



護眼行動

3010
由我做起

1.不要讓孩子的『眼睛』輸在起跑點上，請共同珍惜愛護孩子的眼

2.3010原則：螢幕注視每30分鐘休息10分鐘

3.遠眺休息動眼操 保護視力不可少