

「兒童死亡個案檢討委員會」檢討了發生於2010年及2011年的238宗18歲以下的兒童死亡個案，其中有35名兒童死於自殺，28名兒童死於意外，12名兒童因襲擊致死。檢討委員會得出一些觀察結論，希望與兒童及青少年分享，共同預防可避免的兒童死亡事故。

自殺不能解決問題

- 當你面對壓力和困難，又或者感到絕望和困擾時，**你需要有支援。**
- 你可以**向你信任的家人和朋友傾訴**，讓他們有機會聆聽和了解你的感受。
- 同時，你也可以**向專業人士包括老師、學生輔導人員、醫生及社工等求助。**
- 你亦可以致電各種熱線尋求協助。
- 日常生活中，你可以參加有益身心的活動，讓自己多接觸正面的人生體驗；你亦可以參加有關解難技巧的訓練。
- 如果你認識的人有自殺意圖，**請立即採取行動。**告訴可靠的成年人或專業輔導人員，他們可以**盡早為你的朋友提供幫助。**
- 能夠**挽救朋友的性命**，遠遠較因為透露他們自殺意圖而被視為出賣朋友來得重要。

求助熱線

社會福利署熱線：2343 2255

香港撒瑪利亞防止自殺會：2389 2222

撒瑪利亞會 — 24小時多種語言防止自殺服務：2896 0000

生命熱線：2382 0000

東華三院芷若園24小時熱線：18 281

明愛向晴熱線：18 288

預防意外

- 不同環境都有潛在的風險及威脅，在家中，留意窗花是否關上及上鎖，不要靠近開啟的窗戶，注意防火安全，以及小心操作 / 使用傢俱和設備等。如有疑問，立即向家中的成年人求助。
- 在街道 / 馬路上行走，**你要時刻保持警覺，遵守交通規則和留意路面情況。**
- 游泳、騎單車和使用遊樂設施 / 機動遊戲等都屬高風險運動及活動，進行這些活動時，**應注意安全。**
- 你要多認識自己的體力和限制，如患有疾病，該疾病有那些潛在風險。在你未具備足夠技能和體力，又或者身體有不適時，不要勉強參與高風險運動及活動。

切勿高估自己的體力及能力