

Conseils d'utilisation des tableaux colorés

1 Observez simplement les lettres, en consacrant quelques secondes à chacune et en clignotant entre elles. La couleur rend la mise au point plus rapide et élastique.

2 Utilisez une paire de couleurs complémentaires, placées l'une à côté de l'autre. Comme dans le précédent, mais en trouvant la même lettre dans les deux tableaux. Il n'est pas important de pouvoir voir clairement la même lettre dans les deux.

3 Insertion d'un optotype traditionnel au milieu. Avec cela, identifiez une distance où les 3 ou 4 dernières lignes ne peuvent pas être lues. Procédez ensuite comme en 2) en "ignorant" l'optotype central. Après 3-5 minutes, revenez à la vérification de l'optotype central, qui devrait apparaître plus net.

Autres utilisations

Les cartes colorées peuvent être combinées à de nombreuses autres ressources: sacs pyramidaux, verres anaglyphes, verres à trous, cartes couleurs Rosenbauer et bien d'autres. Tout comme l'observation des tables peut se faire balancer, danser, chanter, sur un vélo d'appartement, sauter sur un trampoline et de bien d'autres façons. Le jeu est fondamental: la couleur contribue à éveiller la curiosité et le plaisir de voir, qui sont deux puissants moteurs d'amélioration de la vision