



- Toți bolnavii au ajuns la spital cu vederea afectată. Tim avea și dureri de cap, Ana – insomnie, Rică – acces de frică. Totul s-a întâmplat pentru că nu au folosit corect calculatorul. Acum se simt mai bine. Pot să plece acasă. Vă rog să le amintiți regulile de utilizare a calculatorului.

**Vă rog să le amintiți regulile de utilizare corectă a calculatorului!
Tastează x în dreptul variantei greșite și v în dreptul variantei corecte de răspuns.**

1. Cât **timp maxim** se recomandă să **utilizați continuu** dispozitivele digitale?

- ☐ 15 minute ☐ 30 minute ☐ 45 minute ☐ cât dorim

2. Care este **distanța recomandată** între ochi și ecranul dispozitivului digital?

- ☐ Cel puțin 15 cm ☐ Cel puțin 30 cm ☐ Cel puțin 45 cm

3. Care este **perioada zilei în care se interzice** de a utiliza dispozitivele digitale?

- ☐ Înainte de mâncare ☐ înainte de spălare ☐ înainte de culcare

4. De ce **folosirea dispozitivelor digitale în stradă este interzisă** ?

☐ Deoarece nu suntem suficient de atenți la stradă

- ☐ Deoarece este incomod ☐ Deoarece nu este la modă

5. **Ce se recomandă** a privi / a asculta / a citi la calculator?

- ☐ Orice se deschide ☐ Doar ceea la ce ai primit acordul părinților sau al învățătorului ☐ Absolut totul

Îți mulțumesc! Acum Tim, Ana, Rică și Foxy nu vor mai avea probleme de sănătate din cauza calculatorului! Ai adus claritate!