有關嚴重特殊傳染性肺炎（COVID-19）疫情心理健康資訊，請宣導並多加利用

一、衛生福利部為協助民眾穩定心情，正向面對疫情，特建立「疫情心理健康」專區，提供民眾防疫相關資訊及心理健康資源；途徑：衛生福利部首頁/心理及口腔健康司/疫情心理健康；(網址：https://dep.mohw.gov.tw/DOMHAOH/cp-4740-52615-)，歡迎各單位連結，提供更多民眾使用。

二、「心快活」-心理健康學習平台：

(一)分眾（如專業人士、兒童、老人）衛教資源，協助民眾藉由彼此分享、激勵，用正向情緒面對改變，安度疫情；並製作4種不同語言版本（中/英/印尼/越南文）。

(二)途徑：「心快活」-心理健康學習平台/心專欄/時事衛教(網址：<https://wellbeing.mohw.gov.tw/nor/pstunt/3>)。

三、「防疫大作戰」心理健康宣導影片：短片內容包含心理急救之「安、靜、能、繫、望」及1925安心專線，倘民眾覺得有壓力或焦慮，可接受專業協助。(網址：<https://www.youtube.com/watch?v=00wduyiPwtk#action=share>)

四、簡式健康量表（BSRS-5）：民眾可利用「心情溫度計」自我篩檢情緒狀態，注意自身心理健康。

五、1925安心專線：安心專線提供24小時免付費心理諮詢服務；倘民眾因疫情有心理需求，均可撥打衛生福利部1925安心專線(依舊愛您)，由接線人員提供心理諮詢服務。

六、本市有提供免費心理諮商服務，目前時段為每週二14：00~17：00、每周三17：00~20：00、每周四14:00~17：00及每週六9：00~12：00，民眾倘有心理需求，可洽詢社區心理衛生中心，電話2430-0193。