

記憶遊戲



與家人和朋友共
度時光



避免有害物質



睡得好



照顧好自己的健康



攝取健康的飲食



學習



保持活躍



避免頭部受傷



與家人和朋友共
度時光



避免有害物質



睡得好



照顧好自己的健康



攝取健康的飲食



學習



保持活躍



避免頭部受傷

