

مصیبت بند راستہ نہیں ہے، مگر خودکشی ہر شے کا خاتمہ ہے۔

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

خودکشی ایک پیچیدہ معاملہ ہے جس کے کثیر پہلوئی اسباب ہیں جن میں حیاتیاتی، سماجی اور نفسیاتی عوامل شامل ہیں جو کہ باہم تعامل کرتے ہیں۔ اگر آپ یا کوئی ایسا جس کو آپ جانتے ہیں جذباتی خلل کا شکار ہو، بحران میں ہو یا خودکشی کا رجحان پایا جائے تو، براہ مہربانی درج نیل ایجنسی سے رابطہ کریں یا معاونت کے لیے ہاٹ لائنز پر کال کریں۔

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.



دی سماریتن بیفرینڈرز ہانگ کانگ - سوسائٹیڈ کرائسس انٹروینشن سنٹر (SCIC)
The Samaritan Befrienders Hong Kong -
Suicide Crisis Intervention Centre (SCIC)

سروس انکوائریز - سوسائٹیڈ کرائسس کونسلنگ
Service Enquiries - Suicide Crisis Counselling 2341 7227

خودکشی والے افراد کے رشتہ داروں اور دوستوں کے لیے مشاورتی ہاٹ لائن
Consultation Hotline for Relatives and Friends of the Suicidal People 2319 1177

ChatPoint (آن لائن چیٹ سروس)
ChatPoint (Online Chat Service) <https://chatpoint.org.hk>

24- گھنٹہ ہاٹ لائنز (۱۱۱) (الایہ کہ بصورت دیگر خصوصی ذکر کیا جائے) (۱۱۱)
24-Hour Hotlines (111) (unless otherwise specified) (111)

| | | |
|---|--|---|
|  | سوشل ویلفیئر ڈیپارٹمنٹ ہاٹ لائن Social Welfare Department Hotline | 2343 2255 |
|  | کارٹس کرائسس لائن Caritas Crisis Line | 18288 |
|  | ہاسپٹل اتھارٹی - مینٹل ہیلتھ ڈائریکٹ Hospital Authority - Mental Health Direct | 2466 7350 |
|  | خودکشی سے بچاؤ کی سروسز - خودکشی سے بچاؤ کی 24- گھنٹہ ہاٹ لائن سروس Suicide Prevention Services - 24-hour Suicide Prevention Hotline Service | 2382 0000 |
|  | دی سماریتن - خودکشی سے بچاؤ کی کثیر لسانی 24- گھنٹہ ہاٹ لائن The Samaritans - 24-hour Multi-lingual Suicide Prevention Hotline | 2896 0000 |
|  | دی سماریتن بیفرینڈرز ہانگ کانگ - 24- گھنٹہ جذباتی اعانت کی ہاٹ لائن The Samaritan Befrienders Hong Kong - 24-Hour Emotional Support Hotline | 2389 2222 |
|  | ٹنگ واہ گروپ آف ہاسپٹل - CEASE کرائسس سنٹر ہاٹ لائن Tung Wah Group of Hospitals - CEASE Crisis Centre Hotline | 18281 |
|  | ہانگ کانگ فیڈریشن آف یوتھ گروپس - یوتھ لائن (برائے عمر 6 تا 24) Hong Kong Federation of Youth Groups - Youthline (for age 6 to 24) | 2777 8899 سویوار ہاٹ لائن 2 بجے شام تا 2 بجے صبح Monday to Saturday 2pm to 2am |
|  | دی سماریتن بیفرینڈرز ہانگ کانگ - انگریزی میں جذباتی اعانت کی ہاٹ لائن The Samaritan Befrienders Hong Kong - English Emotional Support Hotline | 2389 2223 سویوار نامہ جمعہ 6:30 بجے شام تا 10:00 بجے شام Monday to Friday 6:30 to 10:00pm |

