|  |
| --- |
| ***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! |