

一個號碼接上希望，

《即時通》精神健康諮詢熱線：3512-2626

接上精神健康

**24即時通**  
精神健康 守護同行  
3512 2626



Illustrated by Little Half 小半

一個號碼接上希望，  
接上精神健康

《即時通》精神健康守護同行計劃 · 24小時熱線服務

在香港每100人當中，約15人患上情緒病，約3人屬嚴重精神困擾。  
精神病並不可怕，最可怕是缺乏精神健康知識，容讓問題惡化。

《即時通》精神健康諮詢熱線：3512-2626

服務範圍：精神病基本知識、初步精神健康狀況評估、社區資源介紹、情緒支援  
網址：[justone.richmond.org.hk](http://justone.richmond.org.hk)

主辦機構



捐助機構



謝謝您，

《即時通》24小時家屬熱線：3512-2626

對家人不離不棄

**24即時通**  
精神健康 守護同行  
3512 2626



Illustrated by Little Half 小半

謝謝您，對家人不離不棄

《即時通》精神健康守護同行計劃 · 家屬支援熱線

要照顧患上精神病的家人確實不容易，不但會帶來精神壓力，情緒亦可能會受牽動；但憑著愛，您沒有放棄，《即時通》樂意與您守護同行，給您支持和打氣。

《即時通》24小時家屬熱線：3512-2626

服務範圍：情緒支援、壓力管理、與復元家屬相處技巧、精神病基本知識  
網址：[justone.richmond.org.hk](http://justone.richmond.org.hk)

主辦機構



捐助機構

