

Formation VISION-KINÉSIO-LOGIQUE®

CHEMIN DE VOTRE VISION

I – Perceptions lumineuses et contrastes

- *Est-ce que je perçois les ombres dans les environnements en lumière artificielle / en lumière naturelle (Jour et Nuit) ?*
- *Est-ce qu'une variation importante de lumière attire mon attention ou m'inconforte ou je n'en ai pas conscience ?*
- *Est-ce que ma vision s'accommode facilement lorsque je me trouve rapidement dans la pénombre ou le noir (non-complet) ?*
- *Regardez / Observez des contrastes le jour (Plus ou moins sombre / Plus ou moins Foncé)*
- *Est-ce que je perçois les étoiles dans le ciel la nuit ?*
- *Essayez de vous promener, la nuit, dans des secteurs sans lumière artificielle.*
- *Essayez de marcher chez vous dans un couloir, la nuit, sans allumer la lumière.*