

## Cette semaine : le contraste

Vous nous avez sans doute déjà entendu dire : « Pour votre enfant, il est important d'apporter du contraste ». Mais, qu'est-ce c'est, exactement ? « **Le contraste** est une propriété intrinsèque d'une image qui quantifie la différence de luminosité entre les parties claires et sombres d'une image. » Nous remercions Wikipédia pour cette définition aussi claire qu'une photocopie de photocopie...

« *Opposition de deux choses, dont l'une fait ressortir l'autre* ». Larousse nous a donc sauvés !

## Le contraste en pratique

Mais, dans le quotidien, cela donne quoi ? L'idée est d'aider l'œil à saisir une information. Donc, quelle que soit l'activité du moment, il faut idéalement penser à faire ressortir ce que l'enfant doit regarder.

Prenons l'exemple d'un temps de repas (image ci-contre). Sur l'image du haut, les éléments présents sur la table ressortent peu. Si le repas du jour est composé de riz, le besoin de faire ressortir ce qu'il y a à manger sera sans doute nécessaire. Rassurez-vous, il n'existe pas une adaptation type, choisissez celle qui convient à votre enfant et celle qui vous est aisée. Essayez, faites des erreurs, réussissez, les adaptations demandent souvent plusieurs tentatives !

Un seul mot d'ordre, il ne faut pas apporter du contraste de partout, sinon, que regarder ? Essayer toujours de contraster ce sur quoi votre enfant doit porter son attention visuelle et globale.

## Le contraste, quand ?

Mais tout ne sera pas toujours contrasté dans sa vie ! Oui, il s'agit juste de donner un coup de pouce quand cela est possible afin d'éviter trop de fatigue visuelle !

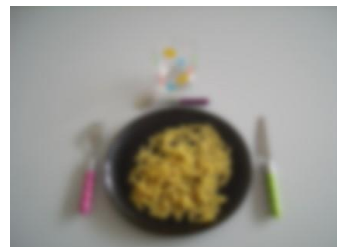
## Newsletter semaine 1

Bonjour à vous, les familles du CAMSP DV !

En cette période un peu particulière de confinement, le CAMSP reste auprès de vous.

Cette brochure a été pensée pour répondre aux questions fréquemment posées, vous proposer des conseils d'adaptation ou d'aménagement de l'environnement ou encore des activités adaptées à la déficience visuelle.

A vos ciseaux, colles, pinceaux !



Cette semaine les orthoptistes vous proposent :  
**le contraste**

