

求助熱線及社區資源

成人輔導服務

(機構 / 電話 / 網址 / 服務資料)

社會福利署熱線

2343 2255

http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_cps/sub_applicatio/

星期一至星期六上午 9 時至下午 10 時

星期日及公眾假下午 1 時至 10 時

服務時間以外，市民除可選擇留言服務或向警方求助外，亦可按 0 字將電話轉駁到「向晴熱線」24 小時服務聯絡當值社工

「向晴熱線」

18288

服務內容：有關親子關係、愛情婚姻、債務、待業等問題

<http://fcsc.caritas.org.hk>

24 小時服務

香港基督教女青年會「輔導熱線」

2711 6622

服務內容：

- | | |
|-------------|------------------|
| 1. 個人及家庭輔導 | 2. 小組輔導 |
| 3. 專業輔導技巧培訓 | 4. 轉介本會臨床心理評估及治療 |

www.ywca.org.hk/hotline

星期一至五晚上 7 時至 10 時

香港撒瑪利亞防止自殺會熱線

2389 2222

www.sbhk.org.hk

24 小時服務

撒瑪利亞會 - 24 小時多種語言防止自殺服務

2896 0000

www.samaritans.org.hk

Email address: jo@samaritans.org.hk

24 小時多種語言服務

香港心理衛生會心理健康資訊電話服務

2772 0047

服務內容：1. 心理衛生 2. 精神康復服務 3. 弱智人士康復 4. 職業康復

www.mhahk.org.hk

星期一至五下午 2 時至晚上 10 時

香港沙維雅人文發展中心

2336 3121

服務內容:

為個人、夫婦、家庭提供個人或小組輔導服務，或會有少許收費。

- 內容包括：1. 提昇自尊感 2. 加深對自己及他人的了解
 3. 改善人際關係 4. 發掘有效的應對方法來處理難題

www.hksatir.org

星期一至六上午 9 時 30 分至晚上 9 時 30 分

星期日上午 9 時 30 分至下午 5 時 30 分

人間互助社聯熱線

1878668

<http://1878668.socialnet.org.hk>

一站式社會服務綜合電話轉駁系統,「人間互助社聯熱線」現已獲得逾 1 5 0 個社會服務機構及政府部門的支持,連繫超過 2 7 0 個服務和熱線電話。市民只要通過一個電話號碼,便可接觸所需的社會服務。

所連繫之服務類別包括:有自殺困擾;受暴力對待;遇到經濟、情緒、健康、學業等困擾;或者需要臨時居所、法律諮詢等服務。

服務對象:

- 1 感到絕望、想過自殺
- 2 受暴力虐待、性侵犯、懷疑有人疏乏照顧兒童、或使用暴力者
- 3 有情緒困擾、需要輔導
- 4 患病、健康受到困擾、或需要復康支援服務
- 5 經濟陷入困難、想搵工或僱主想請人
- 6 需要暫托、臨時居所或體恤安置
- 7 為學習、功課或升學感到徬徨、或老師支援服務
- 8 想諮詢法律意見
- 9 為長者、殘疾人士、單親家庭或失業人士而設的優惠
- 0 想聽有愛的故事或想參與義務工作

人際輔導中心 2523 8979

我可與輔導員討論那些問題？

基本上任何與你有關的問題，都可與輔導員討論。例如家庭內外的人際關係、工作、喪親之痛、教養子女、性方面的困難等，都是輔導中常見的主題，許多當事人會透過輔導去處理個人的情緒，包括自卑、憤怒、不愉快、抑鬱、恐懼等。又或希望脫離濫用藥物、酗酒、暴食或縱慾的捆鎖，尋求改變生活的方法。我們的輔導員會為曾遭性侵犯、欺凌、及曾經歷其他創傷遭遇的人服務，給他們一個安全而獲得支援的時空，協助他們面對及處理此等事件的長遠影響。亦有不少人士透過輔導處理伴侶之間的困難，例如溝通的障礙、婚外情或第三者、及性生活上的困難。當事人可選擇個別輔導，或與伴侶一起參予輔導。

www.resourcecounselling.org.

星期一至五上午 9 時 15 分至下午 5 時

星期六上午 10 時至下午 1 時

香港中華基督教青年會輔導組 2783 3360

www.ymca.org.hk/cymca/big5/index.php?c=107&t=1

星期一至星期四上午 10 時至晚上 10 時

星期五上午 10 時至下午 6 時

星期六上午 9 時至下午 1 時

突破輔導中心 2377 8511

<http://www.breakthrough.org.hk/chi/interpersonal/cc.html>

星期一及 星期三至五上午 9 時 30 分至下午 5 時 30 分

服務 18 至 35 歲人仕

香港小童群益會「兒童身心發展」家長專線 2866 6388

服務 3 至 18 歲兒童的家長

服務內容

課餘託管、中三離校生支援計畫、家庭綜合服務、外展工作、夜青服務、社區支援、就業輔導、新來港家庭健康網絡計劃、心理支援服務等

星期二、四下午 2 時至 4 時

星期三、五晚上 7 時 30 分至 9 時 30 分

<http://www.bgca.org.hk>

青少年輔導服務

香港青年協會「關心一線」 2777 8899

服務 6 至 24 歲青少年

星期一至星期六下午 2 時至凌晨 2 時

www.youthlinehk.net

香港小童群益會「童心線」熱線電話輔導 2520 6800

服務 6 至 15 歲兒童及青少年

星期一至五下午 5 時 30 分至 7 時 30 分

星期六上午 10 時至中午 12 時

www.bgca.org.hk

突破輔導中心 2377 8511

服務 11 至 18 歲青少年

星期一及 星期三至五上午 9 時 30 分至下午 5 時 30 分

<http://www.breakthrough.org.hk/chi/interpersonal/cc.html>

香港基督教女青年會「兒童專線」 2711 0131

星期一、三、五下午 4 時至 5 時 30 分

www.ywca.org.hk/hotline

香港基督教女青年會「少年感情專線」 2711 0188

星期二至星期五下午 7 時至 9 時

www.ywca.org.hk/hotline

協青社二十四小時電話熱線服務 9088 1023

24 小時服務

www.youthoutreach.org.hk