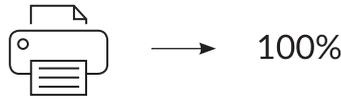
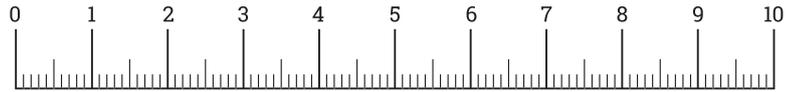


SO MESSE ICH MEINEN AUGENABSTAND

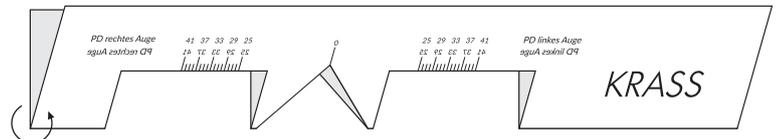
1. Dieses Blatt drucke ich in möglichst hoher Auflösung aus, am besten auf etwas dickerem Papier. Ich achte unbedingt darauf, das Blatt nicht verkleinert oder vergrößert zu drucken – einfach in 100 % ausdrucken.



2. Ich kontrolliere ob das Blatt maßstabsgerecht ausgedruckt worden ist. Dazu lege ich ein Lineal an die hier dargestellte Skala.



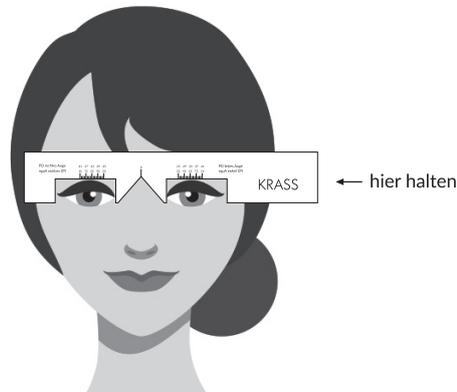
3. Wenn der Maßstab in Ordnung ist, schneide ich die Schablone (ganz unten) entlang der gestrichelten Außenlinie aus.



4. Danach falte ich die Schablone entlang der gepunkteten Mittellinie und schneide die hellgrauen Flächen aus. Dabei arbeite ich möglichst genau und sauber.

5. Ich messe meinen Augenabstand wie in der Abbildung zu sehen: Die Messung nehme ich entweder allein vor einem Spiegel vor, oder ich lasse jemanden die Werte für mich ablesen.

TIPP Mit „rechts“ und „links“ ist immer das von mir aus gesehene rechte oder linke Auge gemeint.



6. Anschließend übertrage ich die ermittelten Werte in meine Brillen-Bestellung, bzw. ergänze damit die Daten meines Augenarztes oder Optikers.

----- schneiden
 falten

