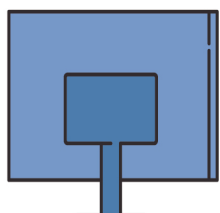


視在必得 別把3C當玩伴



1 螢幕與眼睛保持適當距離



35~40cm



2 調整螢幕亮度，避免過亮



3 每天使用螢幕產品上限 1 小時

兩歲以下不接觸



4 設定休息時間

30分鐘休息10分鐘



5 多到戶外活動

