

Don't go through life, GROW through life

求助熱線

服務機構	電話	服務時間
生命熱線	2382 0000	24 小時
香港撒瑪利亞防止自殺會 求助熱線	2389 2222	24 小時
香港撒瑪利亞防止自殺會 自殺危機諮詢專線 (由專業社工接聽)	2319 1177	星期一至五 上午 9 時至 1 時及 下午 2 時至 6 時
The Samaritans Multi-Lingual Suicide Prevention Services	2896 0000	24 Hours
東華三院「芷若園」 24 小時危機熱線	18281	24 小時
香港明愛 向晴熱線	18288	24 小時
社會福利署熱線	2343 2255	星期一至五 上午 9 時至下午 5 時 星期六 上午 9 時至中午 12 時
香港青年協會 關心一線	2777 8899	星期一至六 下午 2 時至凌晨 2 時
學友社 學生專線	2503 3399	星期一、三、五 晚上 7 時至 9 時
香港健康情緒中心 諮詢熱線	2833 0838	星期一至六 上午 9 時至下午 6 時
香港神托會 青年新領域熱線	2635 7709	星期一至五 上午 10 時至下午 5 時 30 分

服務機構	電話	服務時間
心晴行動慈善基金 熱線服務	2301 2303	星期一至五 上午 10 時至下午 1 時 下午 2 時至 5 時
香港基督教女青年會 輔導專線	2711 6622	星期一至五 晚上 7 時至 10 時
東華三院 東華關懷熱線	2548 0010	星期一至五 下午 2 時至 6 時
香港家庭福利會 家福關懷專線	2342 3110	星期一、三 上午 10 時至下午 12 時 30 分及 下午 2 時 30 分至 5 時 晚上 6 時 30 分至 8 時 30 分 星期二、四 上午 10 時至下午 12 時 30 分及 下午 2 時 30 分至 5 時 星期三、五 下午 2 時 30 分至 5 時 晚上 6 時 30 分至 8 時 30 分
明愛愛情專線	3161 1222	星期一至五 中午 12 時至晚上 11 時
循道衛理中心 情緒輔導服務	2520 4933	星期一至五 上午 9 時至下午 9 時 30 分 星期六 上午 9 時至下午 2 時
影音使團人生熱線	8100 8012	星期一至六 上午 10 時至晚上 10 時 星期日 下午 4 時至晚上 10 時

我們必須接受有限的失望，但是千萬不可失去無限的希望。
馬丁·路德·金