

網上或電話熱線支援

機構	服務計劃	電話熱線 / 網上輔導
香港撒瑪利亞防止自殺會	情緒支援熱線 Chat隆	2389 2222  https://chatpoint.org.hk/
Open嘢	網上文字輔導服務	https://www.openup.hk/ 
協青社	協青社外展服務	9088 1023  http://yo.org.hk/zh/services.html
香港青年協會	關心一線 【2PM-2AM】	2777 8899
香港明愛	明愛連線Teen地 - 網上青年支援隊	https://it.caritas.org.hk/
香港青少年服務處	一微^_^米 網上青年支援隊	https://esmiley.hkcys.hk
香港小童群益會	夜貓Online	https://nitecat.bgca.org.hk/
聖雅各福群會	6PM網上青年支援隊	https://www.cyberyouth.sjs.org.hk/
香港政府	「情緒通」 精神健康支援熱線	18111 
醫院管理局	精神健康專線	2466 7350 
生命熱線	預防自殺熱線	2382 0000 

更多社區資源
及求助熱線請參考：

