

გააძლიერე საკუთარი თავი ყურსა და სმენაზე ფრუნვისთვის

უზრუნველყავიკარგი სმენა მთელი ცხოვრების მანძილზე



1 დაიცავი შენი სმენა
გამოიყენე მონყობილობის ხმის სიმაღლის მაქსიმუმ 60% ხმაურიან გარემოში გამოიყენე ყურის დამცავები



2 მოითხოვე სმენის შემოწმება
ახალშობილებისთვის, სკოლის ასაკის ბავშვებისთვის და ყველასთვის, 50 წელს ზევით



3 შეიმოწმე სმენა
გამოიყენე ჯანმოს hearWHO აპი. თუ 50-ზე დაბალ ქულას მიიღებ, ეწვიე ექიმს ყოველწლიურად



4 გამოიყენე დამხმარე ტექნოლოგია
სმენის აპარატები და სხვა რეკომენდებული მონყობილობები გაგიუმჯობესებს სმენის უნარს
სუბტიტრები და ვესტური ენა ინფორმაციას უფრო მისაწვდომს ხდის



5 იყავი ინფორმირებული
გაეცანი ყურის მოვლის საუკეთესო პრაქტიკებს
აამაღლე ცნობიერება შენ გარშემო

