

### Visueel geheugen

- Om te kunnen onthouden wat je gezien hebt zonder steeds opnieuw te hoeven kijken.

### Perifere waarneming (zijzicht)

- Om tijdens het lezen goed de regelsprong te kunnen plannen en de bladzijde te kunnen overzien.

- Om goed van het ene naar het andere punt in de ruimte te kunnen kijken zonder te lang te hoeven zoeken (bijvoorbeeld bij het overschrijven van het bord).

### Hoe herken je visuele problemen?

Indien de visuele vaardigheden onvoldoende beheerst worden en/of onvoldoende soepel zijn kan dat leiden tot:

- onnodig energieverlies en vermoeidheid;
- hoofdpijnklachten;
- concentratieproblemen;
- achterblijvende lees- en/of schrijfprestaties;
- een slechte lees- en/of schrijfhouding;
- een vinger gebruiken om bij te wijzen tijdens het lezen;
- het missen en/of herhalen van regels en woorden;
- wazig zien;
- dubbel zien;
- wrijven in de ogen.....

De optometrist kan deze problemen aanpakken door:

- uitgebreide adviezen;
- het voorschrijven van speciale brillen en/ of contactlenzen om rustiger en beter te kunnen waarnemen;
- het geven van **visuele training** om de visuele vaardigheden te verbeteren.

### Vergeet niet:

Om te leren en lezen moet je zien en **ZIEN MOET JE LEREN**

### Wilt u meer weten?

Neem dan gerust contact op met één van onze optometristen, of kijk eens op onze website: [www.contactalook.nl](http://www.contactalook.nl)



Contactalook  
Kruisstraat 150  
5612 CM  
Eindhoven  
(040) 243 76 19  
[info@contactalook.nl](mailto:info@contactalook.nl)  
[www.contactalook.nl](http://www.contactalook.nl)

contacta *look*

Contactlenzen, Optometrie en Visuele Training

# lees- en leerproblemen



contacta *look*



## Optometrie en visuele training

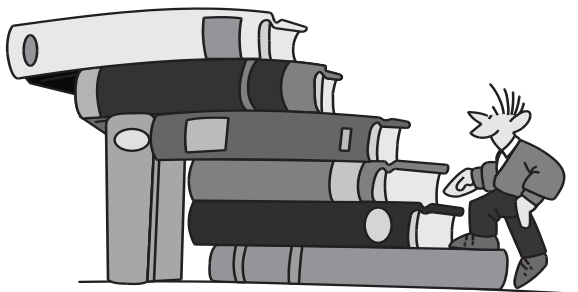
Ieder kind wil leren.

Ieder kind wil leren lezen.

Ieder kind wil lezen.

Wil of kan uw kind dat niet goed?

Dan kan een functionele optometrist vaak veel voor hem of haar doen.



Kunnen lezen is een geweldige ervaring.

Het stelt ons in staat om:

- In onze gedachten naar de mooiste plaatsen en landen op aarde te reizen.
- Nieuwe dingen te leren en meer te weten over alles om ons heen.
- Samen met onze favoriete personages: Harry Potter, Sneeuwwitje.... de meest fantastische avonturen te beleven.

Dus, hoe komt het dat uw kind...

- Lezen niet leuk vindt?
- Achterblijft in het lees- en leerproces?
- Vlug moe wordt en concentratieproblemen heeft?
- Niet naar zijn/haar mogelijkheden presteert?

Veel kinderen met lees- en leerproblemen hebben moeite met de visuele informatie opname en/ of verwerking.

Ouders en leerkrachten denken meestal niet aan die mogelijkheid want de ogen zijn vaak al eerder getest en toen was er niets bijzonders aan de hand. Bij een standaard ogentest wordt echter meestal alleen maar onderzocht of de ogen gezond zijn en of de gezichtscherpte vanaf normaal is.

Dat is zeker belangrijk, maar er zijn nog veel meer visuele vaardigheden die nodig zijn om goed te kunnen lezen en leren.

### Zien moet je leren

Het zien is net als bijvoorbeeld praten of lopen een aangeleerd proces dat zich met vallen en opstaan ontwikkelt. De optometristen van Contactalook hebben zich gespecialiseerd in het uitvoeren van uitgebreide oogmetingen om na te gaan of het zien zich naar verwachting ontwikkelt, of ontwikkeld heeft. Bij dit ± anderhalf uur durend **functioneel optometrisch onderzoek, de 21-punten-test**, worden allerlei visuele vaardigheden getest en gemeten. Wanneer die niet aan de verwachtingen voldoen dan kan Contactalook uw kind helpen met **visuele training**: effectieve, leerzame en leuke oog oefeningen.

### Belangrijke visuele vaardigheden bij het lezen, leren en schrijven zijn:

#### Scherpstelling

- Om gedurende langere tijd op lees- en schrijfafstand scherp te kunnen zien en om snel te kunnen wisselen van veraf naar nabij en andersom (bijvoorbeeld bij het overschrijven van het bord).

#### Oogbewegingen

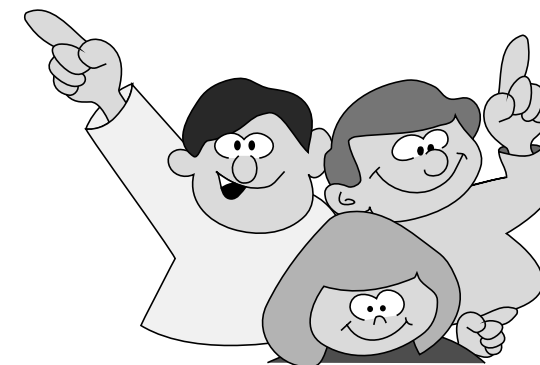
- Om goed de plaats op de regel te kunnen behouden zonder woorden over te slaan, te haperen en/ of te hoeven bijwijken.
- Om aan het einde van de ene regel naar het begin van de volgende regel te kunnen kijken zonder een regel over te slaan of dezelfde opnieuw te lezen.

#### Samenwerking tussen beide ogen

- Om rustig en enkelvoudig te kunnen zien met zo weinig mogelijk inspanning.
- Om goed diepte en afstand in te kunnen schatten.

#### Oog- handcoördinatie

- Om netjes op de regels te schrijven in een leesbaar handschrift.



#### Visueel woordbeeld

- Om goed en snel woorden te herkennen zonder te hoeven raden of spellen.
- Om tijdens het schrijven te kunnen vertrouwen op hoe een woord eruit ziet. Als een kind te veel alleen maar op de klank van een woord let, ontstaan er vlugger schrijffouten.

# Optometrie

en lees- en leerproblemen