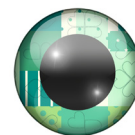


Eyeful Inspiration Cards



*Lumumma infodesign lanserar appen som gör det
enklare att fokusera på det du vill ha*

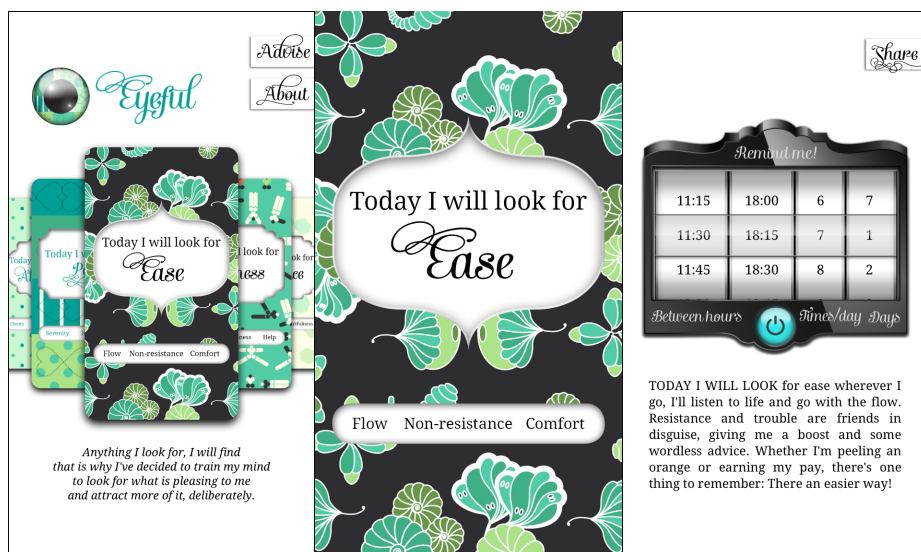
Vad vill du ha mer av i ditt liv? Vad det än är, är din förmåga att uppskatta det du redan har och upplever nyckeln som öppnar dina önskingars port. Med Eyeful Inspiration Cards, för iPhone kan du träna upp din förmåga att fokusera på livets ljusa sida.

SKILLINGARYD - 30 SEPTEMBER, 2013. Eyeful Inspiration Cards består av 26 inspirationskort. Kärlek, lätthet, möjligheter, vänlighet, skönhet och välmående är några av inspirationskortens ämnen. På de färgstarka mönstrade kortens baksidor finner du korta introducerande texter som gör det lättare att börja fokusera på det du vill ha. Du kan spara, skriva ut, dela via e-post eller posta korten på sociala medier, direkt från appen. På kortens baksidor finns även möjligheten att schemalägga påminnelser, som gör det lättare att behålla ditt fokus under dagen!

– Vi är alla födda med förmågan att fokusera, men vi kan träna upp förmågan medvetet och därmed öka våra positiva upplevelser, berättar Anna Sköld, upphovsmannen bakom appen. Precis som fysisk träning, ger regelbunden mental träning fler långsiktiga och välgörande effekter. Det är dessutom lättare att fokusera om, ju mer "vältränad" du är, berättar Anna Sköld.

Studier visar att starka positiva känslor som uppskattning och kärlek stimulerar kroppens energinivå, den kognitiva förmågan och immunförsvaret. Negativa upplevelser har förmågan att tydliggöra vad vi ogillar, men Anna betonar betydelsen av att skifta fokus till det man gillar:

– Vi vill uppmuntra människor att fokusera mer på det de vill, än det de inte vill. Om du letar efter saker att klaga på eller som bekymrar dig, kommer du alltid att hitta ett överflöd av det. Det är lättare att känna positiva känslor och må väl när man uppmärksammar det som faktiskt är bra. Och det finns alltid ett överflöd av positiva saker som sker om man bara väljer att se det, säger Anna Sköld.



Lumumma infodesign har tidigare skapat Thoughtful app, för iPhone. Det här är företagets första app med svenskt (och engelskt) innehåll. Eyeful Inspiration Cards är utvecklad för iPhone och lanseras globalt på App Store den 1 Oktober. Appen kostar 15 kr på den svenska marknaden.

Vill du veta mer om Eyeful Inspiration Cards, eller boka en intervju, vänligen kontakta:

Anna Sköld, Lumumma Infodesign
Hemsida: www.lumumma.se, www.eyeful-app.com
E-mail: anna.skold@lumumma.se
Twitter: @Lumummainfo

Du kan ladda ner pressbilder på:
<http://www.lumumma.se/apps/eyeful/eyeful-press/>