



请扫码关注

热线电话:13778816000

眉山网:http://www.mshw.net

# 东坡小记者

# 爱眼护眼 从我做起



学习知识。



聆听讲座。

眉山日报全媒体记者 古良驹 文/图

爱眼护眼,从我做起。8月20日,东坡小记者走进艾维斯眼科,进行了一场了解近视的奇妙之旅。

“小朋友们,你们知道我们哪些行为会导致近视吗?”“你们知道怎么预防近视吗?”活动中,艾维斯的眼科医生用轻松愉快的语气向小记者们提问。“玩手机!”“看电视!”……现场,小记者们争先回答。

“对,使用电子设备会让眼睛疲劳,还有读写姿势不正确、不爱户外运动等,都是不健康的用眼习惯。”接着,眼科医生用互动的方式向小朋友们讲解了近视的形成,借助生动的图片和实例,近视的概念变得更加具体易懂。小朋友们纷纷举手回答问题,积极参与其中,展现出强烈的学习热情。

讲座中,眼科医生从长时间近距离用眼、不当用眼姿势、遗传因素等各个方面进行了解析。这让小记者们对近视产生了更深刻的认识,同时也逐渐明白了近视预防的重要性。

为了帮助小记者们更直观地感受到眼科检查的过程,工作人员向小记者们介绍了各种眼科测试仪器,并让小记者们参与体验。在每位小记者进入检查室时,工作人员都细心地解释了检查的目的和方式。像做游戏一样,小记者们开心地进行一项项视力检查体验。

“整个活动充满了乐趣和教育意义。小朋友们收获了关于近视的宝贵知识,并学会了如何预防近视,这给我们家长省了不少心。”活动结束后,一位家长高兴地说。

活动现场的眼科医生表示:“我们将继续举办类似活动,帮助更多的小朋友增加对眼健康的关注,提高预防近视的意识,期望这些活动能够在促进眼健康方面发挥积极的推动作用,为孩子们创造一个更美好的未来。”



合影。



检查视力。



### 小记者 感言

## 爱眼护眼

东湖小学一年级五班 潘一达

今天我们来参加东坡小记者活动——眼睛的窗户,我们来守护!

我和妈妈差点睡过头了,急急忙忙地来到艾维斯眼科。上楼,签到,不一会儿活动就开始了。医生阿姨给我们讲了眼睛的构造、怎样爱护眼睛等知识,中途还有很多有奖问答。

我得到了三个礼品,心里特别激动。

最后,医生阿姨给我们做了视力测试,幸好我还没有近视!离开的时候,眼科医生还送了我们叶黄素,对保护眼睛很有帮助。

以后,我们做作业、看书,都要有正确的姿势,才能够保护我们的眼睛!

## 眼睛是“心灵的窗户” 需要我们去守护

东湖小学三年级六班 王欣瑶

今天,眉山的天气很凉爽,我和妈妈早早地就来到了艾维斯眼科医院。

一位年轻漂亮的医生阿姨,给我们讲解了保护眼睛有多重要。她首先拿出一个眼睛模型,一片片地给我们拆开展示并讲解,我今天才知道,如果度数达到了600度竟然能遗传下一代。

老师给我们普及完眼睛的知识后,就到了检查视力的时刻了。我的心咚咚跳着,仿佛要跳出来似的,我很好奇,为什么我们要坐在视力

表的前面呢?过去一看,原来视力表前面有一面镜子,我的好奇心终于解除了。

到了最后一个项目,我看见了一个热气球,在一条公路上。医生阿姨说要看着那个热气球,咔嚓一声,结果单就出来了。我赶紧把结果单给妈妈看,妈妈说我的视力很好,要保持。

最后,我兴高采烈地和妈妈走出了艾维斯眼科。眼睛是心灵的窗户,大家一定要好好爱护我们的眼睛!

## 保护视力从我做起

东坡小学一年级十五班 张妍熙

8月20日,我们参加了东坡小记者携手艾维斯眼科的护眼活动。在讲解环节,我们学习了眼睛的组成,了解了什么样的坏习惯对眼睛有伤害、怎么做可以改善我们的视力,也了解了以前从没了解过的青光眼、散光等。

讲解后,我们做了一些初步视力

检查。我的报告不是特别理想,可能是因为我爱看平板和电视,现在我也不敢长时间地看了,不然戴个眼镜好麻烦呀。小朋友们,我们一定要端正坐姿,多吃蔬菜,少看电子产品,合理安排作息时间,保护好我们的眼睛,不能让我们这个心灵的窗户受到伤害呀!

## 保护“心灵之窗”

东湖小学三年级三班 李雨薇

眼睛,是我们的“心灵之窗”,那我们应该怎样爱护它呢?今天,东坡小记者们来到了艾维斯眼科,了解了关于眼睛的科普知识。

艾维斯眼科的老师们为我们介绍了眼睛的构造、近视的形成与危害、应该怎样预防近视等知识。比如,我们不能在光线太强和太弱的地方看书、写字;我们的坐姿要正确;要远离电子屏幕;不要挑食;多多进行体育运动;看书半小时应远眺一会儿……如果近视了,戴上了眼镜,眼睛就再也恢复不了了,高度近视还会引起眼病。

听了讲解,我暗下决心,一定要爱护好我的“心灵之窗”!

## 保护眼睛 预防近视

三苏路小学一年级二班 王曦轩

今天是2023年8月20日,这次我们的目的地是“艾维斯眼科”。这是一个研究眼睛的地方,在这里,我们了解到了很多关于眼睛的知识!

比如说,眼睛是我们身上最重要的地方;我们生活中使用的相机就是根据我们的眼睛来设计的。

我们要保护好眼睛。我们能看见眼睛里有一个小黑圈,那就是瞳孔,瞳孔外面那一圈有颜色的是虹膜,还有一个晶状体,它外面的一块肌肉可以让它变大、变小,瞳孔也一样可以变大、变小。这些知识都是我们平时很少能接触到的,我觉得非常受用,很开心!

活动结束后,我们还一起拍了集体照,很有团队参与感!



## 眉山日报



# 东坡小记者

### · 报名进行中 ·



#### 活动类型

采访活动/志愿活动/职业体验  
参观活动/走进企事业单位/观影活动

#### 小记者·大梦想

● 综合实践体验 ●

走出校园体验生活

综合素养全面提升

● 全媒体平台 ●

打造新时代全媒体小记者

听说读写采编全方位提升

● 入会即享 ●

报名通过审核即享免费参与

一年内百余场周末活动机会



扫描二维码报名

线下报名地址:  
眉山市东坡区义马南里城2D栋东坡小记者服务中心

咨询电话:028-38333252

13778816000 (万老师)  
17381118033 (李老师)