|  |  |
| --- | --- |
| Памятка   1. Не стесняйся носить очки, если это необходимо 2. Нельзя читать лежа и в транспорте 3. Не смотри долго телевизор и не сиди долго за компьютером 4. Свет должен падать слева 5. Реже слушай громкую музыку через наушники 6. Нельзя ковырять в ушах острыми предметами 7. Пользуйся личным носовым платком 8. Насморк необходимо лечить 9. После приема пищи полощи рот 10. Не ешь слишком горячую пищу 11. Купайся не реже 1-2 раз в неделю 12. Носи чистые вещи | Памятка   1. Не стесняйся носить очки, если это необходимо 2. Нельзя читать лежа и в транспорте 3. Не смотри долго телевизор и не сиди долго за компьютером 4. Свет должен падать слева 5. Реже слушай громкую музыку через наушники 6. Нельзя ковырять в ушах острыми предметами 7. Пользуйся личным носовым платком 8. Насморк необходимо лечить 9. После приема пищи полощи рот 10. Не ешь слишком горячую пищу 11. Купайся не реже 1-2 раз в неделю 12. Носи чистые вещи |
| Памятка   1. Не стесняйся носить очки, если это необходимо 2. Нельзя читать лежа и в транспорте 3. Не смотри долго телевизор и не сиди долго за компьютером 4. Свет должен падать слева 5. Реже слушай громкую музыку через наушники 6. Нельзя ковырять в ушах острыми предметами 7. Пользуйся личным носовым платком 8. Насморк необходимо лечить 9. После приема пищи полощи рот 10. Не ешь слишком горячую пищу 11. Купайся не реже 1-2 раз в неделю 12. Носи чистые вещи | Памятка   1. Не стесняйся носить очки, если это необходимо 2. Нельзя читать лежа и в транспорте 3. Не смотри долго телевизор и не сиди долго за компьютером 4. Свет должен падать слева 5. Реже слушай громкую музыку через наушники 6. Нельзя ковырять в ушах острыми предметами 7. Пользуйся личным носовым платком 8. Насморк необходимо лечить 9. После приема пищи полощи рот 10. Не ешь слишком горячую пищу 11. Купайся не реже 1-2 раз в неделю 12. Носи чистые вещи |
| Памятка   1. Не стесняйся носить очки, если это необходимо 2. Нельзя читать лежа и в транспорте 3. Не смотри долго телевизор и не сиди долго за компьютером 4. Свет должен падать слева 5. Реже слушай громкую музыку через наушники 6. Нельзя ковырять в ушах острыми предметами 7. Пользуйся личным носовым платком 8. Насморк необходимо лечить 9. После приема пищи полощи рот 10. Не ешь слишком горячую пищу 11. Купайся не реже 1-2 раз в неделю 12. Носи чистые вещи | Памятка   1. Не стесняйся носить очки, если это необходимо 2. Нельзя читать лежа и в транспорте 3. Не смотри долго телевизор и не сиди долго за компьютером 4. Свет должен падать слева 5. Реже слушай громкую музыку через наушники 6. Нельзя ковырять в ушах острыми предметами 7. Пользуйся личным носовым платком 8. Насморк необходимо лечить 9. После приема пищи полощи рот 10. Не ешь слишком горячую пищу 11. Купайся не реже 1-2 раз в неделю 12. Носи чистые вещи |