

社區輔導資源

***如需即時協助，請致電 999 緊急求助熱線**

24 小時求助熱線		
服務機構/熱線名稱	電話號碼(語言)	服務簡介
香港撒瑪利亞防止自殺會	2389-2222(廣東話)	為有情緒困擾、絕望無助或有自殺意圖的人士提供 24 小時情緒紓緩服務，給予即時的情緒支援。
撒瑪利亞會	2896-0000 (英語、廣東話、普通話)	為有自殺動機或想法、情緒困擾的人士服務提供情緒支援。
生命熱線	2382-0000(廣東話)	為有自殺動機或想法、情緒困擾的人士服務。
東華三院芷若園	18281 (廣東話)	由註冊社工接聽 24 小時熱線，為性暴力受害人、面對危機的個人或家庭，提供即時危機評估及輔導援助 (設有避靜住宿服務及外展服務)。
明愛向晴軒 向晴熱線	18288 (廣東話)	由註冊社工接聽 24 小時熱線，為面對危機的個人或家庭，提供即時危機評估及輔導 (設有避靜住宿服務)，及轉介區內不同服務。

網上服務

服務機構/熱線名稱	服務時間	聯絡方法
香港青年協會 網上青年外展服務 U Touch	2:00pm -12:00am (星期一至六)	6277 8899 (Whatsapp)
	2:00pm -2:00am (星期一至六)	utouch.hk (網上輔導平台)
香港小童群益會 夜貓 Online	6:00pm – 10:00pm (星期一、五) 6:00pm – 2:00am (星期二、六)	9726 8159 / 9852 8625 (Whatsapp) @nitecatonline (Facebook Messenger)
賽馬會網上青年外展服務 香港明愛連線 Teen 地	10:00am – 6:00pm (星期一至五) 10:00pm – 2:00am (星期五、六)	@caritas.infinityteens (Facebook Messenger)

其他求助熱線

服務機構/熱線名稱	服務時間	電話號碼(語言)	服務簡介
社會福利署熱線	24 小時話音系統 9:00am 至 5:00pm (星期一至五) ; 9:00am 至 12:00nn (星期六) ; 設有留言信箱。	2343-2255 (廣東話)	熱線給予公眾人士，由註冊社工接聽，查詢社會福利服務、輔導和支援，並安排適切的跟進服務。
社會福利署熱線	24 小時話音系統 9:00am 至 5:00pm (星期一至五) ; 9:00am 至 12:00nn (星期六) ; 設有留言信箱。	2343-2255 (廣東話)	熱線給予公眾人士，由註冊社工接聽，查詢社會福利服務、輔導和支援，並安排適切的跟進服務。
香港青年協會 青年輔導中心「關心一線」	2:00pm 至 2:00am (星期一至星期六) 24 小時錄音資訊提供	2777-8899 (廣東話)	由註冊社工接聽青少年求助來電，聆聽及關心青少年面對的困擾和情緒，並藉著專業評估，作出即時及適切的轉介。
香港青年協會 U Line 大學生專線	2:00pm 至 2:00am (星期一至星期六)	2777 0309 (廣東話)	由註冊社工接聽大學生求助來電，聆聽及關心青少年面對的困擾和情緒，並藉著專業評估，作出即時及適切的轉介。

<p>學友社學生專線</p>	<p>7:00pm 至 9:00pm (星期一、三、五)</p>	<p>2503-3399 (廣東話)</p>	<p>為中小學生、大專生、家長及教師提供電話輔導，協助他們解決升學、考試壓力、讀書方法、個人成長及出路等疑難。</p>
<p>東華三院關懷熱線</p>	<p>2:00pm 至 6:00pm (星期一至星期五)； 公眾假期停止服務。 設有留言信箱。</p>	<p>2548-0010</p>	<p>為受工作壓力、家庭問題或個人情緒受困情緒困擾的人士，提供即時的電話輔導，由資深輔導員支援。</p>
<p>明愛愛情專線</p>	<p>12:00nn 至 11:00pm (星期一至星期五)</p>	<p>3161-1222 (廣東話、英語和普通話)</p>	<p>由註冊社工提供電話輔導服務，協助不同年齡的人士以正面方法來處理愛情危機或創傷，並提倡正確的婚戀觀。</p>
<p>香港心理衛生會 心理健康資訊電話服務</p>	<p>2:00pm 至 10:00pm (星期一至星期五)； 24 小時錄音資訊提供；設有 留言信箱。</p>	<p>2772-0047 (廣東話)</p>	<p>提供有關心理健康、精神病及有關服務的資訊，以及電話輔導服務。</p>
<p>香港明愛 精神健康電話熱線服務</p>	<p>9:00am 至 5:00pm ； 設有留言信箱。</p>	<p>3105-5337 (廣東話)</p>	<p>主要為公眾人士解答有關精神健康及精神病的查詢及支援性輔導，由當值社工接聽，有需要時亦會轉介予中心精神科護士跟進。</p>

<p>醫院管理局 思覺失調熱線</p>	<p>9:00am 至 1:00pm、 2:00pm-5:00pm (星期一至星期五)； 9:00am 至 1:00pm (星期六)； 24 小時錄音資訊提供； 設有留言信箱。</p>	<p>2928-3283 (廣東話)</p>	<p>針對思覺失調及不正常精神狀態的公眾教育熱線，讓公眾認識思覺失調及其服務計劃，並可利用熱線即時轉介。</p>
<p>醫院管理局 精神健康熱線</p>	<p>24 小時</p>	<p>2466-7350 (廣東話、英語和普通話)</p>	<p>為精神病患者及其家人，解答精神科的問題及轉介服務。</p>
<p>東華三院 酗酒輔導服務熱線</p>	<p>10:00am 至 10:00pm (星期一至星期五)； 9:00am 至 1:00pm (星期六)</p>	<p>2884 9876 (廣東話、英語、普通話)</p>	<p>由資深社工、臨床心理學家及醫護人員等專業人士合作，為酗酒人士提供專業全面評估、治療、輔導及支援服務。</p>
<p>東華三院 濫藥輔導熱線</p>	<p>10:00am 至 10:00pm (星期一至星期五)； 9:00am 至 1:00pm (星期六)； 設有留言信箱。</p>	<p>2884-1234 (廣東話、英語、普通話)</p>	<p>透過輔導及社區醫療服務，協助有濫用藥物傾向人士戒除濫用藥物。</p>

<p>香港明愛 跳出沉溺專線</p>	<p>12:00pm 至 11:00pm (星期一至星期五)； 24 小時錄音資訊提供</p>	<p>3161-7777 (廣東話、英語、普通話)</p>	<p>協助受到成癮行為困擾的人士處理成癮行為問題及透過教育工作以預防市民跌入沉溺行為問題。</p>
<p>母親的抉擇 未婚懷孕服務熱線</p>	<p>9:00am 至 10:00pm (星期一至星期日)； 註冊社工及合資格輔導員接 聽電話時間 9:00am 至 5:30pm (星期一至星期五) 設有留言信箱</p>	<p>2868-2022 (廣東話、英語、普通話)</p>	<p>由專業社工或受訓同工接聽，為未婚懷孕婦女、其男友及雙方的家人提供輔導，協助他們解決意外懷孕相關的問題。</p>
<p>家計會服務熱線</p>	<p>24 小時電話錄音資訊 提供服務</p>	<p>2572-2222 (廣東話、英語、普通話)</p>	<p>提供性與生殖健康、家計會的資訊服務。</p>
<p>香港明愛 債務及理財熱線</p>	<p>12:00nn 至 11:00pm (星期一至星期五) 設有留言信箱</p>	<p>3161-2929 (廣東話、英語、普通話)</p>	<p>由註冊社工接聽，為欠債人士及其家人提供債務輔導，協助個人或家庭以正面及負責任的方法來面對債務危機，並教導市民學習謹慎理財以避免陷入債網。</p>

<p>東華三院 健康理財家庭輔導中心 輔導熱線</p>	<p>10:00am 至 6:00pm (星期一、二)； 10:00am 至 10:00pm (星期三)； 2:00pm 至 10:00pm (星期四至星期五)； 設有留言信箱。</p>	<p>2548-0803 (廣東話)</p>	<p>為受債務的人士提供債務問題諮詢和情緒輔導。</p>
<p>關注婦女性暴力協會 風雨蘭熱線</p>	<p>9:00am 至 10:00pm (星期一至星期五)； 9:00am 至 1:00 pm (星期六)； 設有留言信箱。</p>	<p>2375-5322 (廣東話、英語、普通話)</p>	<p>由社工及已受訓的女性義工接聽，為有遭受性暴力的婦女或其親友，提供電話諮詢、輔導，有需要可作危機介入或轉介。</p>
<p>保良局 24 小時婦女求助熱線 婦女庇護中心熱線</p>	<p>24 小時；設有留言信箱。</p>	<p>昕妍居: 2890-8330 維安中心: 2793-0223 曉妍居: 2243-3210 (廣東話、英語)</p>	<p>為被虐或面對嚴重個人或家庭問題的婦女提供情緒支援及介紹社會資源，有需要的婦女經電話評估後可安排入住婦女庇護中心，解決即時危機。</p>

以上資料，由香港社會服務聯會「人間社聯熱線」及以上的服務機構轉載。