

# 我是「抗「疫」小「勇」士」，COVID-19 接「招」吧！

親愛的「小「勇」士」：



辛苦「了」，在「病「毒」入「侵」的」這「陣」子「中」，你「可「能」會」有「發「燒」，流「鼻「水」，咳「嗽」，喉「嚨」痛「，肌「肉」痠「痛」，頭「痛」等」不「舒「服」的」症「狀」，而「且」需「要」在「特「定」的」地「方」隔「離」，這「樣」你「才」能「好「好」休「息」並「且」保「護」其「他」人「的」健「康」。這「些」狀「況」代「表」你「正」與「病「毒」展「開」了」一「場」戰「役」。

以「下」提「供」幾「個」戰「勝」病「毒」的「好」方「法」，幫「助」你「成「功」打「贏」這「場」戰「役」。

- 1 遵「照」醫「生」指「示」，正「確」服「藥」對「抗」病「毒」。
- 2 早「睡」早「起」、飲「食」正「常」，增「加」抵「抗」力。
- 3 多「做」放「鬆」的「活「動」，保「持」好「心「情」。
- 4 正「確」的「防「疫」方「式」，做「好」自「我」照「顧」。
- 5 適「時」表「達」感「覺」，維「持」心「中」好「想「法」。

這「段」期「間」，你「需「要」找「人」聊「天」時「，可「以」撥「打」專「線」電「話」：**2956-0885**，將「會」有「人」幫「忙」你「喔」！讓「我」們「積「極」面「對」，做「個」抗「疫」小「勇」士」，共「同」戰「勝」病「毒」吧！