

# lunettes lentilles des bien yeux protégés

Les lunettes permettent une meilleure perception du monde et peuvent résoudre des difficultés d'apprentissage de la lecture. Ainsi, des études ont montré qu'il y a deux fois moins de mauvais lecteurs chez les enfants n'ayant aucun trouble visuel ou portant une correction adaptée que chez ceux présentant un ou plusieurs troubles visuels. Conclusion : un dépistage des troubles et un équipement précoces, éventuellement une rééducation visuelle des enfants s'imposent. Une bonne vision est également nécessaire pour leur sécurité sur la voie publique. Que votre enfant soit piéton, juché sur des rollers ou au guidon d'un deux roues, il doit pouvoir percevoir tous les dangers pour sa sécurité et celle des autres.

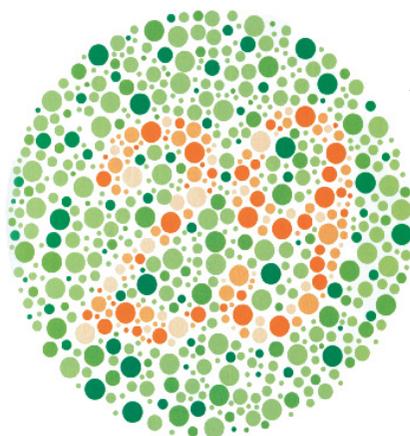
Les bons verres sont organiques (en matière plastique de qualité optique), résistants aux chocs et aux rayures. Quant aux montures (en plastique ou en métal), elles doivent être indéformables et munies de charnières élastiques. Aujourd'hui, les lunettes ont perdu leur réputation de fragilité. Elles sont adaptées à la morphologie de l'enfant, à sa forme de nez et tiennent compte de la direction de son regard, plus fréquemment dirigé vers le haut que chez l'adulte. De plus comme pour les grands, elles suivent toutes les tendances de la mode enfantine et conviennent à tous les looks, du sportif à l'intellectuel en herbe. Le plus doué des brise fer aura plus de difficultés à tordre les branches, rayer ou briser les verres ! De plus, les lunettes protègent les yeux des projectiles mais aussi des rayons ultra violets, les plus nocifs pour l'avenir de la vue. La plupart des verres organiques blancs arrêtent ces rayons.

Avant 14 ans, le port de lentilles est possible si l'enfant est capable de se débrouiller seul : de les placer sur l'oeil, de les retirer, de les entretenir. Les lentilles constituent même une bonne solution pour les grands sportifs d'une dizaine d'années.

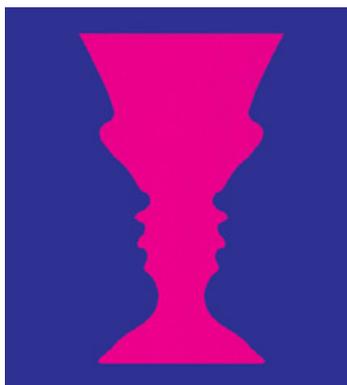


## les lunettes remboursées mieux

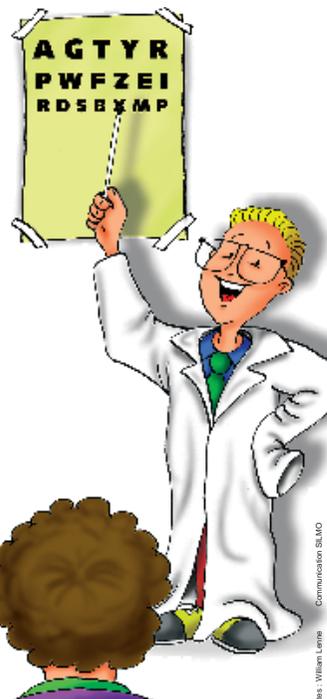
De 6 à 16 ans, la Sécurité Sociale rembourse une paire de lunettes par an. Les montures et les verres sont beaucoup mieux pris en charge que pour les adultes selon un tarif adapté à chaque type de correction et le régime de couverture sociale des parents.



*Distinguez-vous le nombre ?*

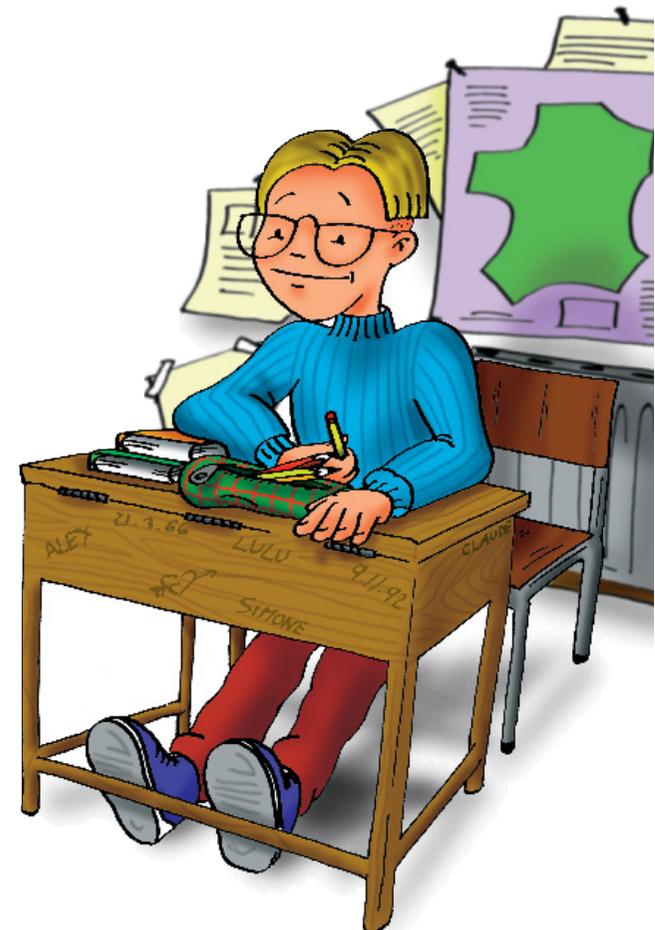


*Attention vos yeux  
peuvent vous tromper.*



Travaux : William Leno  
Communication SLMO  
BOU

# Bien Voir à l'école



ASSOCIATION  
NATIONALE  
POUR L'AMELIORATION  
DE LA VUE  
ASNAV

# parents attention à ses yeux!

La vision de votre enfant est précieuse dès sa venue au monde. Elle se construit de sa naissance à son adolescence et mérite toute votre attention. Si vous avez un doute après avoir lu cette brochure, consultez un spécialiste.

## une vision performante

C'est la faculté de voir net dans toutes les directions. Toutes les structures des yeux participent à ce prodige pour allier la vision des détails, la perception des couleurs et des mouvements. Avoir 10/10ème d'acuité à chaque oeil ne suffit pas. Vous devez aussi être attentifs au fait que votre enfant distingue une grande variété de couleurs, possède un champ visuel de 180°, appréhende les reliefs et les déplacements rapides des objets. Ainsi, si votre enfant, vers 6, 7 ans, montre rapidement des signes de fatigue visuelle, confond les lettres, le rouge et le vert, le jaune et le bleu, est très sensible à une forte luminosité ... il a, peut être, un défaut visuel mineur qui mérite l'avis d'un spécialiste. De même, s'il est incapable de fixer son attention sur un manuel scolaire il a, probablement, une mauvaise vision.



# l'œil et ses imperfections

Entre 6 et 14 ans, un enfant sur trois présente un ou plusieurs défauts visuels.

- Myopie : votre enfant voit mal de loin mais bien de près. Souvent ce défaut est héréditaire et s'amplifie à l'adolescence.
- Hypermétropie : votre enfant voit très bien de loin et mal de près. Si son hypermétropie est légère, elle passera fréquemment inaperçue jusqu'à l'âge adulte
- Astigmatisme : sa vision est médiocre de près comme de loin. Ce défaut peut être isolé mais il est souvent associé à la myopie ou à l'hypermétropie.

En plus de ces défauts, un enfant peut aussi avoir du mal à coordonner ses deux yeux, à les faire converger ou à poursuivre un objet qui se déplace. Conséquences : une fatigabilité à la lecture, la paresse d'un oeil, une tendance à "loucher".

## des motifs de consultation

- Il cligne fréquemment des yeux,
- Il fronce les sourcils
- Il a les yeux rouges, les yeux qui piquent ou pleurent
- Au retour de l'école, il est fatigué, a des maux de tête ou des douleurs dans la nuque
- Il dessine, écrit ou lit le nez collé à son cahier
- Il lui arrive de perdre sa ligne en lisant ou de la relire deux fois
- Il confond certaines lettres
- Il est sensible aux fortes luminosités.

# bien voir pour bien apprendre

Lecture d'un livre, au tableau noir ou sur écran d'ordinateur, écriture sur le cahier ... la scolarité exige de grandes capacités visuelles. Lire est un acte apparemment très simple mais qui appelle à des mécanismes incroyablement délicats et complexes. Lire, ce n'est pas seulement identifier des lettres. C'est aussi reconnaître des mots par des saccades successives des yeux. Ecrire sur une feuille ou sur un clavier d'ordinateur exige, en plus, une bonne coordination entre les yeux et la main. La lecture comme l'écriture impliquent un déplacement du regard rapide et régulier qui sous-entend des mouvements bien coordonnés des deux yeux et une perception nette des lettres. En outre, pour bien lire et bien écrire, votre enfant doit être à la bonne distance de son document. Un test simple : le bon éloignement correspond à la longueur de l'avant bras de l'enfant pouce tendu comme s'il disait OK. De même, si votre enfant travaille ou joue sur un écran d'ordinateur, il doit être placé à une distance supérieure à 40 cm. Enfin, s'il regarde la télévision, il doit être assis à plus d'un mètre.

Les écrans n'abîment pas les yeux. En revanche, si votre enfant fatigue c'est le signe de petits défauts visuels passés inaperçus.

