

# 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，你可能會會有發燒、流鼻涕、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，正確服用藥對抗病毒。
- 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，你需要找人聊聊時，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！