

動起來 防疫生活！ 動起來

做好防護，積極重新投入生活吧！



• 情緒

照顧自己、鼓勵別人
有煩惱就說出來



• 大腦

腦力激盪找方法
面對問題處理它



• 身體

出遊運動心情好
不忘防疫新生活

1.5公尺 1.5公尺

心快活網站心專欄
「我OK，你OK」



衛生福利部製作