

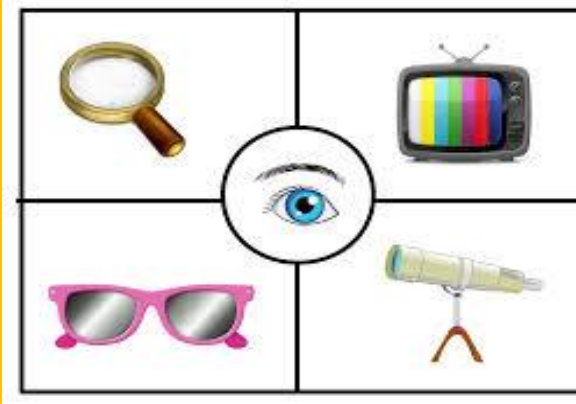


СЛУХ

Слушаем симфоническую или альтернативную музыку, которая не нравилась в молодости

Играем с друзьями и внуками в шумовые игры

Слушаем природные и технические шумы



ЗРЕНИЕ

Смотрим на все красивое

Делаем гимнастику для глаз

Развиваем зрительную память и внимание

Играем с друзьями и внуками в визуальные игры

СОГБУ ВЯЗЕМСКИЙ ДИПИ



**Я ОЩУЩАЮ,
Я - ЖИВУ!**



**Возвращаем
вкус
к жизни**

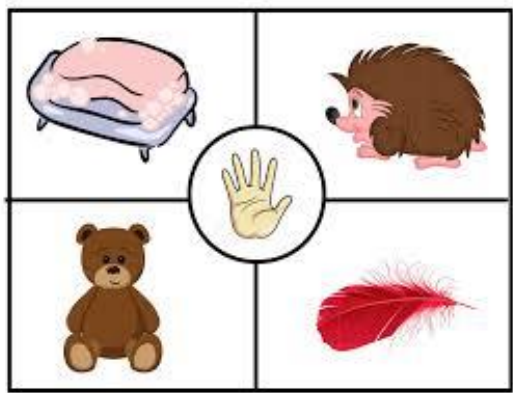
Задать вопрос психологу Вы можете:

Тел.: 8-(48131) 4-22-79

E-mail:

vyazemskidom.internat@yandex.ru

<https://vk.com/id769921776>

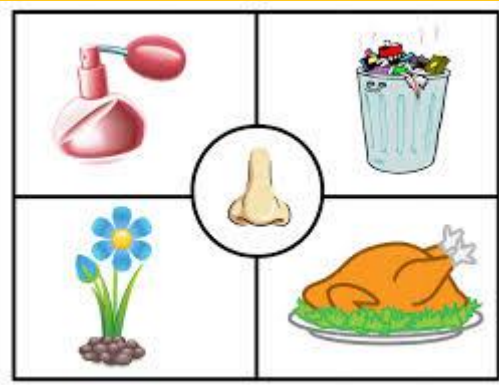


ОСЯЗАНИЕ

Включаем тактильное разнообразие: ощупываем предметы из различных материалов, чередуя контрастные по ощущениям

При умывании и душе меняем температуру воды на контрастную

Играем с друзьями и внуками в тактильные тигры

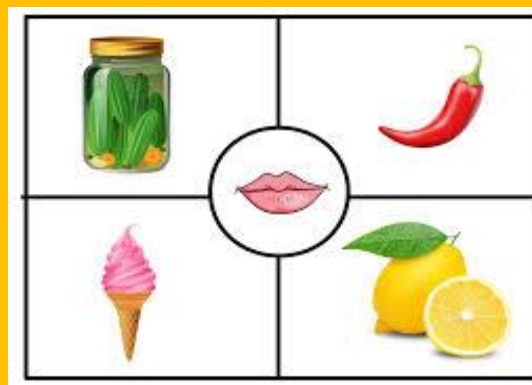


ОБОНЯНИЕ

Расширяем палитру запахов, исключая индивидуальные аллергены

Пробуем новые парфюмерные запахи и ароматические масла

Принюхиваемся к знакомым запахам: отдельным продуктам и ингредиентам, а затем приготовленному блюду



ВКУС

Устраиваем разгрузочные дни: меньше специй и соусов

Жуем медленно, наслаждаясь вкусом

Не злоупотребляем острыми приправами и перцем – это не про вкус, а про ожог

Обостряем ощущения с закрытыми глазами