|  |
| --- |
| Schutz der Augen |

|  |
| --- |
| **Lösung** |

* Regelmässige Pausen entspannen deine Augen.
* Sitz nicht zu Nahe am Fernseher.
* Bei Kerzenlicht lesen ist für deine Augen gesund.
* In den Bergen solltest du eine Sonnenbrille tragen.
* Hinter dem Fernseher sollte kein Fenster sein.
* Direkt in die Sonne schauen schadet den Augen nicht.
* Der Bildschirm des Computers gibt Licht und es ist genug

hell, deshalb brauche ich keine zusätzliche Lampe daneben.

* Ändere regelmässig den Sehbereich.
* Am Strand und im Schnee fühlen sich meine Augen

besonders wohl.

* Staub macht den Augen nichts aus.
* Fernsehen entspannt deine Augen.