



請致電211 Ontario

以訪問多種語言的社區與社會服務 (免費)

211是安大略省社區和社會服務的求助熱線和資料庫；每週7天  
每天24小時提供服務。

• 步驟1:撥打211，機器語音會要求您按“1”獲得英語服務。

• 步驟2: 按“1”，您就會聽到音樂；等待工作人員說話。

請耐心等待，別掛電話。電話可能會占線

等待的時間可能會很長。

• 步驟 3: 用英語說出您的母語: “Cantonese， 謝謝。”

例如:

• 步驟4: 您將在電話上等待一名翻譯

這將是一個三方電話，包括一名翻譯、211工作人員和您本人。



Opportunity made here.



# Find Help 211 Ontario: **211 24/7**全天候提供服務

## 關於社區和社會服務的資訊

WoodGreen 照顧者支持和健康計劃: **416-572-3575** 星期一 – 星期五 早晨9點-晚上5點  
為東多倫多的照顧者提供個人和團體支持

Toronto Seniors Helpline: **416-217-2077** 星期一 – 星期五 早晨9點-晚上8點  
週末與假日 早晨 10點-晚上6點  
關於為老年人提供的社區服務的最新資訊

Ontario Caregiver Helpline: **1-833-416-2273** 24/7全天候提供服務  
為護理人員提供的資訊與支援

ConnexOntario: **1-866-531-2600** 24/7全天候提供服務  
獲得成癮與心理健康服務

Telehealth Ontario: **1-866-797-0000** 24/7全天候提供服務  
從醫療保健專業人員那裡獲得免費的醫療建議

Distress Centres of Toronto: **416-408-4357** 24/7全天候提供服務  
獲得情緒支持與危機干預



East Toronto  
Health Partners