



این همه زل زدن
به تلفن همراه خوب نیست. تلفن
را کنار بگذار و یک بار تاس نریز تا
چشم هایت استراحت کند.



۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷
۲۳					
۲۴					
۲۵					
۲۶					
۲۷					
۲۸					
۲۹					
۳۰					
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶



خوب است
که در روزهای
آفتابی عینک
آفتابی می زنی.
نور مستقیم
خورشید برای
چشم ضرر دارد.
دو خانه جلو
برو.

پایان!
امروز چیزهای زیادی
در باره ی مراقبت از چشم
یاد گرفتی. آفرین که مواظب
چشم هایت هستی.

۵۰



نصفه شب شده است. چرا
هنوز بیداری؟ بی خوابی
برای چشم ضرر دارد.
دو خانه عقب برو و کمی
استراحت کن.



وای! چه در مهدکودک و چه در خانه
وسایل نوک تیز و خطرناک را از چشمت
دور نگه دار.
دو خانه به عقب برگرد.

چرا داخل اتاق تاریک
نقاشی های کتاب را نگاه
می کنی؟ چراغ را روشن
کن. چشم هایت اذیت
می شوند. یک خانه به
عقب برگرد.