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

Social Welfare Department

Strengthening Families and Combating Violence

سوشل ویلفیئر ڈیپارٹمنٹ

خاندانوں کو مضبوط بناتے ہوئے اور تشدد سے نپٹتے ہوئے

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

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.

**خودکشی ایک پیچیدہ معاملہ ہے جس کے کثیر پہلوی 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 ذیل ایجنسی سے رابطہ کریں یا معاونت کے لیے ہاٹ لائنز پر کال کریں۔**

|  |  |
| --- | --- |
| **The Samaritan Befrienders Hong Kong** – **Suicide Crisis Intervention Centre (SCIC)**  **دی سماریٹن بیفرینڈرز ہانگ کانگ – سوسائیڈ کرائسس انٹروینشن سنٹر (SCIC)** | |
| Service Enquiries – Suicide Crisis Counselling  سروس انکوائریز – سوسائیڈ کرائسس کونسلنگ | 2341 7227 |
| Consultation Hotline for Relatives and Friends of the Suicidal People  خودکشی والے افراد کے رشتہ داروں اور دوستوں کے لیے مشاورتی ہاٹ لائن | 2319 1177 |
| ChatPoint (Online Chat Service)  ChatPoint (آن لائن چیٹ سروس) | https://chatpoint.org.hk |

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

December 2022 (Urdu)