

# 陪伴、關心、聆聽 為青少年做好“健康守門員”

為預防及減免青少年自傷及高風險自殺行為，及早對高危及患病人群進行評估及診療是其中一項重要措施，患病青少年能適時獲得治療即能大大減免不良事件的發生，同時亦能提升青少年成長發展優勢、社交及學習能力。



倘家長發現子女近期

性格改變

情緒不穩定

容易落淚

飲食失調

睡眠問題

鬱鬱寡言

孤立自己

喜好突然改變

請家長特別留意，多陪伴，多關心，多聆聽，倘有需要，請與教師、學生輔導員、社工及專業人士諮詢意見，尋求協助及解決方法，或帶同子女就醫，及早介入，及早治療，是可以完全康復的。

## 求助資訊：

衛生局精神科傳真號碼：8390 8306

社會工作局輔導熱線：2826 1126

教育及青年發展局輔導熱線：2840 1010

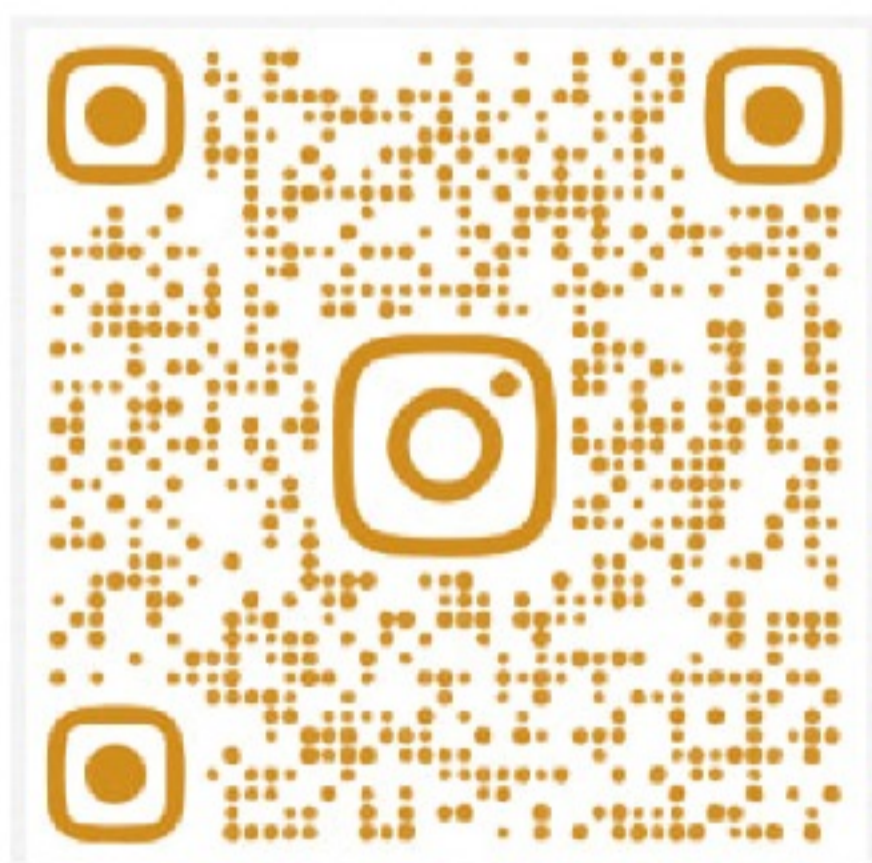
明愛生命熱線：2852 5222（24小時）



教青局教育心理輔導  
及特殊教育中心網頁



澳門明愛  
凱暉生命教育資源中心  
Facebook專頁



澳門明愛生命熱線  
網上陪伴平台  
“啱下氣” IG帳號



聖公會澳門社會服務處  
On Channel 聊天室

