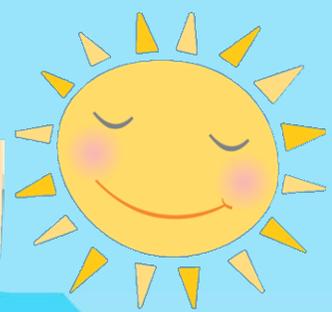
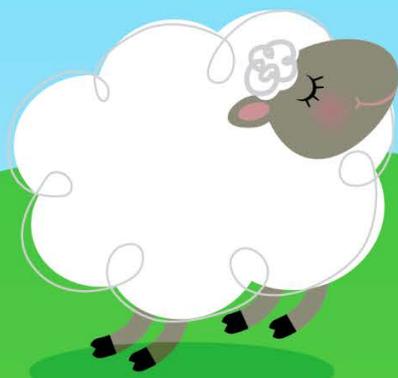


# 3C使用公約



我 \_\_\_\_\_ 因為家長同意使用3C產品，為避免過度使用影響健康，造成嚴重不良後果，如眼睛傷害及成癮等，下列義務我會做到：

- 1.一天使用不超過一小時，每使用半小時後，休息十分鐘。
- 2.休息時主動與父母親對談及分享生活點滴，主動協助家事。
- 3.配合家長對3C之時間管理，如有特殊需要在家長監護同意下有限度的臨時增加使用時間。
- 4.家長會視情況對我使用手機時間做適度的管理。



孩子 \_\_\_\_\_

家長 \_\_\_\_\_

日期 \_\_\_\_\_

(錄影)