|  |
| --- |
| ***Памятка по сохранению зрения**** Читайте и пишите при хорошем освещении!
* При ярком солнечном свете надевайте солнечные очки!
* Не проводите много времени у компьютера и телевизора!
* Берегите свои глаза от ударов и уколов, различных травм!
* При самоподготовке обязательно делайте гимнастику для глаз!
* Своевременно обращайтесь к врачу!
* Не стесняйтесь носить очки, если в этом есть необходимость!
 |