sich daher bestens für Autofahrten.

### 5. Augentropfen

Augentropfen unterstützen bei der Generierung des Tränenfilms und benetzen die Hornhaut. So verleihen sie müden und trockenen Augen wieder etwas Feuchtigkeit und Frische.

#### Über Mister Spex:

Die [Mister Spex](#) GmbH ist Europas führender Online-Optiker. Über seine Website bietet das Berliner Unternehmen neben Kontaktlinsen europaweit ein umfangreiches Sortiment an direkt verfügbaren Markenbrillen und -sonnenbrillen zu attraktiven Konditionen an. Zusätzlich zur Preistransparenz und der Preisersparnis bei Brillen mit Sehstärke profitieren Kunden auch von kostenlosen Services wie Sehtests und Brillenanpassungen, denn Mister Spex kooperiert in Deutschland, Österreich, der



# MISTER SPEX

So kauft man Brillen heute

Schweiz, den Niederlanden und Schweden bereits mit über 500 lokalen Augenoptikern in einem Partnernetzwerk. Im Service-Team von Mister Spex beraten ausgebildete Augenoptiker die Kunden telefonisch oder per E-Mail. Das Unternehmen verfügt über eine eigene Optikerwerkstatt in Berlin, in der die Endfertigung und Qualitätskontrolle der Brillen erfolgt. Die gute Qualität der Brillen wurde im Dezember 2014 von der Stiftung Warentest bestätigt, die Mister Spex als einen der besten getesteten Optiker auszeichnete (test 1/2015, S.86 ff.).

Mister Spex feiert 2018 seinen zehnten Geburtstag. Europaweit zählt das Unternehmen mehr als drei Millionen zufriedene Kunden. Derzeit beschäftigt Mister Spex über 450 Mitarbeiter und ist seit 2015 Ausbildungsbetrieb. Das Unternehmen ist mit eigenen Websites neben Deutschland auch in Österreich, Frankreich, Spanien, der Schweiz, in Großbritannien und in den Niederlanden aktiv und übernahm im Juli 2013 zudem das schwedische Online-Eyewear-Unternehmen Lensstore, das mittlerweile in Norwegen, Finnland und Schweden unter der Marke Mister Spex operiert, sowie im Januar 2015 den norwegischen Kontaktlinsenhändler Lensit. Im Februar 2016 hat Mister Spex seinen ersten eigenen Store in Berlin eröffnet und wurde im gleichen Jahr mit dem Red Dot Award für sein innovatives Ladenkonzept ausgezeichnet. 2017 folgten weitere Stores in Berlin-Steglitz, Oberhausen, Bremen, Bochum und Dortmund sowie die Prämierung mit dem iF Design Award und dem POPAI D-A-CH Award. 2018 eröffnete Mister Spex im Frühjahr drei Stores – im Main-Taunus-Zentrum nahe Frankfurt, in Erfurt sowie in Essen. Im Sommer folgte mit Münster der zehnte Store.