

Obsah

Úvodem	8
1. Máte slabý zrak?	9
2. Neoptické pomůcky	10
2.1.1. Osvětlení	10
2.1.2. Osvětlení v optické pomůcce	11
2.2. Barvy	12
2.3. Barevné filtry	13
2.4. Stojánky na čtení a sklopné desky	14
2.5. Stojánky k uchycení textů a lup	14
2.6. Psací pomůcky	15
2.7. Pomůcky pro psaní poznámek	15
3. Speciální optické pomůcky	18
4. Elektronické pomůcky	20
4.1. Kamerová televizní lupa	20
4.2. Digitální televizní lupa	22
5. Speciální techniky využití zraku pro čtení	24
6. Speciální techniky využití zraku pro pohled do dálky	26
7. Relaxační techniky	29
8. Cvičné texty	31
9. Kam pro rady, pomůcky a další informace?	33
10. Přílohy	34
O autorovi	39