

# 社区资源及求助热线

## I. 求助热线及网上辅导

A. 适合儿童及青少年的服务					
机构	电话热线/网上辅导	服务时间/服务资料	服务对象	服务语言	网址/社交媒体
生命热线	2382 0777	<p>「青少年生命专线 Youth Link」</p> <p>服务时间： 每日下午 2 时至凌晨 2 时</p>	24 岁以下青少年 (及其家属)	广东话	<p><a href="https://www.sps.org.hk/?a=doc&amp;id=218">https://www.sps.org.hk/?a=doc&amp;id=218</a></p> <p>Facebook: <a href="https://www.facebook.com/spshongkong/">https://www.facebook.com/spshongkong/</a></p>
香港撒玛利亚防止自杀会		<p>「Chat 窿」</p> <p>网上辅导服务</p> <p>服务时间： 星期一至五 下午 4 时至凌晨 1 时</p> <p>星期六、日及公众假期 晚上 8 时至凌晨 1 时</p>	需要情绪支援及防止自杀的人士	中文及英文	<a href="https://chatpoint.org.hk/">https://chatpoint.org.hk/</a>
	2389 2227	<p>青少年危机服务专线</p> <p>[专线服务暂定为期三个月(2023 年 10 月至 2024 年 1 月), 如有需要将会延长服务期限]</p> <p>服务时间： 星期一至五 上午 6 时至凌晨 12 时</p>	为有自杀危机青年提供支援	广东话	

		星期六、日和公众假期 上午 9 时至下午 6 时			
医院管理局	2928 3283	「思觉失调」服务计划 24 小时查询及转介热线	15 至 64 岁公众人士	广东话、普通话、英语	<a href="https://www3.ha.org.hk/easy/chi/service.html">https://www3.ha.org.hk/easy/chi/service.html</a>
赛马会青少年情绪健康网上支援平台 「Open 喻」	WhatsApp/ SMS: 9101 2012	24 小时网上辅导	11 至 35 岁青少年	中文及英文	<a href="http://www.openup.hk">www.openup.hk</a>  Facebook: <a href="https://www.facebook.com/hkopenup/">https://www.facebook.com/hkopenup/</a>  Instagram: <a href="https://www.instagram.com/hkopenup/">https://www.instagram.com/hkopenup/</a>
协青社	9088 1023	24 小时热线服务及 WhatsApp 聊天服务  WhatsApp 聊天服务 服务时间: 晚上 9 点至早上 6 点	8 至 21 岁青少年	广东话、普通话、英语	<a href="https://www.yo.org.hk/zh/services-outreaching-team.html">https://www.yo.org.hk/zh/services-outreaching-team.html</a>  Facebook: <a href="https://www.facebook.com/ornineup/">https://www.facebook.com/ornineup/</a>  Instagram: <a href="https://www.instagram.com/ornineup/">https://www.instagram.com/ornineup/</a>
香港青年协会	2777 8899	「关心一线」  服务时间: 星期一至六 下午 2 时至凌晨 2 时	6 至 24 岁青少年	广东话	<a href="https://wmc.hkfyg.org.hk/mcc/">https://wmc.hkfyg.org.hk/mcc/</a>
	27883444	「uTouch 网上外展辅导服务」		中文	<a href="http://utouch.hk/">http://utouch.hk/</a>

	<p>WhatsApp: 6277 8899</p> <p>电邮: <a href="mailto:utouch@hkfyg.org.hk">utouch@hkfyg.org.hk</a></p>	<p>Portal 及 Whatsapp</p> <p>网上辅导时间: 星期二至四 下午 4 时至晚上 10 时</p> <p>星期五至六 下午 4 时至凌晨 2 时</p>			<p>Facebook: <a href="http://www.facebook.com/utouch.hk">www.facebook.com/utouch.hk</a></p> <p>Instagram: <a href="https://www.instagram.com/utouch_hkfyg/">https://www.instagram.com/utouch_hkfyg/</a></p>
<p>香港明爱 明爱连线 Teen 地 - 网上 青年支援队</p>	<p>2117 0321</p> <p>WhatsApp / Signal: 9377 3666</p> <p>电邮: <a href="mailto:ycsteens@caritassws.org.hk">ycsteens@caritassws.org.hk</a></p>	<p>明爱连线 Teen 地 - 网上青年支援队</p> <p>网上辅导</p> <p>服务时间: 星期一、二 上午 10 时至下午 6 时</p> <p>星期三、四 下午 2 时至晚上 10 时</p> <p>星期五、六 下午 6 时至凌晨 2 时 星期日及公众假期休息</p>	6 至 24 岁青少年	广东话、普通 话、英语	<p><a href="http://it.caritas.org.hk/">http://it.caritas.org.hk/</a></p> <p>Facebook: <a href="http://www.facebook.com/caritas.infinityteens">http://www.facebook.com/caritas.infinityteens</a></p> <p>Instagram: <a href="https://www.instagram.com/caritas.infinityteens/">https://www.instagram.com/caritas.infinityteens/</a></p>
<p>香港青少年服务处 一微^_^米网上青年支援 队</p>	<p>3615 8331</p> <p>WhatsApp: 6280 6281</p> <p>电邮: <a href="mailto:esmiley@hkccys.org.hk">esmiley@hkccys.org.hk</a></p>	<p>一微^_^米网上青年支援队</p> <p>服务时间: 星期一、二、六 下午 6 时至凌晨 2 时</p> <p>星期三至五 下午 2 时至晚上 10 时</p>	6 至 24 岁, 经常 活跃于各网上平台 的青少年。如有青 少年在成长上遇到 困阻或受制于不利 环境因素, 以致未 能健康发展, 支援 队会按个别需要而	广东话及英语	<p><a href="https://esmiley.hkccys.hk">https://esmiley.hkccys.hk</a></p> <p>Facebook: <a href="https://www.facebook.com/esmileyhk">https://www.facebook.com/esmileyhk</a></p> <p>Instagram: <a href="https://www.instagram.com/esmileyhk/">https://www.instagram.com/esmileyhk/</a></p>

		<p>网上咨询服务时间： 星期一、二、六 下午 6 时至凌晨 2 时</p> <p>星期三至五 下午 6 时至晚上 10 时</p> <p>另按服务需要，服务会于其他时间举行。</p>	提供支援服务。		Wechat/Telegram: esmileyhk
香港小童群益会	<p>WhatsApp / signal: 9726 8159 / 9852 8625</p> <p>电邮： <a href="mailto:nitecat@bgca.org.hk">nitecat@bgca.org.hk</a></p>	<p>「夜猫 Online」 夜猫会客室网上辅导服务</p> <p>服务时间： 星期一、二及星期五 下午 6 时至凌晨 2 时</p>	6 至 24 岁青少年 网络使用者	广东话	<p><a href="http://nitecat.bgca.org.hk/">http://nitecat.bgca.org.hk/</a></p> <p>Facebook: <a href="https://www.facebook.com/nitecatonline/">https://www.facebook.com/nitecatonline/</a></p> <p>Instagram: <a href="https://www.instagram.com/nitecat.bgca/">https://www.instagram.com/nitecat.bgca/</a></p> <p>Telegram: nitecatt</p>
<p>圣雅各福群会 6PM 网上青年支援队</p>	<p>2609 3228</p> <p>WhatsApp: 5933 3711</p> <p>电邮： <a href="mailto:cyberyouth@sjs.org.hk">cyberyouth@sjs.org.hk</a></p>	<p><b>6PM 网上青年支援队</b></p> <p>服务时间： 星期一：上午 10 时至下午 6 时 星期二：下午 2 时至下午 6 时 星期三：上午 10 时至下午 2 时 星期四：下午 2 时至下午 10 时 星期五、六：下午 2 时至凌晨 2 时</p>	在网络上处于高危 或隐蔽的 6-24 岁 青少年及其家人	中文	<p><a href="https://www.cyberyouth.sjs.org.hk/">https://www.cyberyouth.sjs.org.hk/</a></p> <p>Facebook: <a href="https://www.facebook.com/SJS6PM">https://www.facebook.com/SJS6PM</a></p> <p>Instagram: <a href="https://www.instagram.com/6pm.hk/">https://www.instagram.com/6pm.hk/</a></p>
防止虐待儿童会	2755 1122	「求助及亲子支援热线」	支援儿童及供儿童	广东话、普通	<a href="http://www.aca.org.hk">http://www.aca.org.hk</a>

		<p>服务时间:</p> <p>星期一至五 上午 9 时至下午 1 时 下午 2 时至 9 时</p> <p>星期六 上午 9 时至下午 1 时</p>	诉心声和表达意见	话、英语	<p>Facebook:</p> <p><a href="https://www.facebook.com/ACAHK/">https://www.facebook.com/ACAHK/</a></p>
母亲的抉择	<p>2313 5678</p> <p>WhatsApp : 5633 5678</p> <p>电邮: <a href="mailto:bigsisiter@motherschoice.org">bigsisiter@motherschoice.org</a></p>	24 小时查询及社工/辅导员辅导	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 25 岁或以下意外怀孕的少女</li> <li>- 面对伴侣意外怀孕的男孩子</li> <li>- 少女/男孩子的家人及朋友</li> <li>- 各机构/学校社工、医护人员</li> </ul>	广东话、普通话、英语	<p><a href="https://www.motherschoice.org/get-help/">https://www.motherschoice.org/get-help/</a></p> <p>Facebook: <a href="https://www.facebook.com/motherschoicehk/?ref=page_internal">https://www.facebook.com/motherschoicehk/?ref=page_internal</a></p>
香港大学精神医学系 headwind 迎风		「迎风 F2O」- 免费线上对话支援服务	15 至 30 岁青年	广东话	<p><a href="https://www.youthmentalhealth.hku.hk/">https://www.youthmentalhealth.hku.hk/</a></p> <p>Facebook / <a href="https://www.facebook.com/headwind.hk.upsychiatry/">https://www.facebook.com/headwind.hk.upsychiatry/</a></p> <p>Instagram: <a href="https://www.instagram.com/headwind.hk.upsychiatry/">https://www.instagram.com/headwind.hk.upsychiatry/</a></p>

以上资料只作参考，资料如有更新，以个别机构公布为准。如需要寻求其他机构的资料，可与学校社工、辅导人员等联络。

B. 适合公众人士的服务					
机构	电话热线/网上辅导	服务时间/服务资料	服务对象	服务语言	网址/社交媒体
「情绪通」18111 热线	18111	「情绪通」精神健康支援热线  服务时间：24 小时由专人接听电话，提供即时的支援及辅导。	公众人士	广东话及英语	<a href="https://www.shallwetalk.hk/zh/get-help/mental-health-support-hotline-18111/">https://www.shallwetalk.hk/zh/get-help/mental-health-support-hotline-18111/</a>
撒玛利亚会	2896 0000	<b>24 小时中文及多种语言防止自杀热线</b>	公众人士	广东话、普通话、 英语、其他语言	<a href="https://samaritans.org.hk/services/hotline/">https://samaritans.org.hk/services/hotline/</a>
	电邮： <a href="mailto:jo@samaritans.org.hk">jo@samaritans.org.hk</a>	「益友电邮服务」 透过电子邮件提供情绪支援，并尽力在 24 小时之内回复电邮		中文及英文	Facebook： <a href="https://www.facebook.com/SamaritansHongKong/">https://www.facebook.com/SamaritansHongKong/</a>
香港撒玛利亚防止自杀会	2389 2222 (中文)	<b>24 小时情绪支援热线</b>	公众人士	广东话、普通话、	<a href="https://sbhk.org.hk/?page_id=31214#24%E5%B0%8F%E6%99%82%E6%83%85%E7%B7%92%E6%94%AF%E6%8F%B4%E7%86%B1%E7%B7%9A">https://sbhk.org.hk/?page_id=31214#24%E5%B0%8F%E6%99%82%E6%83%85%E7%B7%92%E6%94%AF%E6%8F%B4%E7%86%B1%E7%B7%9A</a>
	电邮： <a href="mailto:touch@sbhk.org.hk">touch@sbhk.org.hk</a> (撒玛利亚人收)				
	2389 2223 (英文)	<b>英文情绪支援热线</b>  服务时间： 星期一至五 下午 6 时半至 10 时 (公众假期休息)	公众人士	英语	<a href="https://sbhk.org.hk/?page_id=31242#scis">https://sbhk.org.hk/?page_id=31242#scis</a>
生命热线	2382 0000	「预防自杀热线」 24 小时义工电话辅导	公众人士	广东话	<a href="https://www.sps.org.hk/?a=group&amp;id=hotline">https://www.sps.org.hk/?a=group&amp;id=hotline</a>
		「Say Something 讲心情」网上聊天室			<a href="http://saysomething.solutiononehk.com/SPS/">http://saysomething.solutiononehk.com/SPS/</a>

		<p>服务时间： 星期一至星期日 晚上 6 时至凌晨 12 时</p>			
医院管理局	2466 7350	<p>「精神科热线」 24 小时精神科咨询热线</p>	公众人士	广东话、普通话、 英语	<a href="http://ipep.hk/tc/community_resources/HA-24-7-hotline">http://ipep.hk/tc/community_resources/HA-24-7-hotline</a>
	2928 3283	<p>「思觉失调」服务计划 24 小时查询及转介热线</p>	15 至 64 岁公众人士	广东话、普通话、 英语	<a href="https://www3.ha.org.hk/easy/chi/service.html">https://www3.ha.org.hk/easy/chi/service.html</a>
社会福利署	2343 2255 情绪支援：选择语言后按“0”字	<p><b>24 小时热线服务</b></p> <p>服务时间： 星期一至星期五 上午 9 时至下午 5 时</p> <p>星期六 上午 9 时至中午 12 时</p>	公众人士	广东话、普通话、 英语	<a href="https://www.swd.gov.hk/tc/department/index.html">https://www.swd.gov.hk/tc/department/index.html</a>
浸信会爱羣社会服务处	2535 4135	<p>「精神健康咨询热线」 (由专业社工接听)</p> <p>服务时间： 星期一、三至五 上午 10 时至中午 12 时 30 分 下午 2 时至 5 时</p> <p>星期二 上午 10 时至中午 12 时 30 分 下午 2 时至 5 时 晚上 7 时至 9 时</p>	公众人士	广东话	<a href="https://www.bokss.org.hk/news/detail?id=42">https://www.bokss.org.hk/news/detail?id=42</a>

香港心理卫生会		<p>「辅负得正」手机应用程序 线上辅导服务</p> <p>服务时间： 星期一至五 下午 2 时至 10 时</p> <p>星期六、日及公众假期休息</p>	公众人士	中文及英文	<p>「辅负得正」手机应用程序下载网址: (Android 版和 iOS 版):</p> <p><a href="https://www.mhahk.org.hk/index.php/service/promoedu/dce/counsellingapp/">https://www.mhahk.org.hk/index.php/service/promoedu/dce/counsellingapp/</a></p>
明爱向晴轩	18288	<p>「明爱向晴热线」 24 小时热线服务 (由注册社工接听)</p>	公众人士	广东话、普通话、 英语	<a href="http://fcsc.caritas.org.hk/">http://fcsc.caritas.org.hk/</a>
防止虐待儿童会	2755 1122	<p>「求助及亲子支援热线」</p> <p>服务时间： 星期一至五 上午 9 时至下午 1 时 下午 2 时至 9 时</p> <p>星期六 上午 9 时至下午 1 时</p> <p>接听时间外将会有电话录音服务</p>	<p>公众人士</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 可致电举报怀疑虐儿个案或咨询有关儿童管教的问题</li> <li>- 支援儿童及供儿童诉心声和表达意见</li> </ul> <p>(专业人士会提供处理怀疑虐儿个案的专业咨询)</p>	广东话、普通话、 英语	<p><a href="http://www.aca.org.hk">http://www.aca.org.hk</a></p> <p>Facebook:</p> <p><a href="https://www.facebook.com/ACAHK/posts/2470502472970496/">https://www.facebook.com/ACAHK/posts/2470502472970496/</a></p>
东华三院芷若园	18281	<p>芷若园 24 小时危机热线</p>	性暴力受害人、面对家庭暴力或其他家庭危机的个人或家庭	广东话、普通话、 英语 (如服务使用者使用其他语言, 会寻求其他非政府组织的即时口译服务)	<p><a href="https://ceasecrisis.tungwahcsd.org/">https://ceasecrisis.tungwahcsd.org/</a></p> <p>网上辅导网址:</p> <p><a href="http://18281.tungwahcsd.org/popup.htm">http://18281.tungwahcsd.org/popup.htm</a></p>

	电邮： <a href="mailto:ceasecrisis@tungwah.org.hk">ceasecrisis@tungwah.org.hk</a>	「芷若园支援性暴力受害人网上辅导服务」  服务时间： 星期一至六 下午 4 时至 10 时 (星期日及公众假期的留言将自动转驳往东华三院芷若园的电邮系统，社工会于三日内回复留言)		中文及英文	芷若园支援性暴力受害人服务网页： <a href="http://18281.tungwahcsd.org">http://18281.tungwahcsd.org</a>
教育局	2892 6600	「教师阳光专线」  服务时间： 星期一至日 上午 10 时至下午 10 时	教师及校长	广东话、普通话、 英语	<a href="http://www.edb.gov.hk/tc/teacher/teacher-helpline/about-teacher-helpline/">http://www.edb.gov.hk/tc/teacher/teacher-helpline/about-teacher-helpline/</a>
公务员事务局	4608 7622	「压力管理热线辅导服务」 (服务时期由 2024 年 7 月 1 日至 2025 年 6 月 30 日)  服务时间： 星期一至五 下午 2 时至晚上 10 时  星期六 上午 9 时至下午 1 时  公众假期休息	公务员、非公务员 合约雇员及退休后 服务合约雇员	广东话、普通话、 英语	<a href="https://www.csb.gov.hk/tc_chi/admin/relations/471.html">https://www.csb.gov.hk/tc_chi/admin/relations/471.html</a>

<p>香港基督教服务处</p>	<p>PS33 总部电话（一般查询）：2731 6348</p> <p>PS33 尖沙咀中心电话（辅导服务）：2368 8269</p> <p>PS33 深水埗中心电话（辅导服务）：3572 0673</p>	<p>「PS33 药物滥用者辅导服务」</p> <p>服务时间：：</p> <p>星期一至五</p> <p>上午 10 时至下午 1 时</p> <p>下午 2 时至 6 时</p> <p>以下时间可供预约面谈及小组活动</p> <p>星期二至五</p> <p>晚上 7 时至 10 时</p> <p>星期六</p> <p>上午 10 时至 1 时</p> <p>星期日及公众假期休息</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 吸食危害精神毒品人士及其家属</li> <li>- 有吸毒危机之人士</li> <li>- 社工、教师、家长及其他有兴趣或有需要的社会大众</li> </ul>	<p>广东话</p>	<p><a href="http://www.hkcs.org/tc/services/ps33">http://www.hkcs.org/tc/services/ps33</a></p>
<p>保安局禁毒处</p>	<p>186 186</p> <p>选择适当语言后按“1”字，便可直接与社工对话</p> <p>WhatsApp 及微信： 98 186 186</p>	<p>「禁毒电话咨询服务」</p> <p>「禁毒即时通讯咨询服务」</p> <p>服务时间： 每日上午 10 时至下午 8 时</p>	<p>公众人士</p>	<p>广东话、普通话、英语</p>	<p><a href="https://www.nd.gov.hk/tc/telephone_en/quiry.html">https://www.nd.gov.hk/tc/telephone_en/quiry.html</a></p>
<p>香港家庭福利会</p>	<p>2342 3110</p>	<p>家福关怀专线</p> <p>星期一至四：</p> <p>上午 10 时至中午 12 时 30 分</p> <p>下午 2 时 30 分至 5 时</p> <p>星期五</p> <p>下午 2 时 30 分至 5 时</p>	<p>公众人士</p>	<p>广东话</p>	<p><a href="https://www.hkfws.org.hk/how-we-help/integrated-family-services/careline">https://www.hkfws.org.hk/how-we-help/integrated-family-services/careline</a></p>

		星期六 上午 10 时至中午 12 时 30 分 星期日及公众假期休息			
--	--	---	--	--	--

以上资料只作参考，资料如有更新，以个别机构公布为准。如需要寻求其他机构的资料，可与学校社工、辅导人员等联络。

## II. 社区资源

机构	服务资料及网址	服务对象	服务/网上资源语言
香港大学香港赛马会防止自杀研究中心	「香港大学香港赛马会防止自杀研究中心」 网址: <a href="https://csrp.hku.hk/">https://csrp.hku.hk/</a>	公众人士	英文
香港大学精神医学系	headwind 迎风 网址: <a href="https://www.youthmentalhealth.hku.hk/">https://www.youthmentalhealth.hku.hk/</a>	公众人士	繁体中文
香港赛马会慈善信托基金 赛马会平行心间计划	赛马会平行心间计划 网址: <a href="https://www.levelmind.hk/">https://www.levelmind.hk/</a> FB: <a href="https://www.facebook.com/LevelMindAtJC/">https://www.facebook.com/LevelMindAtJC/</a>	12 至 24 岁青年	繁体中文、简体中文、英文
卫生署 学生健康服务	「情绪健康小锦囊」 网址: <a href="https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/emotional_health_tips/emotional_health_tips.html#p6">https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/emotional_health_tips/emotional_health_tips.html#p6</a>	学生, 家长及教师	繁体中文、简体中文、英文
	「YouthCan」 网址: <a href="https://www.youthcan.hk/zh-hk/">https://www.youthcan.hk/zh-hk/</a>	青少年	繁体中文、简体中文、英文
香港健康情绪中心	「香港健康情绪中心」 为情绪健康问题提供教育、治疗及研究 网址: <a href="https://www.hmdc.cuhk.edu.hk/">https://www.hmdc.cuhk.edu.hk/</a>	公众人士	繁体及简体中文
基督教联合那打素社康服务	「联合情绪健康教育中心」 - 情绪辅导服务, 认识情绪健康及情绪病 网址: <a href="http://www.ucep.org.hk/cognition/health_mood.htm">http://www.ucep.org.hk/cognition/health_mood.htm</a>	公众人士	繁体中文
浸信会爱羣社会服务处	「儿童身心健康服务」 网址: <a href="https://www.bokss.org.hk/integrated-mental-health-services/service?id=56&amp;_lang=zh-TW">https://www.bokss.org.hk/integrated-mental-health-services/service?id=56&amp;_lang=zh-TW</a>	6 至 18 岁受情绪/精神困扰之儿童/青少年	繁体中文及英文
	「青少年身心导航服务」	11 至 25 岁受情绪困扰的青少年	繁体中文及英文

	网址: <a href="https://www.bokss.org.hk/integrated-mental-health-services/service?id=57&amp;_lang=zh-TW">https://www.bokss.org.hk/integrated-mental-health-services/service?id=57&amp;_lang=zh-TW</a>		
赛马会心导游+计划	「赛马会心导游+计划」 网址: <a href="https://www.jctplus.org/">https://www.jctplus.org/</a>	公众人士	繁体中文及英文
	「情绪 GPS」(将于 2023 年 12 月 31 日结束) 根据服务对象的需要提供「指导式自助治疗」 网址: <a href="https://www.egps.hk/">https://www.egps.hk/</a>	18 岁或以上, 经评估后有情绪困扰, 而未有接受其他心理治疗或辅导服务的公众人士	繁体中文
医院管理局	「青山医院精神健康学院」 - 精神健康教育资料 网址: <a href="http://www3.ha.org.hk/cph/imh/mhi/index_chi.asp">http://www3.ha.org.hk/cph/imh/mhi/index_chi.asp</a>	公众人士	繁体中文、简体中文、英文
	「葵涌医院」 - 精神健康教育资讯 网址: <a href="https://www3.ha.org.hk/kch/ch/mentalhealth/edu/index.htm">https://www3.ha.org.hk/kch/ch/mentalhealth/edu/index.htm</a>	公众人士	繁体中文、简体中文、英文
	儿童及青少年精神健康社区支援计划 - 「儿情」计划 网址: <a href="http://www3.ha.org.hk/CAMcom/">http://www3.ha.org.hk/CAMcom/</a>	6 至 18 岁儿童及青少年	繁体中文
	「精神健康资讯平台」 - 智友站 网址: <a href="http://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/zh-hk/Self-Care-Tips/Mental-Health-Info-Corner/">http://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/zh-hk/Self-Care-Tips/Mental-Health-Info-Corner/</a>	公众人士	繁体中文、简体中文、英文、印地文、旁遮普文(印度文)、印度尼西亚文、尼泊尔文、旁遮普文(巴基斯坦文)、乌尔都文、他加禄文、泰文
爱思觉 IPEP Internet-based Psychosis Education Program 网址: <a href="http://ipep.hk/">http://ipep.hk/</a>	爱思觉 IPEP Internet-based Psychosis Education Program	思觉失调病人家属。	繁体中文及英文
社会福利署	「精神健康综合社区中心」 网址: <a href="https://www.swd.gov.hk/tc/pubsvc/rehab/cat_supportcom/centrebase/iccmw/">https://www.swd.gov.hk/tc/pubsvc/rehab/cat_supportcom/centrebase/iccmw/</a>	15 岁或以上的公众人士	繁体中文、简体中文、英文;  网站亦可下载以繁体中文、英文及少数民族文字(包括印度文、印尼文、尼泊尔文、菲律宾文、泰文、巴基斯坦文、越南文及旁遮普文)编写的精神健康综合社区

			中心简介
精神健康咨询委员会	「陪我讲」计划 网址: <a href="https://shallwetalk.hk/zh/">https://shallwetalk.hk/zh/</a>	公众人士	繁体、简体中文及英文
教育局	「校园·好精神」一站式学生精神健康资讯网站 网址: <a href="https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/index.html">https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/index.html</a>	公众人士	繁体中文、简体中文、英文
赛马会思妍妇女精神健康计划	「赛马会思妍妇女精神健康计划」 网址: <a href="https://www.womencentre.org.hk/Zh/Services/wellness/jcwow/">https://www.womencentre.org.hk/Zh/Services/wellness/jcwow/</a>	18 至 64 岁的妇女	繁体中文及英文
卫生署 卫生防护中心	健康资讯 – 健康人生路 网址: <a href="https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/submenu/10004/index.html">https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/submenu/10004/index.html</a>	- 公众人士	繁体中文、简体中文、英文及及少数族裔文字（包括印度文、尼泊尔文、巴基斯坦文、泰文、印尼文及菲律宾文）
赒明会	「共童导过」- 儿童哀伤辅导服务 查询及申请方法 电话: 2361 6606 电邮: <a href="mailto:cccg@cccg.org.hk">cccg@cccg.org.hk</a> 网址: <a href="http://www.cccg.org.hk/service/details/2/">http://www.cccg.org.hk/service/details/2/</a> 下载区: <a href="https://www.cccg.org.hk/download/">https://www.cccg.org.hk/download/</a> （下载辅导服务转介表格）	18 岁以下的丧亲/丧友儿童及青少年	繁体中文

以上资料只作参考，资料如有更新，以个别机构公布为准。如需要寻求其他机构的资料，可与学校社工、辅导人员等联络。

2024 年 10 月