



חזקו את החושים: השתמשו במכשירי שמיעה, משקפי ראייה ושיניים תותבות



שמרו על תנועה - צאו מהמיטה והתהלכו במחלקה ומחוצה לה



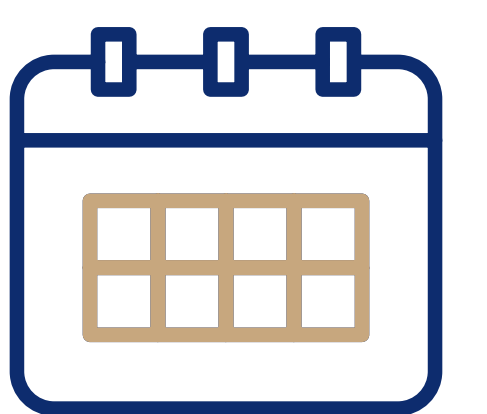
המסע לחזרה לשגרה בריאה

כל צעד שומר עליכם!

עשו מה שאתם אוהבים - שמעו מוזיקה או רדיו, פתרו תשבצים, דברו עם הנכדים, שתו את התה כמו שאתם רגילים תמיד



צרו לעצמכם תזכורות בורות ליום, לשעה ולמקום שבו אתם נמצאים



הציבו סביבכם חפצים ואנשים מוכרים

