

Une Bonne Vue

Burkina Faso

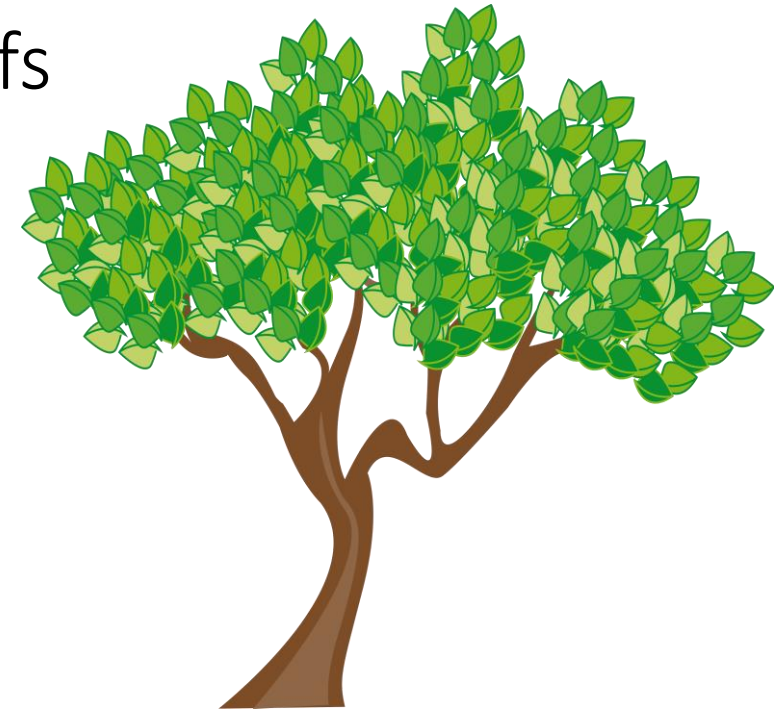


Toujours se laver les mains
avant de se toucher les yeux.



Pour avoir une bonne vue, vous devriez manger ces aliments:

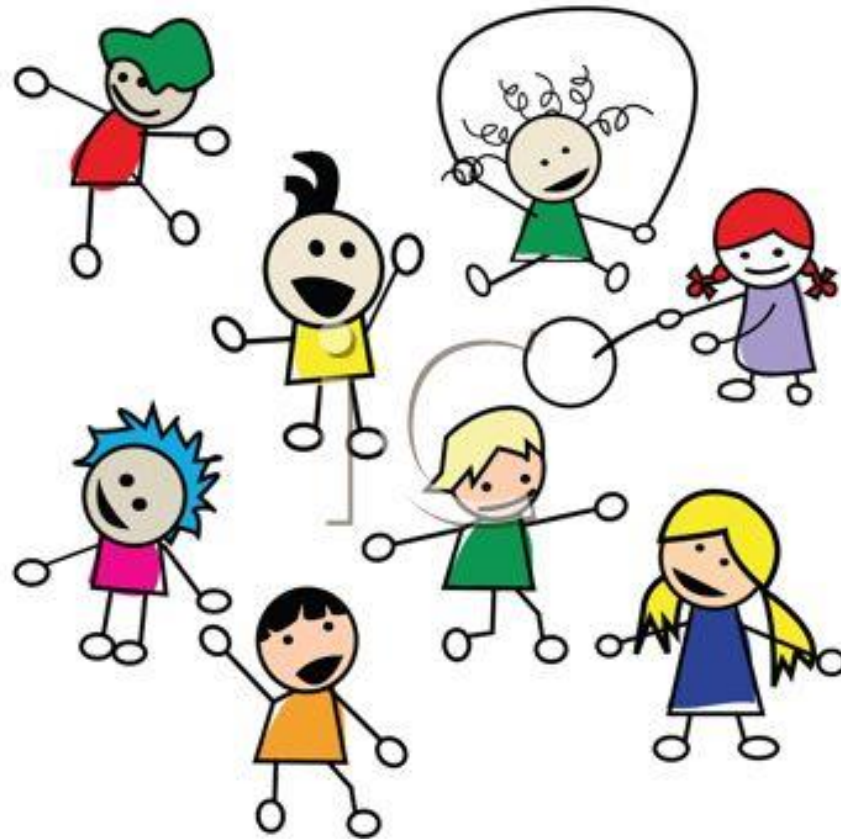
- Gombo
- Les Oignons
- Les Tomates
- Les Cacahuètes
- Le Mais
- La Mangue
- Fruit de Moringa, Feuilles d'arbre, et racines d'arbre
- Pintade et les Oeufs
- Fruit du Baobab



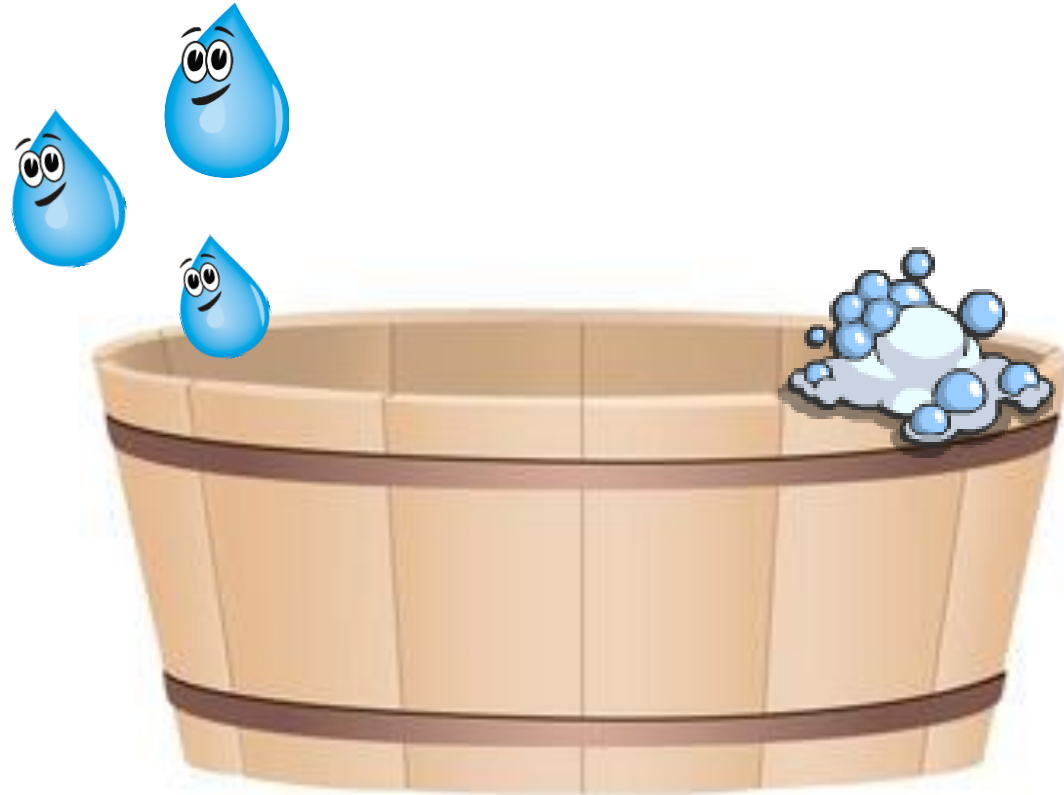
Vous devriez porter un chapeau ou des lunettes de soleil quand vous êtes au soleil.



Faites attention avec les objets qui peuvent blesser
les yeux, par exemple les bâtons et la corde.



N'utilisez pas plus d'eau après avoir pris un bain, et fermez les yeux pour ne pas laisser entrer la saleté et l'eau.



Ferme les yeux quand tu nages dans une rivière.



Si vos yeux sont rouges, vous démange, ou si vous voyez mal prévenir un adulte.

