

【護眼資訊連結】~家長跟著護眼，一級棒!

1. [教育部 X 趨勢科技合作網路守護天使 2.0 / PC-cillin 家長守護版](#)

2. [護眼小妙招，在家輕鬆做](#)

3. 陽明大學護理學院-劉影梅教授建議

居家護眼守則：853240(幫我刪惡視力)



【運動健身連結】~鼓勵家長一起來，效果更好喔!

1. [國外 8 個受歡迎的兒童居家健身 YouTube 頻道 增強肌耐力 提高免疫力！\(第 4 個強力推薦!!\)](#)

2. [親子唱跳：視力保健歌 \(護眼健身一起來!\)](#)