

### 24 小時情緒支援熱線

- 社會福利署熱線：2343 2255
- 香港撒瑪利亞防止自殺會  
24 小時熱線：2389 2222
- 撒瑪利亞會 24 小時熱線 (中文及多種語言)：2896 0000
- 生命熱線 24 小時熱線：2382 0000
- 明愛向晴熱線 24 小時熱線：18288
- 協青社 24 小時熱線：9088 1023
- 利民會「即時通」24 小時熱線：3512 2626
- 東華三院 芷若園 24 小時熱線：18281

### 情緒支援熱線

- 生命熱線 青少年 (24 歲以下) 專線：2382 0777  
14:00-02:00
- 明愛心靈支援熱線電話：3150 8712  
10:00-00:00；對象：青年人及其家長或親友 網址：  
<https://family.caritas.org.hk/rest>
- 突破輔導中心 2377 8511  
周一至五 10:00-18:00；對象：青年人及其家長
- 香港青年協會「關心一線」電話：2777 8899  
周一至六 14:00-02:00
- 香港遊樂場協會 高危青少年服務  
電話及 WhatsApp: 9154 6637 / 6022 0122
- 聾福會 聽障人士情緒支援  
熱線電話/ WhatsApp：6434 6900  
輔導服務：2711 1974
- 香港青少年服務處星鳥計劃 大埔及北區深宵外展  
服務計劃熱線：6280 6281

### 青少年危機住宿服務

- 西灣河  
協青社  
電話：2898 2464 (男) / 2898 3299 (女)
- 觀塘  
荷蘭宿舍  
電話：2341 0818

### 網上情緒支援服務

- 香港  
聖雅各福群會 第六點WhatsApp：  
5933 3711 Telegram: @hearforyou  
Instagram: @sixdegreehubs
- 東九龍  
明愛連線 Teen 地 網上青年支援隊  
WhatsApp: 9377 3666  
Telegram: caritasinfinityteens  
網址：<http://it.caritas.org.hk>
- 西九龍  
香港小童群益會 夜貓 online 網上青年支援隊  
網址 <http://nitecat.bgca.org.hk/tc/>  
WhatsApp：9726 8159 / 9852 8625  
Telegram：nitecatt
- 新界東  
香港青少年服務處一微^\_^米網上青年支援隊  
WhatsApp: 6280 6281  
IG/FB/Wechat/Telegram: esmileyhk  
網址：<https://esmiley.hkcys.hk>
- 新界西  
香港青年協會 uTouch 網上青年外展服務  
WhatsApp: 6277 8899  
網址：<https://utouch.hk>  
IG：utouch\_hkfyg
- 香港撒馬利亞防止自殺會網上情緒支援平台  
iOS 及 Android 應用程式：Chat 窿  
網址：<http://chatpoint.org.hk>
- 賽馬會青少年情緒健康網上支援平台-Open 喻  
(24 小時緊急情緒支援服務)  
網址：[www.openup.hk](http://www.openup.hk)  
Facebook / Instagram / WeChat: hkopenup  
SMS: 9101 2012

