

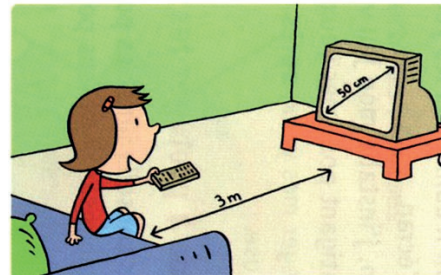
attention à mes yeux !

pour lire :



La bonne distance pour lire :
avant-bras et pouce redressés,
les yeux au niveau du pouce.

pour regarder la télé :



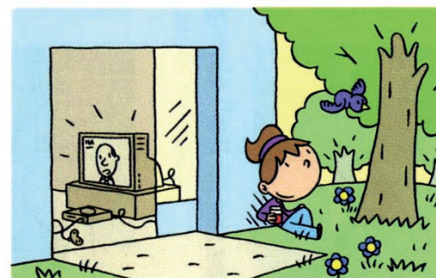
Je trouve la bonne distance
pour ne pas fatiguer mes yeux :
3 à 4 mètres.

pour les jeux vidéos :



À la maison,
j'installe mon jeu vidéo
dans une pièce bien éclairée.

pour l'ordinateur :



Après 2 heures devant
l'écran de l'ordinateur,
une pause s'impose !