

## 心情溫度計 APP 簡介

由於目前雲端服務的推出以及智慧型裝置的普及，加上行動裝置 APP 程式的運用已深入大眾的日常生活，為讓心情溫度計更有利於民眾使用，由台大醫院李明濱教授設計開發心情溫度計應用程式，以智慧型裝置作為媒介，提供一機在手即可隨時自我檢測情緒及心理狀態的服務。心情溫度計不只容易使用，且簡短有效，不只可用於自我檢測，更可用於關心他人。

目前 IOS 及 Android 系統之「心情溫度計 APP」已正式上線並提供免費下載，歡迎擁有智慧型手機、平板的用戶踴躍下載，並協助轉發推廣。此 APP 中不只提供心情的檢測及分析建議，更提供了全國心理衛生資源及心理健康秘笈(系列電子書)，方便查詢。

◇ 心情溫度計 APP 提供服務如下：

1. 心情溫度計(BSRS-5)的檢測及分析建議。
2. 全國心理衛生資源，民眾可查詢臨近的精神醫療院所並尋求協助。
3. 心理健康秘笈，內含自殺防治系列手冊，方便民眾查詢參考。

◇ 如何下載『心情溫度計 APP』

1. 連至 APP store 或 Google play 商店搜尋『心情溫度計』。
2. 使用手機掃描下圖 QR code，立即下載。

◇ 『心情溫度計 APP』iOS 及 Android QR Code



iOS



Android