

# 關愛自己 從心出發



↘ 睡  
**SLEEP**

閉目養神30秒  
前進一格

↘ 活動  
**MOBILE**

伸伸懶腰  
活絡筋骨  
前進三格

↘ 抬槓  
**INTERACT**

和身邊的朋友  
打聲招呼  
前進一格

喝口水  
休息一下！

機會來了

不高興  
亂摔東西  
後退兩格

命運降臨

↘ 關心  
**LOVE**

↘ 笑  
**LAUGH**

大笑三聲  
前進一格

成功!



吃點東西開心一下  
← 前進一格

↘ 呷  
**EAT**



金門縣衛生局 關心您

傾聽專線 (請幫幫我)  
082-337885

廣告