

## عنوان مقاله:

کرونا را بترسانید! (راهکارهای مقابله با استرس و اضطراب ناشی از همه گیری ویروس کووید ۱۹)

## محل انتشار:

فصلنامه بهروز، دوره 32، شماره 111 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

## نویسندگان:

کبری پیرمحمدلو - کارشناس مسوول آموزش بهورزی دانشگاه علوم پزشکی زنجان

مهناز روزه - مدیر مرکز آموزش بهورزی دانشگاه علوم پزشکی زنجان

فرشته نادری پور - کارشناس آموزش بهورزی دانشگاه علوم پزشکی زنجان

وصال شبانیانی - کارشناس مسوول سلامت روان دانشگاه علوم پزشکی مشهد

## خلاصه مقاله:

## کلمات کلیدی:

اضطراب، استرس، راهکارهای مقابله، فعالیت ورزشی و ویروس کرونا، یوگا و ویروس کرونا

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1362636>

