

關愛自己 從心出發



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