



Boloh

熱線

香港英國公民(海外)支援資訊

Believe in
children
 Barnardo's

關於 Boloh 熱線


Boloh 是一個幫助熱線，為在英國定居的香港英國公民提供支援和建議。熱線服務時間為星期一至星期五上午 10 點到晚上 8 點，星期六上午 10 點到下午 3 點。服務熱線的工作人員要麼來自黑人、亞裔和少數族裔社區，要麼有著為這些社區的兒童、青年、家庭和成人提供服務的專業經驗。

幫助熱線不僅僅是一種傾聽服務；還透過電話及網上聊天，提供物質及情感上的支援，並可引薦社區內的其他專業服務。在一個新的國家定居極具挑戰性，因此我們設立了一個專門的心理治療師團隊，他們可以隨時用粵語和英語為您提供心理治療支援。

我們能提供什麼幫助？

您是要在英國定居的香港英國公民嗎？

- 在重新安置問題上，您是否需要幫助和建議，比如找房、獲得醫療保健、教育、英語課程或就業？
- 您需要一些物品來幫您更舒適地落戶嗎？
- 您或您的孩子是否需要向某人來傾訴經歷？



這段時間內，您可以和我們談談您的擔憂、問題和壓力。我們可以為您提供情感支援、建議或將您轉介到其他可以提供進一步幫助的機構。我們專門為成人和兒童提供支援。您可以透過我們網站上的即時聊天與我們聯絡或交談。您不需要告訴我們您的詳細資訊，但如果您想被轉介到我們的心理治療師團隊或其他服務機構，我們需要獲取您的具體資訊，並在您同意的情況下與之分享。您可以請其他機構代您聯絡熱線。



聯絡熱線時， 會發生什麼？

您會收到某個友好的熱線顧問的回復，他/她會告訴您您和/或您的孩子(們)正在經歷什麼。熱線顧問將會傾聽您的訴說，幫您決定您需要的支援和建議。在經您許可的情況下，熱線顧問會和您通幾次電話，然後他們可以安排在您合適的時間給您回電。熱線顧問可以安排您和/或您的孩子與心理治療師進行六次諮詢；如果需要，還可以提供進一步諮詢。這些諮詢將在適合您的時間裡，以適合您的頻次透過電話或虛擬會議的形式進行。第一次和第六次諮詢時間均為 45 分鐘，旨在對您面臨的三個關鍵難題進行初步評估，最後一次諮詢將討論並記錄服務期間

取得的進展。第二至第五次諮詢每次 30 分鐘，包括治療支援，旨在解決在第一次諮詢時確定的關鍵難題。

我們的願景，是要讓屬於香港英國公民身份的青年人及其他們的家人以及成人，都能擁有強大的內心，以應對重新定居及其他方面的挑戰。我們非常希望能與您共同實現這一願景，因此如果您需要支援，請透過以下方式聯絡我們：

免費電話：0800 151 2605

電郵地址：boloh.helpline@barnardos.org.uk

網址：helpline.barnardos.org.uk



Believe in
children
 Barnardo's