

ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅੰਤ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਹਾਰ ਮੰਨਨਾ ਹੈ।

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



ਸਮਾਜ ਕਲਿਆਣ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਹੋਟਲਾਈਨ
Social Welfare Department Hotline

2343 2255

ਸਮਾਰਿਟਨਸ - 24 ਘੰਟੇ ਦੀ ਬਹੁ-ਭਾਸ਼ੀ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਰੋਕਥਾਮ ਹੋਟਲਾਈਨ
The Samaritans — 24 Hour Multi-Lingual Suicide Prevention Hotline

2896 0000

ਸਮਾਰਿਟਨਸ ਥੀਫਰੈਂਡਰਸ ਹਾਂਗਕਾਂਗ
The Samaritan Befrienders Hong Kong

2389 2222

ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਰੋਕਥਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ
Suicide Prevention Services

2382 0000

 社會福利署
Social Welfare Department
ਸਮਾਜ ਕਲਿਆਣ ਵਿਭਾਗ

ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਏ ਅਤੇ ਸਮਝਾ ਕਰਨਾ
Strengthening Families and Combating Violence