

2019冠狀病毒病

應對壓力錦囊

當疫症在社區擴散時，大家要減少社交聚會
但有些時候，大家可能會感到悲傷、
困惑、害怕或壓力重重
多與你信任的人表達和溝通，紓緩壓力
現在就聯繫你的朋友和家人吧！

