

Begin with
 on the issue

Bigyang Pansin ang Mga Masamang Pagbabago ng Ating Katawan

Ang mata ay isa sa pinakamahalagang parte ng ating katawan dahil nakatutulong itong makita ng mga tao ang mga gandang tanawin ng ating mundo.

Ngayon halos 2.2 bilyong ^{Source} tao ang hindi na makakita sa kanilang hindi maayos na paggamit ng kanilang mata. Maipapaki ta natin na ang mata ay mahalaga sa atin sa pamamagitan ng maayos na paggamit, iniingatang mabuti, at higit sa lahat hindi ipina babayan.

Ayon sa International Agency ^{on the Prevention of Blindness} dapat nating alagaan at iingat ang ating mata sa pamamagitan ng matulog ng maayos sa tamo na oras, at ang pinaka importante na iiwasan natin at bigyan ng ma ikli lang na oras, ay ang paggamit ng cellphone, dahil sa sobra na paggamit ng cp ay may pagkakataon na hindi kana makakakita ng maayos.

Ang mga gobyerno ay dapat na pahalagahan ang kaniyang mga kapwa tao, sa pamamagitan ng mga mahahalagang paalala tulad ng bigyang oras ang paggamit ng cellphone, at siren sa gabi para makatulog ang mga tao sa tamang oras.

Ang pagpapahalaga sa ating sarili ay tungkulin nating lahat, dahil may ibang tao na gustong may masamang mangyayari sa kanilang mata dahil hindi niya ginustong pahahalagahan ang kaniyang sarili.

Tayong lahat ay kailangan ng suporta at opbay sa ating pamilya dahil hindi lahat ng tao ay independent ang iba ay kailangan pa ng gabay at suporta ng isang magulang.

Lagi nating tatandaan ang kahalagahan ng mata sa ating mga mamamayan. Lagi nating pahahalagahan, bigyang pansin, at higit sa lahat mamahalin at rerespetuhin ito.

I Care o Eye Care

Higit 2.2 billion na mga tao ay walang proper eye care. Ang bunga ng walang proper eye care ay tulad ng temporary at permanent blindness.

Pero, hindi naman sila ang dahilan kung bakit wala silang proper eye care dahil hindi ito binigay sa lahat.

Mga dapat gawin para hindi masira ang mata ay; wag magpuyat sa gabi, limitahan ang gadgets tulad ng cellphone at tablet, at iba pa.

Ang gobyerno ay dapat isali ang eye care sa mga lokal na health services, tulad ng; early detection, prevention, at treatment.

Mga kailangan ng mga tao kapag walang proper eye care ay; mga glasses, surgery, at pagpunta sa doktor regularly.

Hindi nasali ang mga bata at lalaki dahil meron silang stronger genes o proper eye care.

Lahat tayo ay hindi gusto ng blindness, kaya gumawa tayo ng aksyon upang matulungan natin yung iba!



Unique
Reference
Code:

004

Event & Medium:

Pagsulat ng Lathalaing (Filipino)

Level (Elem/Sec):

Elementary

Candice Amber S. Abad
Bato Bato Central Elementary School
Feature Writing (Filipino)
San Isidro North District

Don't do this
again ever.

32

"Isang Babay na Walang Iglap sa Pag-asa"

Sa kasalukuyan, ngayon na henerasyon mahigit sa 2.2 bilyon na mga tao ang mayroong vision impairment o mas kilala natin na pagkawala ng pananaw. Ang 2.2 na mga tao kasing higit sa tatlong mundo sa ating populasyon. Meron namang mga tao na kailangan lang nila sa kanilang pananaw ay salamin, hindi masyadong mamahalin na eye surgery, at karaniwang naman sa mga tao ay kailangan silang makipagkita sa mga doktor.

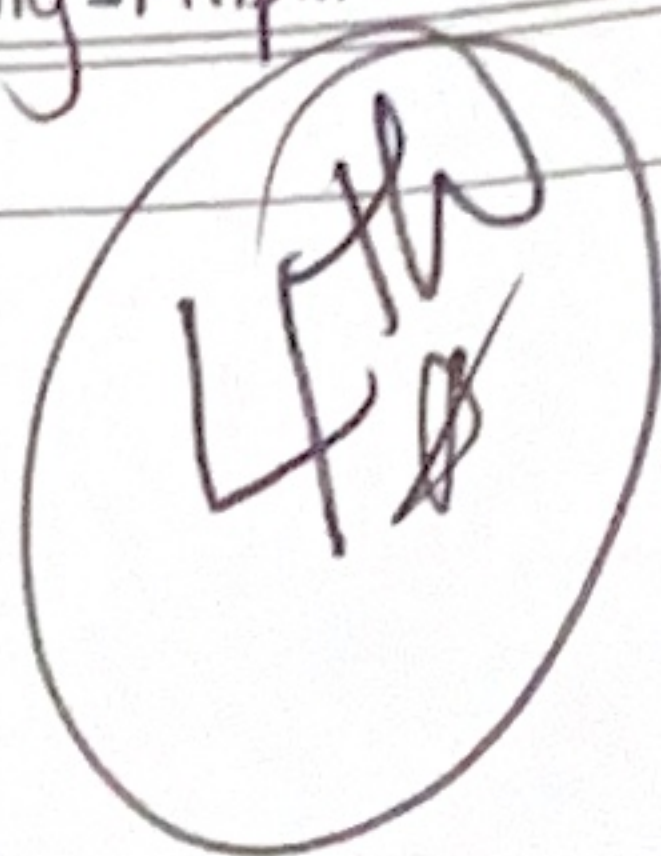
Pero ang eye care naman sabi sa mga doktor hindi raw ito mapagaling dahil untatim distributed raw ito. Karaniwang naman sa mga tao na nakukuha ng sakit nito ay mga, babae, elderly, mga tao na mayroong disabilities, ethnic minorities, at indigenous people. Ang mga governments naman ay kailangan nilang i-integrate ang eye care sa health services.

Katulad ng treatment, early detection, health services, rehabilitation, at prevention. Dapat nating palaging ingatan ang ating sariling pananaw dahil pag mawala ang ating pananaw hindi tayo maka-alam sa ating dinadaraan at hindi tayo makapili sa ating mga gusto. Ang mga tao ay nakakuha nito dahil sa pag-ce-cellphone at walang wastong limitasyon sa cellphone.

Dapat nating alagaan ang ating pananaw dahil ito ang binigay sa ating isang panginoon para makakita tayo sa ating mundo na ating tinatagan. Sa kasalukuyan sa mga tao nagpa eye surgery para lang makakita sa kanilang mahal sa buhay. Karaniwang naman sa mga tao ay naki-pagkita sa maraming mga doktor at karaniwang naman sa doktor nagsabi sa mga bulag na tao, na hindi na raw ito mapagaling para lang makakuha ng maraming pera ang mga doktor.

Kuna ng maraming pera ang mga doktor.

Sabi sa mga governments dapat raw i-integrate ang skills para sa mga doktor para mapagaling ang mga bulag na tao.



Malabong Mata sa Makabago at Malinaw na Pagkikita

Madalas nating nakikita ang nakakabighaning tanawin. Pero, hanggang kailan ba ito tatagal ang ating pagkikita? At hindi rin natin alam kung ano ang ginagawa nito sa loob ng ating mga mata.

Ang mga mata ay ginagamit sa paghahanap, pagtitingin, at sa araw-araw na ginagawa. Kadalasan din kailangan lang ng mga bulag na tao ay glasses at murang operasyon.

Ngayon, halos 2.2 bilyong tao ang may pagkakaiba ng pananaw at pagkabulag. At ikatlo na rin ito sa populasyon sa buong mundo. Kung bulag ang isang tao, mahihirapan na siya sa paghahanap at iba pa.

Marami nang nakaranas nito. Pero, nagtitigis at naghihintay na lamang sila hanggang ito'y mawala. Komunidad, mga pamilya, at mga taga-gobyerno ay nagtutulungan upang maging malinaw na ang kanilang mga mata.

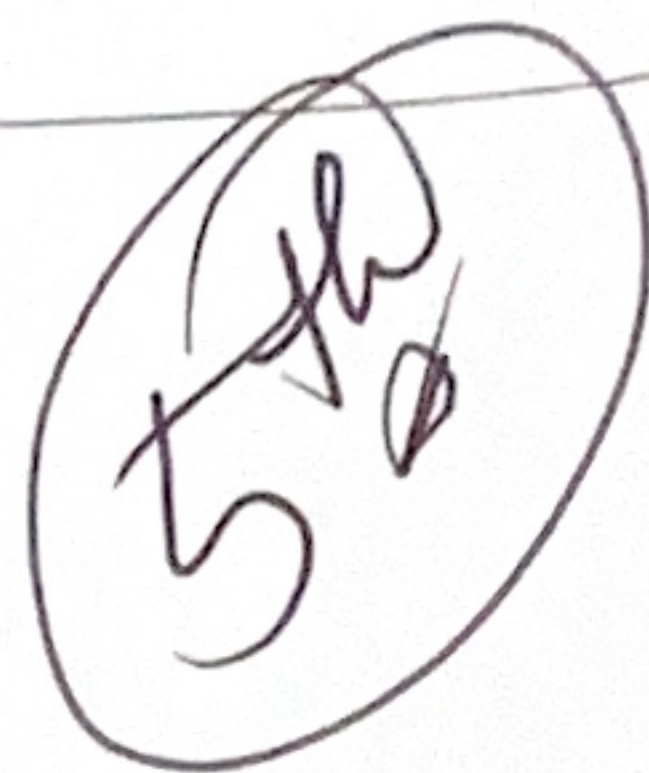
Narinig ito ng mga hospital at binigyan ng gamot. Sinabihan din sila na ang paraan ng unti-unting pagbalik nito ay ang pag-iingat at pag-iwas.

Ang mga mata natin ay mahalaga sa pang-araw-araw, at natutunan natin noon pa sa wastong pag-aalaga sa ating pananaw. Mas mainam itong alagaan para sa mabuting kalagayan.

Ingatan natin dahil sa hinaharap, maari natin itong gawin na tulay ng pag-asa at mabuting dulot sa sarili, katawan at kinabukasan.

"Mata Mo! Pangangalagaan Mo!"

JAMES VICTOR BELLO TANCHUA



Maraming mga tao ang hindi nakakakita sa paligid. Dahil ito sa paglalaro ng mga mobile games, walang pahinga. Kaya, nasisira nito ang mga mata dahil sa pagtutok ng selpon buong araw. Wala sa tamang edad ang pagiging bulag.

Kailangan nilang susuot ng salamin (glasses) para makakita ng maayos. Ang iba ay tinatawanan ng mga kaklase at kaibigan. Dahil sa pagiging hindi makakita ng maayos sa paligid.

Babae, matatanda ang hindi gaano makakita ng maayos. Kaya, dapat ng magsout ng salamin para hindi mabangga ng sasakyan sa kalsada at para hindi makatumpak ng tao sa daan. Sapagkat, wala silang pakikilalam sa mga tabang tinatawanan sila.

Bilyong-bilyong mga tao ang hindi nakakakita ng maayos o pagiging bulag sa komunidad. Kaya, inaalaagan nila ang kanilang mga mata para sila ay mabuhay ng matagal. Hindi simple ang pagiging bulag sa paligid.

Milyon ang bayad kapag ikaw ay magpaparetake sa iyo ng mata na sirang. Ang mga bulag ay parte sa Person With Disability (PWD). Wala namang masama sa pagiging bulag at wala naman silang maling gihagawa.

Ngunit, pinapabayaan lang nila ito para hindi sila iiyak. Para sa kanila, lumalaban sila ng maayos at masayahin. Mayroon ng mga matatamis na ngiti, dahil gusto nilang isigaw na lumalaban sila sa kanilang mga hihaharap na situasyon.

Kaya, tuwan natin ang mga bulag kung saan sila pupunta. Hindi mahalaga ang maayos na mata para makakita ng maayos. Mayroon ding pangatip ang mga bulag kagaya natin. Kahit mayroon silang malalaking problema lumalaban parin sila para sa kanilang kinabukasan baka sila ay nagmamalik mata lang. Weh!