

# 常見問題 & 服務詳情

為居於東南英格蘭嘅香港 BN(O) 而設 • 免費 • 保密 • 廣東話



## 呢個服務係咩？

啱嚟到英國，除咗適應新生活，可能仲會面對思鄉、孤單、擔心屋企人、搵工，或者子女適應學校等壓力。Wellbeing Matters 由香港人團隊提供免費、保密嘅情緒支援同專業輔導，陪你一齊面對。你唔需要好嚴重先可以搵我哋 — 想搵人傾吓、整理下情緒，一樣歡迎。

## 邊個可以參加？



個人  
一個人嚟都得



兒童及青少年  
6-17 歲，6-11 歲需家長陪同

## 常見問題

### Q 收費嗎？

完全免費。

### Q 用咩語言？

廣東話；輔導員都係香港人，明白你背景（唔識英文都得）。

### Q 會保密嗎？

會。按英國 GDPR 及 Safeguarding Policy 處理；除非涉及安全風險先會披露。

### Q 邊個可以使用？

居東南英格蘭嘅香港 BN(O)：成人、6-17 歲兒童青少年。

### Q 網上定面對面？

主要網上（Google Meet）；6-11 歲兒童可安排面對面。

### Q 輔導員有咩資歷？

由英國 BACP 註冊嘅專業輔導員提供。

### Q 一次傾幾耐？

每節約 45 分鐘至 1 小時。

### Q 幾耐一次？

一般每星期一次；輔導員會因應你嘅需要建議頻率，亦可以每兩星期一次。

### Q 要等幾耐？

名額有限，一般約 1-4 星期。

### Q 有幾多次輔導？

每人最多 6 次。

### Q 可以幫移民問題嗎？

唔提供移民建議；另有受 IAA 規管嘅移民服務，可內部轉介。

### Q 點樣開始？

掃 QR 或電郵填寫轉介表格；我哋兩個工作天內回覆。

溫馨提示：名額有限，或需輪候；若你已喺其他機構接受輔導，未必可同時提供。

## 本服務並非緊急支援

如有即時危險請致電 999 • 緊急精神健康 NHS 111（選項 2）  
Samaritans（免費 24 小時）116 123 • 或短訊 SHOUT 至 85258



## 立即報名 • 了解詳情

掃描左邊 QR 填寫轉介表格

或電郵 [wellbeingmatters@hkaid.org.uk](mailto:wellbeingmatters@hkaid.org.uk)

[hkaid.org.uk](https://hkaid.org.uk)

