

# Nghịch cảnh không phải là ngõ cụt, nhưng từ bỏ cuộc sống thì có.

Adversity is not a dead end, but giving up on life is.

Tự tử là một vấn đề phức tạp có nguyên nhân từ nhiều phía bao gồm các yếu tố sinh học, xã hội và tâm lý có tác động qua lại lẫn nhau. Nếu bạn hoặc ai đó bạn biết đang bị rối loạn cảm xúc, khủng hoảng hoặc có xu hướng tự tử, vui lòng liên hệ với cơ quan sau hoặc gọi đến các đường dây nóng để được hỗ trợ.

Suicide is a complicated issue with multi-faceted causes including biological, social and psychological factors that interact with one another. If you or someone you know is having an emotional disturbance, in crisis or with suicidal tendency, please contact the following agency or call the hotlines for assistance.

## The Samaritan Befrienders Hồng Kông - Trung tâm can thiệp khủng hoảng tự tử (SCIC)

### The Samaritan Befrienders Hong Kong – Suicide Crisis Intervention Centre (SCIC)

Các thắc mắc về dịch vụ - Tư vấn về khủng hoảng tự tử  
 Service Enquiries – Suicide Crisis Counselling 2341 7227

Đường dây nóng tư vấn cho người thân và bạn bè của những người tự tử  
 Consultation Hotline for Relatives and Friends of the Suicidal People 2319 1177

ChatPoint (Dịch vụ Trò chuyện Trực tuyến) <https://chatpoint.org.hk>  
 ChatPoint (Online Chat Service)



## Đường dây nóng 24 giờ (trừ khi có quy định khác ) 24-Hour Hotlines (unless otherwise specified )

	Đường dây nóng của Sở Phúc Lợi Xã Hội Social Welfare Department Hotline	2343 2255
	Đường Dây nóng Khủng hoảng Caritas Caritas Crisis Line	18288
	Cơ quan quản lý bệnh viện - Trực tiếp về sức khỏe tâm thần Hospital Authority – Mental Health Direct	2466 7350
	Dịch vụ Phòng chống Tự tử - Dịch vụ Đường dây nóng Phòng chống Tự tử 24 giờ Suicide Prevention Services – 24-hour Suicide Inceidance Prevention Hotline Service	2382 0000
	The Samaritans - Đường dây nóng ngăn chặn tự tử đa ngôn ngữ 24 giờ The Samaritans – 24-hour Multi-lingual Suicide Prevention Hotline	2896 0000
	The Samaritan Befrienders Hồng Kông - Đường dây nóng hỗ trợ tình cảm 24 giờ The Samaritan Befrienders Hong Kong – 24-Hour Emotional Support Hotline	2389 2222
	Nhóm bệnh viện Tung Wah - Đường dây nóng của Trung tâm Khủng hoảng CEASE Tung Wah Group of Hospitals – CEASE Crisis Centre Hotline	18281
	Liên Đoàn Thanh Niên Hồng Kông - Đường dây dành cho Thanh niên (dành cho từ 6 đến 24 tuổi) Hong Kong Federation of Youth Groups – Youthline (for age 6 to 24)	2 giờ chiều đến 2 giờ sáng Thứ Hai đến Thứ Bảy Monday to Saturday 2pm to 2am 2777 8899
	The Samaritan Befrienders Hồng Kông - Đường dây nóng hỗ trợ cảm xúc bằng tiếng Anh The Samaritan Befrienders Hong Kong – English Emotional Support Hotline	6:30 chiều đến 10:00 tối Thứ Hai đến Thứ Sáu Monday to Friday 6:30 to 10:00pm 2389 2223

