



Zmierz swój rozstaw źrenic.

1. Wydrukuj tę stronę w rzeczywistym rozmiarze.
2. Wytnij linijkę wzdłuż wskazanej linii i zegnij ją w pół.
3. Umieść środkową część linijki z wcięciem wysoko na nasadzie nosa.
4. Stań naprzeciw lustra i popatrz przed siebie.
5. Odczytaj z linijki i zapisz swój rozstaw źrenic dla oka prawego i lewego. Poprawny pomiar to wartość wskazująca środek źrenicy.

Twoje pomiary:

L

P