

# 你並不孤單，

## 讓我們陪你一起 走過難關



當你感到難過、絕望或壓力太大時，請記得

### 1 留意情緒

最近心情  
好低落...



### 2 主動關懷

最近過得  
還好嗎？

嗯...  
有需要  
聊聊嗎？



### 3 陪伴支持

我覺得很累，  
沒人懂我...

我在這裡  
陪著你。



### 4 尋求資源

我陪你一起  
尋求專業協助，  
我們一起  
想辦法！



感覺撐不住時，請撥打

24小時免費安心專線



# 1925

依舊愛我

♥ 花蓮縣社區心理衛生中心 ♥

📍 花蓮市

☎ 03-8351885

📍 鳳林鎮

☎ 03-8760208

📍 玉里鎮

☎ 03-8888002

♥ 花蓮縣衛生局 花蓮縣身心健康及成癮防治所 關心您 ♥

廣告

# 15~45歲青壯世代 心理健康支持方案

服務對象

**15-45歲**  
**青壯族群**

補助

**3次免費**  
**諮商服務**

(不含掛號費或其他費用)

期間

**115年1月1日**  
**~12月31日**



## 歡迎至花蓮縣各醫療機構洽詢預約

| 機構名稱            | 聯絡電話                  | 機構名稱            | 聯絡電話                     | 機構名稱          | 聯絡電話                     |
|-----------------|-----------------------|-----------------|--------------------------|---------------|--------------------------|
| 花蓮慈濟醫院          | 03-8561825            | 美的<br>心理諮商所     | 0986-620-895             | 春好<br>心理治療所   | 03-8333182               |
| 門諾醫院            | 03-8241433            | 力美心靈空間<br>心理諮商所 | 0920-135-290             | 本然<br>心理諮商所   | Line官方ID<br>peaceshilim  |
| 門諾醫院<br>壽豐分院    | 03-8664600<br>轉2107   | 澄隅<br>心理諮商所     | 0966-407-840             | 瑞恩<br>心理諮商所   | 0982-100-828             |
| 衛生福利部<br>花蓮醫院   | 03-8358141<br>轉6125   | 秘密花園<br>心理諮商所   | 0918-096-864             | 小星星<br>心理諮商所  | Line官方ID<br>star20250225 |
| 國軍<br>花蓮總醫院     | 03-8263151<br>轉815870 | 相嶼<br>心理治療所     | 03-8246899               | 此時此刻<br>心理諮商所 | 0919-918-838<br>(未接通請傳訊) |
| 臺北榮民總醫院<br>玉里分院 | 03-8883141<br>轉5201   | 睿翔<br>心理治療所     | Line官方ID<br>@raisingpsy  | 31<br>心理諮商所   | Line官方ID<br>31心理諮商所      |
| 衛生福利部<br>玉里醫院   | 03-8886141            | 光陰時繫<br>心理治療所   | 0905-019-866             | 禾洋<br>心理諮商所   | 03-8222067               |
| 昔日如今<br>心理諮商所   | Line官方ID<br>@pastnow  | 銘心<br>身心診所      | Line官方ID<br>@mindpathway |               |                          |