



香港撒瑪利亞防止自殺會 Since 1960
THE SAMARITAN BEFRIENDERS HONG KONG

2012年9月 (非賣品)

64

生命交流

今期主題：
家

序

總幹事 曾展國

中國幾千年的文化，深受儒家思想影響，尤以人倫為甚，「孟子滕文公篇上」論到五倫謂：「父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信」，其中談及父子、夫婦及長幼，都直接或間接與家庭崗位有關係，這種思想，構成中國人家庭觀念的基礎。

可是，在香港這現代化城市，經濟發展與社會的變遷使家庭崗位越來越變得模糊，妻子要上班，做丈夫的往往要分擔家務，有時甚至角色互換，再加上個人主義的抬頭，家庭的重要性日漸被淡化，中國人舊有的傳統家庭崗位概念，已不容易應用在現今的社會了！

認識一個家庭，丈夫因生意不好，沒有工作，賦閒在家。他也盡量配合這轉變，很多時做了母親的角色，照顧孩子及處理家中的瑣碎事務，而妻子便變成家庭的經濟支柱。這本來也不是一個甚麼問題，只要大

家互相尊重對方的角色便是了。但漸漸地，妻子因為自己的賺錢能力越來越強，在家中的霸氣也「培養」出來了，經常以吩咐的口吻要丈夫做這做那，有時稍有不愜意，就算有外人在場，也不留情面地出言責罵，行為上完全忘記了大家是夫妻關係。

常聽人說家庭要和諧，那是甚麼意思呢？和諧一詞，本用於形容動聽的音樂，每一粒音符雖各自獨立，卻因各自發揮其崗位的功能而編織出旋律優美的樂曲。用於形容家庭，就是每一個成員都在其家庭崗位上盡本份，這本份的界線現在雖然是模糊的，甚至已不再存在，但無論如何，家庭成員都必須在盡自己的本份之餘，也要尊重及欣賞其他成員對家庭所付出的一切，縱然這些付出不能量化，不能衡量，也不可用鈔票來計算。這樣，一個和諧的家庭樂譜才能演奏出來，讓人陶醉，讓人感動。

目錄

序	1
專題文章	
關愛家庭	2
和諧方程式	3
家。多一點關懷	4
自殺危機處理中心及生命教育中心十周年慶典	5
熱線中心	6
自殺危機處理中心	7
生命教育中心	8
專業培訓及發展中心	9
關懷身邊人基金	10
“Tellmenow” apps	11
捐款表格	12

touch 生機處處
香港撒瑪利亞防止自殺會熱線

alive 跨躍明天
自殺危機處理中心

grow 熱愛生命
生命教育中心

care 推己及人
關懷身邊人基金

關 愛 家 庭

鄧國永博士

一個家庭由二人開始組成，然而家的壯大與否則視乎家的基石是否紮實或鞏固！那麼是甚麼使家的基石紮實一點、鞏固一些？答案很簡單，就是『愛』！

夫婦是構成愛的重要『核心』，但是，這顆『心』會受到生活上的各種衝擊，可能變得脆弱或甚至變質。若要抵禦外來的突襲，夫婦便要不斷『自強』！即二人同行，互相扶持和挽手向前。『講就天下無敵，做就無能為力！』尤其於心有不忿之時，真的談何容易!!!

就讓我結合個人的經驗與輔導的專業，和大家分享少許我的故事。

“ 仍然記得那天雨下過不停，天氣鬱熱。我剛放工回家坐在沙發上，人是回家了，但滿腦子課堂的事，而心仍留在書室中。在我心神未合之際，太太『三番四次』走過來，喋喋不休地勸說：『累嘛！早些梳洗，免得晚飯後要看電視，又耽誤休息了！』就在這一刻，我的頭頂冒煙，立即帶點不耐煩地回應：『你給我一陣子空間好嗎？我累透了！』此時，太太臉頰通紅，不發一言，自顧的往廚房繼續未完的事。就是這樣，我們『斷送』了一頓用心炮製的晚餐！

太太燒飯後沒有用餐，把自己關在房裡... 仍然不發一言！我掙扎也內疚、氣憤也不甘心！我透了大氣，但仍氣結心頭！我再次閉上眼輕輕呼吸，心裡突然浮現我倆昨天的玩笑，甚至聽到大家開開心心的笑聲。此刻，我立即從沙發跳起，發現太太原來已站在我面前！大家不約而同向對方說：『對不起！』... 大家也笑了!!! ”

從一個當事人(我)而言，究竟什麼使我倆避免了一場意氣之爭？又是什麼驅使我兩安靜下來，暫時逗留在各自的空間？

從一個輔導人員而論，在輔導的歷程中，我們可以如何善用這些情境：

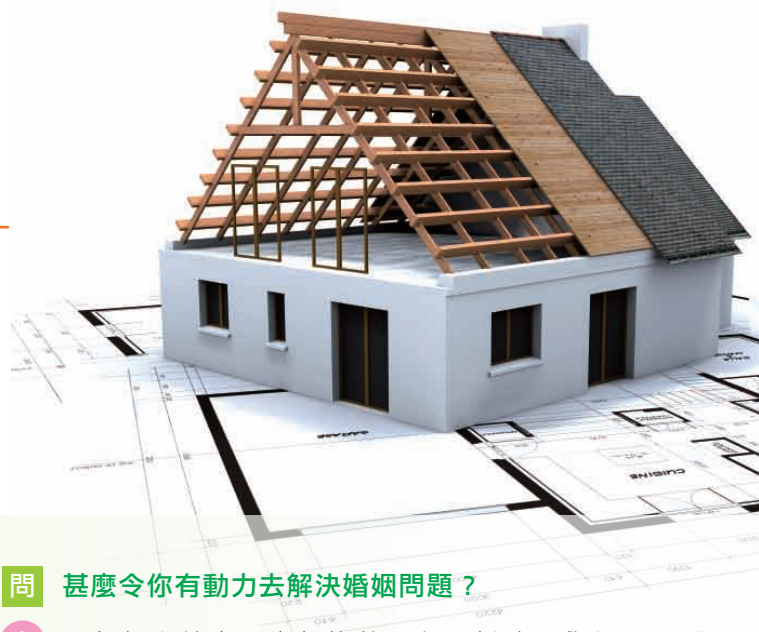
- (1) 協助當事人發掘當刻雙方的內在資源，包括：個人的特性、內在反應、情感互動關係等；
- (2) 強化當事人如何運用這些內在資源，使他們能夠處理當刻的情緒之外，也能掌握及了解雙方的反應，把一場原本是家戰的爆發，轉化成一個增進大家感情的好機會。

我深信一個家，夫妻的相處，如能於角色及位置作出相應的調教和彈性走位，大家自能揮灑自如，更可以於不同的突變中，為雙方增添力量，家的基石和核心自然穩如泰山。關鍵在於遇事之前，我們有否作好準備。



和諧方程式

受訪的這對夫婦，出身於一般家庭，婚後育有一對孿生兒子，收入穩定，可謂小康之家，看似頗美好的家庭，其實也有困難的時候，且看他們如何積極面對。



問 你們可以簡述一下家庭狀況嗎？

夫 我們結婚十七年，育有兩個兒子，夫婦二人均在職，兒子們升中二。與一般中產家庭一樣，有自己的物業，也有一些積蓄，經濟狀況不用擔心。

問 一般人對中產家庭都有既定的家庭崗位觀念，你們又怎樣呢？

夫 我們沒有既定的家庭崗位觀念，只是誰能擔當就誰去做，家庭角色不用分得太清楚，但大家要互相配合補位，就算一對兒子也要分擔家務，尤其我們沒有聘請外傭。這好處是可以互相配搭、替補，可以互相支持；壞處是分工不清晰，大家互相期望對方去做，但這種情況不多。

問 每個家庭的角色有各自的困難要面對，你們有嗎？

妻 我覺得要正面地去看事情，只要思想正面，多點正能量，事情也會較容易解決。

問 你們十七年的婚姻生活中，有沒有遇到困難？

妻 有。約三、四年前，我想在工作中停下來，做家庭主婦；當家庭角色轉變時，先生並不配合，令自己覺得沒有價值，像個傭工。

問 那怎樣解決這困難？

妻 開始時沒有甚麼辦法，對他很多埋怨，覺得他沒有改變來配合我，最後甚至到了大家不能溝通的程度。後來我們一起去見輔導員，當中提到很多彼此之間不知道的想法，不用互相猜測，令關係上有很大的突破。

問 甚麼令你有動力去解決婚姻問題？

妻 不想輕言放棄，當想挽救一段關係時，覺得不能坐以待斃，一定要做些事情。不過當中有個大原則，就是要盡量考慮到對方，不要做令問題變得惡化或大殺傷力的事情，以致難以補救。

問 養育子女不容易，要用很多金錢、時間和心機，當中經過甚麼艱難和壓力？

夫 困難和壓力自然有，但用恩典的角度看，有家庭有子女是恩典，當中雖然辛苦，但付出是必然的，所以焦點不放在困難，而放在當中的開心、愉快上。

妻 其實兩個孩子小時候都有發展遲緩的情況，但幸好發現得早，很早已帶他們參加培訓。雖然擔心，但正面地看幸好知道怎樣求助，令他們的情況有改變。

問 處理這方面大家有沒有不同的看法？

夫 我一直也用樂觀的態度去看，不像太太一樣擔心和緊張，但我也瞭解太太的擔心，所以我也支持太太的做法，只是心態上用另一種處理方法。

妻 在一般家庭，有些父親會埋怨，但他沒有，而且他都盡量參與培訓。

問 有沒有憧憬家庭的將來？有甚麼具體的做法？

夫 不論將來家庭各方面如何，若家庭有健康的信仰作基礎，在建立家庭的方向和精神上，便會有健康的發展。其次是父母有多方面的涵養是重要的，不要只跟着別人的做法，而是家長需要有涵養和知識去瞭解自己及子女要做甚麼、發展甚麼，這樣才對家庭有好處。

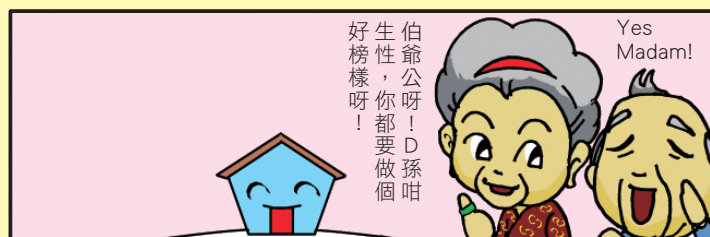
妻 我認為一家人之間要放下自己，要互相遷就。其實了解家人的喜好，也可以培養彼此的感情；另一方面是支持，大家的想法不一定一樣，但要相信和支持他們，就算父母對兒女也是這樣，小時候會由父母做多些決定，到青年時期，會將責任和決定權給他們。

問 我看到子女在角色上的轉變，以前需要管教及引領，現在開始有轉變？

夫 可能是，當子女逐漸長大，他們會有自己的想法和自己一套思想，角色上會有些變化，但事情很按步就班和順理成章，只需跟着步伐調節和轉變，不用擔心當中的變化。我們傾向家庭角色不一定永遠一樣，會隨時間、年齡、家庭變遷而改變，但家庭成員就着變化主動和樂於調整，就會有一個和諧的家庭。

後記

大家看到這家庭的特別之處嗎？互相分擔、互相包容、互相溝通、互相尊重，這不都是老生常談的家庭相處之道嗎？又有何特別之處？筆者從這訪問中看到，和諧關愛的家庭，原來真的不難做到，是我們是否願意放下自我，以家人的需要為先罷了！



家。多

點
關
懷

故事：莫明
圖：奇妙

自殺危機處理中心及生命教育中心十周年慶典

圓 滿 結 束



眾嘉賓合照

本會自殺危機處理中心及生命教育中心今年正值十周年，特此舉行十周年慶典，並很榮幸邀得兩間中心撥款機構的代表社會福利署署長聶德權太平紳士及香港賽馬會慈善事務執行總監蘇彰德先生蒞臨主禮。

當日慶典的內容豐富，除邀得兩位嘉賓致辭及主禮十週年慶祝儀式，亦有服務使用者及義工現身說法，如自殺危機處理中心服務受助者林雪濤先生講述戰勝抑鬱的自身經歷及生命教育中心的「珍惜生命大使」程凱麗女士分享參與義工過程的難忘經驗及如何運用義工課程中所學的輔導技巧去幫助他人，以生命影響生命，讓社區人士得到更多關懷。

感謝各界的支持，令是次慶典得以圓滿結束，並獲廣泛報導，期望能藉此提升社會對預防自殺的關注！



香港撒瑪利亞防止自殺會主席黃祐榮先生（右）送贈紀念品予社會福利署署長聶德權太平紳士（左）



香港賽馬會慈善事務執行總監蘇彰德先生致辭



珍惜生命大使程凱麗女士（左）及生命教育中心主任顧穎娟小姐（右）分享



自殺危機處理中心服務受助者林雪濤先生講述戰勝抑鬱的自身經歷

義工招募！

熱線中心緊守24小時求助熱線的服務，實有賴一班義工的積極參與！新一期義工招募將於本年度10月中開始，只要年滿20歲及中五以上學歷，就可申請加入本會義工，查詢詳情可致電2790 8844。且聽聽其中一位資深義工的心聲：

聽聽義工心

與其他義工不同，本會的熱線義工需付出較長時間，不但每週當值，而且每每接聽求助電話時會遇上難題、挫折，要能夠堅持繼續義工的道路，實不容易。正如有17年經驗的資深義工Vincent所言，「有時義工會因為覺得自己幫不到人而不開心，但我們要明白，對求助者而言，有人聽自己傾訴已經是很好的事，其他的都是bonus（額外獎勵）。」我們期望更多有心人，承傳及堅守「聆聽」的信念！

「拼發義工生命力量小組」

「拼發義工生命力量小組」是為新加入的熱線義工而設的成長小組，小組為期3年。成立目的是想透過定期小組聚會，在義工加入本會的頭3年，為他們提供情緒關顧、技巧提升、自我認識及義工維繫等支援。期望一群新義工能得到一個全面性的關顧及發展，更重要的是維繫義工之間的緊密關係，達致彼此支持、互相鼓勵的效果。在人性化關愛他人的同時，我們亦要時刻關顧自己的義工！



周年大會

周年大會是本會一年一度的盛事，並在6月30日無懼風雨之下順利舉行。當日出席的會員非常投入，氣氛良好。透過是次周年大會，我們通過修改會章，令本會的制度更完善。

聚餐

6月是本會的重要月份，因每年本會的周年大會及聚餐均於6月尾舉行。而今年聚餐主題為「凝聚、同心、創未來」，我們寄望大家同心協力，將「撒瑪利亞人」的精神承傳下去，開創更關愛的未來。



未完的小說(8)

治療小組

透過小組，讓參加者舒緩因親友自殺身故而帶來的情緒和壓力，亦藉同路人的互相鼓勵，學習以正面積極的態度，建立並適應新生活。

小組詳情

日期	2012年10月12日至11月23日(逢週五)及11月29日(週四)共十節 ~ 包括戶外活動兩節 於 11月11日(日)舉行(地點待定)
時間	晚上 7:30 至 9:00
地點	九龍石硤尾白田邨第三座 207-214 室 (石硤尾地鐵站C出口步行約10分鐘或A出口乘搭9M小巴)
費用	\$35 (領取綜援或有經濟困難者可申請減免)
名額	6-8人
報名方法	請填妥報名表格郵寄本中心或傳真至 2341-7007
截止報名日期	2012年9月28日(星期五)
電話查詢	2341-7227 社工曾姑娘 或 何姑娘
電郵查詢	alive@sbhk.org.hk
備註	報名人士需出席一次面見，以了解彼此對小組的期望， 面談時間將另行通知。

對象

受摯愛親朋自殺死亡困擾的人士

內容

1. 認識情緒與認知的關係
2. 撰寫未完的小說(想說的話)
3. 戶外活動，舒展身心
4. 重建新生活

組員感受

- 有著同路人的支持及互相分享，哀傷心情舒緩了不少
- 認識了不少同路人，感到自己不是孤單，並可在小組中表達感受
- 小組之療程有幫助，如教導應盡情抒發感受及方法，均有嘗試及覺得有效用

新書

「唔死？吾得！」 從自殺邊緣走出來！

生活迫人，困擾處處。雖欲堅強應對，卻又談何容易！壓力日積月累，容易令人不勝疲憊，甚至出現輕生念頭，形成自殺危機！有見及此，自殺危機處理中心特別將真實的求助案例編纂成書，透過當事人的現身說法，分享他們的心路歷程和解困智慧，與讀者們在不同的逆境之中相扶共勉！同時本書亦收錄了多位合作伙伴和中心同工們的專業文章，從社會工作的學術與實戰的雙重角度出發，讓讀者深入淺出地領略自殺危機輔導工作的專業內涵和對生命的重視，藉此提高大眾對自殺人士的關注，鼓勵當事人積極求助，預防悲劇的發生。謹此誠意向各界推薦本書，希望它能為您和身邊人帶來豐富的得著！

現在各大書局有售，查詢請致電：
2319 2688



珍惜生命 把愛傳出去

生命教育中心一直秉承「預防自殺，由教育開始」的宗旨，致力將預防自殺及珍惜生命的訊息擴展到社區每一個角落。本年4-6月期間，生命教育中心共舉行9次講座及1場專業培訓活動，總服務人數為1,784人。

同時，第22期珍惜生命大使亦已完滿結束。

本期合共21位義工完成為期兩個月的訓練。

他們分別完成了認識自殺課程，並到澤安邨及荃灣山區探訪獨居長者，更為視障及智障的朋友舉辦了一次活動。且看義工們參與活動後的心聲。



1/6/2012 香海正覺蓮社佛教正慧小學
做個「潮」家長講座



7/6/2012 基督教勵行會（旺角服務中心）
「積極人生」講座

珍惜生命大使心聲

朱惠珍

參與大使課堂後，學懂積極人生、關懷有需要幫助的人。認識到以往未知的社會問題，更結交了一班志同道合的同學！

林旭然

參加後，提醒自己要感恩，並在有能力付出的時候踏前一步，幫助別人。

霍惠娟

認識不同階層的感受，增加正能量，有助面對日後更多的困難。

鄭銘韜

我體會到人與人之間的隔膜，是需要愛來打破的！而愛亦是需要「講」出來及「行」出來的！



招募

第廿三期「珍惜生命大使」義工訓練將於本年十一月至翌年二月舉行，如果你有意成為「珍惜生命大使」，請即行動，到本會網頁：www.sbhk.org.hk 下載申請表格報名！

- 訓練內容 自我認識、認識香港自殺狀況及自殺警號、義工實務技巧及社區探訪實習等
- 對象 18歲或以上人士
- 截止報名日期 2012年10月8日
- 報名查詢 2319 1269 顧姑娘

提升專業 · 豐富生活

關於專業培訓及發展中心

香港撒瑪利亞防止自殺會於2005年成立「專業培訓及發展中心」，專門舉辦與輔導及心理治療相關的培訓課程，著重認知、技巧及價值澄清方面的訓練，使參與學員於受訓後能實際應用於職場和日常生活。課程特色著重個人反思、團體互動、經驗分享、技巧訓練和個案討論。

2012年10月至12月證書課程 / 短期課程 / 工作坊

編號	課程	內容	上課日期 時間 / 節數	導師	費用
CC12200	特殊需要兒童輔導證書課程	此證書課程旨在讓學員認識各種常見的兒童發展障礙，了解當中的成因、特點及兒童在成長中的發展障礙。課程中會透過講授及臨床經驗分享，讓學員有效掌握課程之內容。	30/10-18/12 (逢星期二) 共8節 19:00-22:00	臨床心理學家 林皓明先生	\$3100 早報優惠： \$2790
CC12201	婚姻治療基礎理論與技巧證書課程	此證書課程旨在讓學員明白婚姻治療的基本知識，及裝備學員於處理相關工作時的技巧。	30/11-14/12 (逢星期五) 10:00-18:00	臨床心理學家 何念慈小姐	\$3100 早報優惠： \$2790
CC12202	精神分析心理治療基礎理論與技巧證書課程	這課程將會由淺入深地介紹精神分析心理治療。除了基本的理論概覽外，課程亦會囊括個案分析、介入、評估及治療等實用技巧。導師亦會安排實踐練習，讓學員將所學融會貫通。	待定	輔導心理學家 萬家輝博士	\$3100 早報優惠： \$2790
CC12203	混合藝術媒介活動體驗與應用證書課程-個人探索與成長	本課程主要透過混合藝術媒介創作活動，讓參加者從第一身去體驗藝術活動在個人成長中及應用於助人行業所帶來的效果。本課程將安排部分篇幅介紹藝術理論及相關之技巧運用。	09/11-14/12 (逢星期五) 19:30-22:00 共6節 名額:10個 (小班教學)	資深社工兼 藝術工作者 廖國康先生	\$2900 早報優惠： \$2610
SC12204	微笑表情工作坊	本課程將首創先河，透過訓練、互動和分享，以微笑作媒介，連結並提升人際間的溝通質素。學員不但能得到笑/微笑的種種好處，而且可以改善自己，更可由自己出發感染別人，為他人帶來好處。	29/10(一)及 05/11(一) 共2節 19:30-21:30	資深培訓專家 羅振光博士	\$550 早報優惠： \$495
SC12205	自殺危機評估及介入工作坊	透過分享本會在熱線輔導及自殺危機處理的工作經驗，讓參與學員掌握自殺危機的評估及介入技巧，以加強辨別自殺危機個案，並在處理相關之個案時能夠作出適當的回應及提供支援服務。	01/12(六) 10:00-17:00	本會資深危機 輔導員 刁佩碧姑娘	\$630 早報優惠： \$580

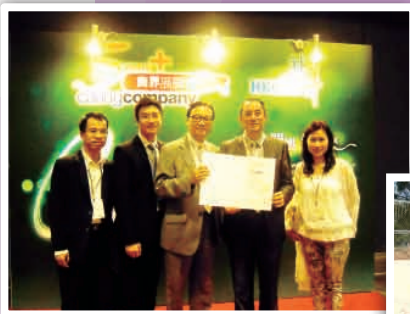
如欲了解更多課程內容及下載報名表格，歡迎致電 2319 1269 或瀏覽本會專業培訓及發展中心網頁 <http://www.sbhk.org.hk/training>。您亦可以發電郵到 training@sbhk.org.hk 申請成為網絡會員，以便定期收到最新的課程資訊。

「商界展關懷」 一起推廣關懷互助的訊息！

於 2011 年度成功提名八間機構獲得「商界展關懷」標誌，排名不分先後，包括：



感謝各機構對本會工作的支持，期盼彼此在不同的領域上一起推廣關懷互助的訊息。



廖創興企業有限公司義工參與本會入校的生命教育活動及贊助本會自殺者親友出席《北京預防自殺研討會》之旅費等等



種子森林有限公司



高清製作有限公司協助及資助本會拍攝和製作『生命教育及防止自殺』的教材，對本會推動防止自殺和生命教育工作起了重大幫助。



誠信清潔服務有限公司義工探訪瑞田樓的長者屋、捐贈探訪物資及贊助本會推動防止自殺和生命教育工作。



華潤物業管理有限公司



禮品廊

全新手機 apps 概念！

“Tellmenow” Download apps for charity!



完成問卷 = 協助本會調查港人情緒健康 = 捐\$

本會今年與 Consumer Power Tech 合作，推出有關情緒健康的全港性研究調查。本會一直致力推行防止自殺的工作，希望藉是次研究全面性地了解港人情緒健康，如情緒困擾的因素、遇上困擾會否傾訴求助、甚至有否想過自殺等等。透過調查，使本會更掌握大眾的情緒健康，亦讓本會貼近社會的需要，有助推行更多適切的服務。

大家只需使用智能手機下載“Tellmenow” apps，完成有關情緒健康的問卷調查，即可有助本會進行研究。

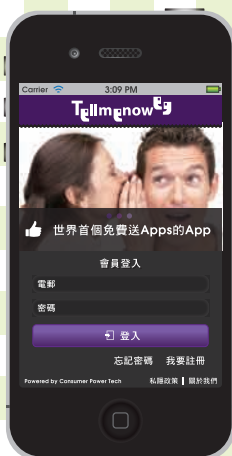
另外，本會亦同時成為 Consumer Power Tech 其他調查研究的受惠機構，大家只要完成“Tellmenow” apps 內任何問卷調查後，便可選擇把積分捐助本會，每完成 1 份問卷調查，即可獲 1 積分，大家可選擇將積分化作捐款，每 1 積分 = \$8。

有關“Tellmenow” apps 將於 2012 年 9 月面世，大家請即到 app store (iphone) 或 Google Play (Andriod) 下載！

(註：有關情緒健康的全港性研究調查的抽樣樣本為 500)
(部份調查研究的對象需經過篩選)

步驟：

1



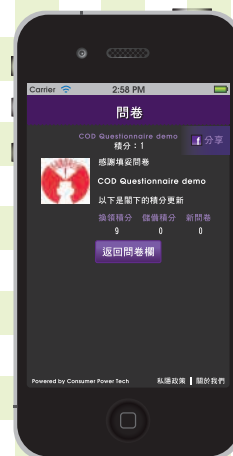
先到 App Store 或 Google Play 下載“Tellmenow”

2



到「會員登入」輸入電郵及密碼。如第一次使用請先到「我要註冊」開啟「新增帳戶」並輸入有關的資料

3



完成問卷！

4



每完成 1 份問卷後可得 1 分積分，大家可以選擇把積分化作捐款支持本會 (每 1 積分 = \$8)



Consumer Power Tech 介紹：

創立於 2011 年，致力透過高科技的使用與社會大眾進行深入的接觸，為客戶提供專業的市場研究服務，並率先發展手機應用程式「Tellmenow」，透過手機拉近與社會大眾的距離，大家只要透過「Tellmenow」完成問卷調查，直接告訴企業心聲及想法。同時，亦可以免費獲得積分，以換取喜歡的 apps 或捐贈予社福機構。

攜手支持拯救生命的工作

預防勝於補救，推廣珍惜生命是極為重要。激發自殺的念頭或許很多，但導致自殺的其中一個因素可能包括面對逆境的能力及缺乏關心，希望您能支持我們的工作，讓我們加強對珍惜生命、關懷身邊人訊息的推廣，及提供適切的關懷以預防自殺。

有您支持，香港多點關懷，拯救更多珍貴的性命
一起同行 關懷身邊人

1 請支持 香港撒瑪利亞防止自殺會 Since 1960 THE SAMARITAN BEFRIENDERS HONG KONG 拯救更多珍貴的性命

- ☐ 我願意成為「生命同行者」，每月定額捐款：☐ HK\$300 ☐ HK\$150 ☐ 其他\$ _____
- ☐ 我願意一次過捐款 ☐ HK\$3,000 ☐ HK\$1,500 ☐ HK\$500 ☐ 其他\$ _____

2 捐款者資料

英文姓名 _____ 中文姓名 _____

身份證號碼 _____

地址 _____

聯絡電話 _____ 電郵 _____

3 捐款方法

- ☐ 銀行自動轉賬（授權書於稍後寄上）【「生命同行者」捐款主要方法】
- ☐ 劃線支票（抬頭請寫：香港撒瑪利亞防止自殺會）
- ☐ 直接存入本會銀行戶口：（中國銀行戶口：012-758-100-14680）
- ☐ 繳費靈：18033，本會商戶編號 9412

請將填妥之表格連同捐款支票／銀行入數紙寄往本會（地址：九龍白田邨第三座 207-214 室）。
如申請成為「生命同行者」，亦可把填妥之表格傳真 3016 2688。

「生命交流」已上載網站 <http://www.sbhk.org.hk/>
(如不欲收到印刷版本，請電郵 prsky@sbhk.org.hk)

會 籍 (a) 國際防止自殺會 (IASP)
(b) 香港社會服務聯會
(c) 香港公益金

編輯委員會成員 梁碧茵 廖素芬 林慕華 尹艷明
黃桂香 郭明生 蘇健欣

謝謝你的支持!



香港撒瑪利亞防止自殺會 Since 1960
THE SAMARITAN BEFRIENDERS HONG KONG

地址：九龍白田邨第三座 207-214 室

一般查詢：2319 2688 24 小時求助熱線：2389 2222

☎: www.sbhk.org.hk

📘: www.facebook.com/sbhk.org

✉: prsky@sbhk.org.hk



香港公益金會員機構
A Member Agency of the Community Chest

捐助機構
Funded by:



香港賽馬會慈善信託基金贊助
Sponsored by The Hong Kong Jockey Club Charities Trust



優惠級