

心·安了 流動應用程式 使用手冊

目錄

前言	1	錄音功能	19-20
下載及安裝「心·安了」	2	長者情緒評估	21-22
註冊賬戶	3-7	生活資訊	23-24
忘記賬戶/密碼	8-10	位置資訊	25-26
登入及版面簡介	11-12	生日功能	27
功能簡介	13	查閱訊息及情緒	28
即時視像通話	14-16	網上教學短片	29
錄影功能	17-18	程式下載	30

什麼是心·安了

心·安了是一個手機應用程式，加強長者與家人或親友間聯繫與溝通的社交平台

為何使用心·安了？

- 一鍵操作即可享用所有功能
- 特大圖標及文字
- 溫馨關注提示
- 容易管理及使用



下載篇



掃描二維碼
下載「心·安了」

或

在流動裝置上的Play商店或App
Store 搜尋「心·安了」

註冊版面



生命熱線  Suicide Prevention Services
讓我們用心聆聽.....

香港賽馬會
慈善信託基金

心安了
Heart Online

登入編號:

登入密碼: 

記住我

登入

註冊賬戶

忘記賬戶 / 忘記密碼

輸入登入編號

輸入登入密碼

按「註冊賬戶」

註冊篇

1. 按「註冊賬戶」 進入註冊頁面



2. 填妥資料

您的中文或英文姓名

揀選性別

方便確認身份
取回密碼

揀選出生年月日

揀選年齡組別

設定5-10位數字密碼

輸入多一次
密碼確認

註冊篇

揀選性別

賬戶註冊

1 主要使用者 - 2 - 3 - 4 - 5

主要使用者註冊
請提供以下資料

中文姓名 / 英文姓名

男性
女性
不提供

(選填)部分身份證號碼

出生日期

年齡組別

密碼 0/10

確認密碼 0/10

輸入流動電話號碼

賬戶註冊

1 主要使用者 - 2 - 3 - 4 - 5

必需輸入

女性

流動電話號碼
23820000

8位流動電話號碼
(選填)部分身份證號碼
A1234

出生日期
1969-05-02

55-59歲
60-69歲
70-79歲
80-89歲
90歲以上

選取生日日期

賬戶註冊

選取日期

4月3日周四

1969年4月

1957	1958	1959
1960	1961	1962
1963	1964	1965
1966	1967	1968
1969		

取消 確定

取消 下一步 >

註冊篇

如同意條款，別選「本人同意
以上條款」並按提交。



提交後畫面會顯示您的
帳戶編號。



註冊篇

輸入經常聯絡人的稱呼

輸入經常聯絡人的
流動電話號碼



賬戶註冊

經常聯絡人#1註冊

請提供以下資料

稱呼
生命熱線

流動電話號碼
23820881

朋友

略過

< 上一步 下一步 >

上載經常聯絡人的照片
作為頭像

按「關係」後下方會彈出選項框，
選好後按「下一步」

配偶
子女
親屬
朋友

忘記賬戶 / 忘記密碼



選擇用戶種類



按「忘記賬戶/忘記密碼」

忘記賬戶 / 忘記密碼

長者賬戶

經常聯絡人賬戶

< 忘記密碼

生命熱線
Suicide Prevention Services
讓我們用心聆聽.....

請提供以下資料

📞 流動電話號碼

📄 身份證英文字母及頭4位數字

取回密碼

輸入流動電話號碼
或身份證號碼

< 忘記密碼

生命熱線
Suicide Prevention Services
讓我們用心聆聽.....

請提供以下資料

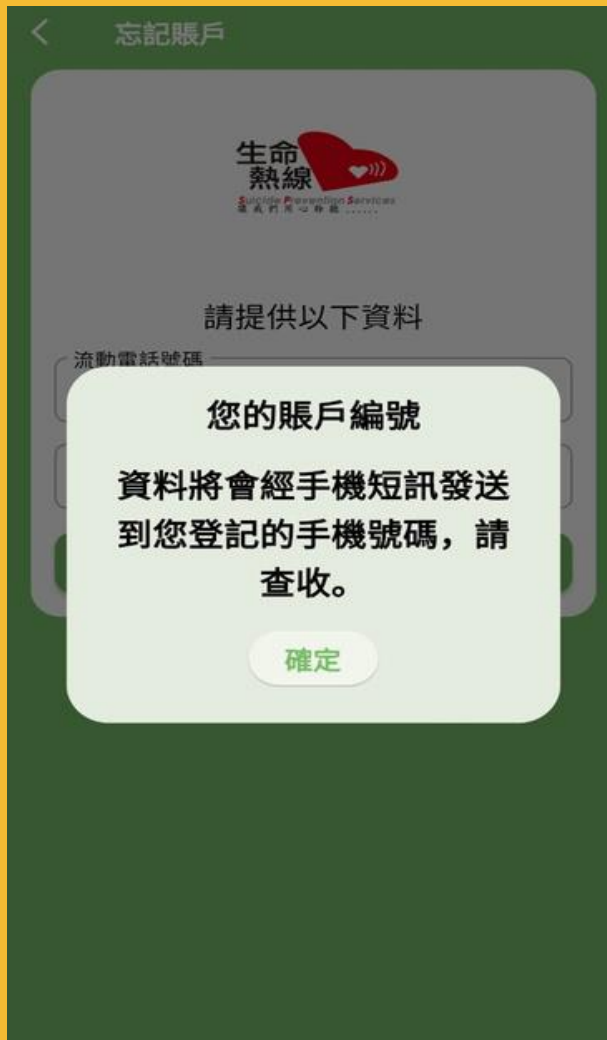
📞 長者流動電話號碼

📞 您的流動電話號碼

取回密碼

忘記賬戶 / 忘記密碼

輸入資料正確後，
手機會顯示以下畫面，
可在訊息查收
你的賬戶編號/登
密碼。



登入篇

如已完成註冊程序，輸入登入編號及密碼後，按「登入」便可成功進入心·安了主版面。



生命熱線 
Suicide Prevention Services
讓我們用心聆聽.....

香港賽馬會
慈善信託基金

心·安了
Heart Online

登入編號:

登入密碼:

記住我

登入

註冊賬戶

忘記賬戶 / 忘記密碼

輸入登入編號

輸入登入密碼

按「記住我」後，下次你的登入編號和密碼會預先填入登入畫面

填妥資料後按「登入」

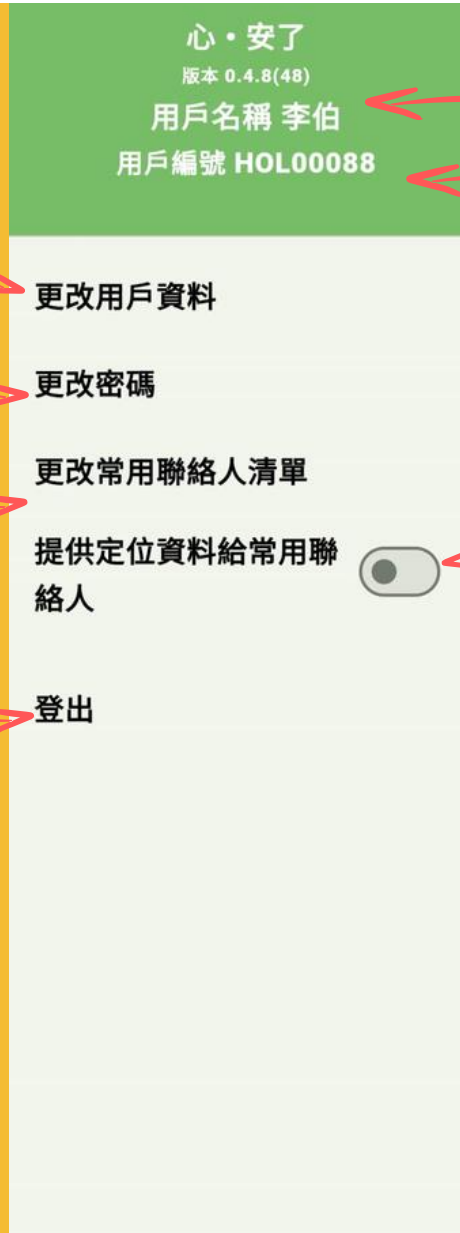
子選單篇

更改用戶資料，如姓名、
電話號碼、地址、年齡等

更改密碼

新增、編輯或刪除
常用聯絡人

登出回到登入版面



你的名稱

你的編號

開啟或關閉提供定位
資料給常用聯絡人



心·安了功能



即時視像通話



錄音功能



錄影功能



生活資訊



長者情緒評估



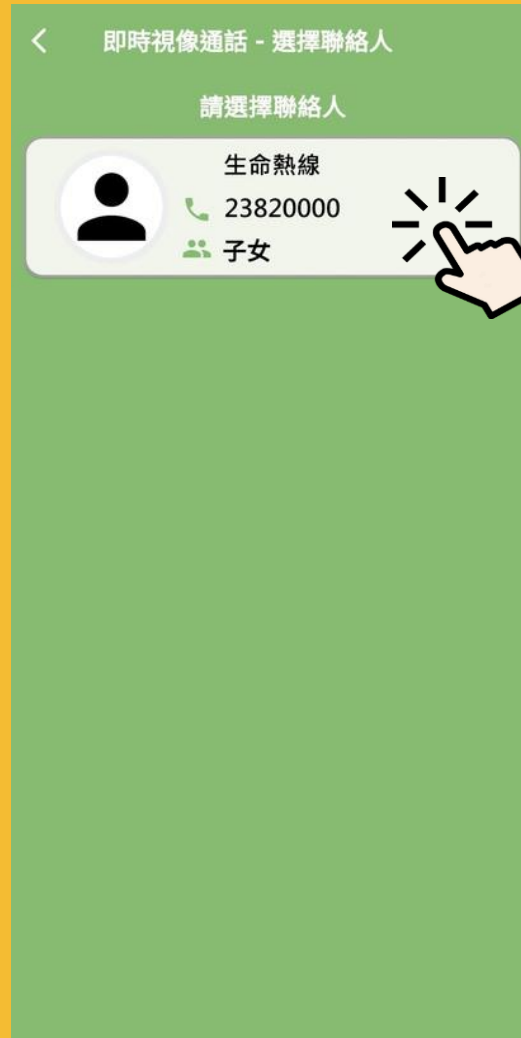
定位查詢

即時視像通話(一)

1. 在主頁按「錄音功能」

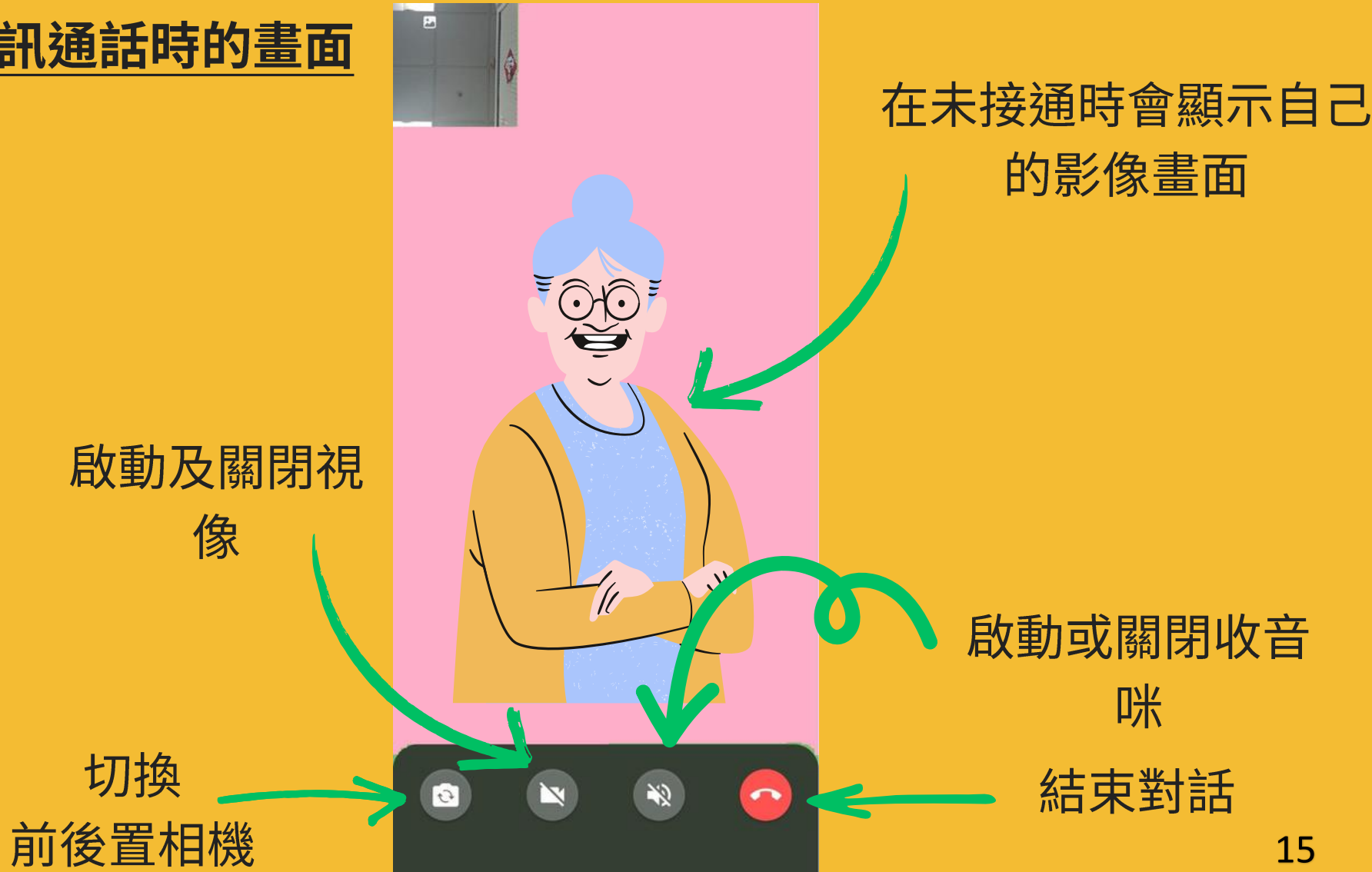
2. 按想傳送的聯絡人

3. 按錄影鍵 

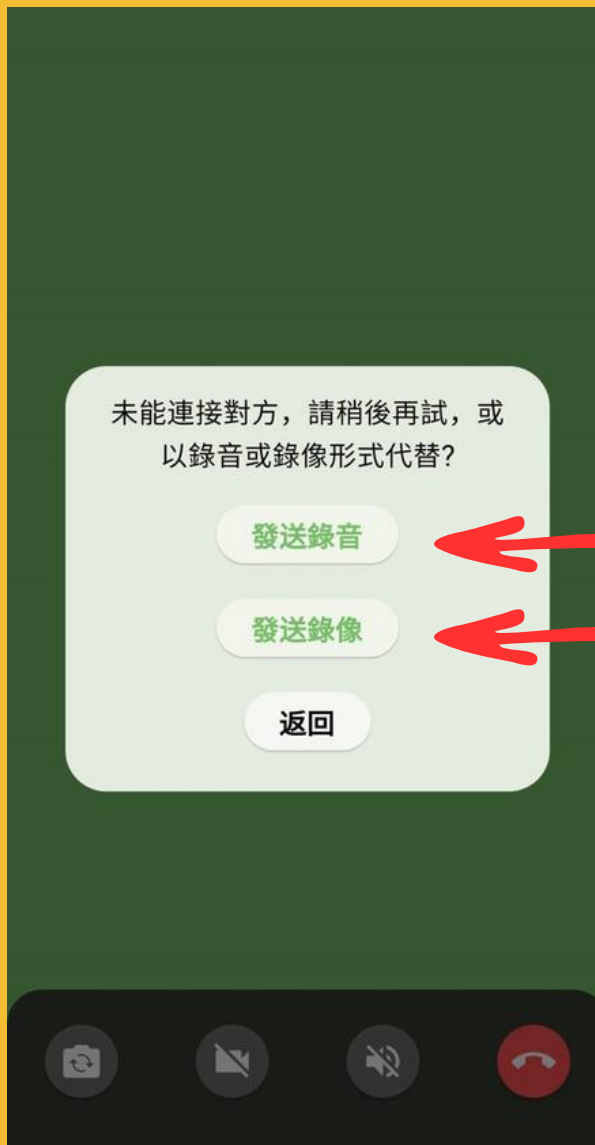


即時視像通話(二)

撥打視訊通話時的畫面



即時視像通話(三)



對方未有接聽時，可以以
錄音或錄像形式代替。

進入錄音版面

進入錄影版面

錄影篇(一)

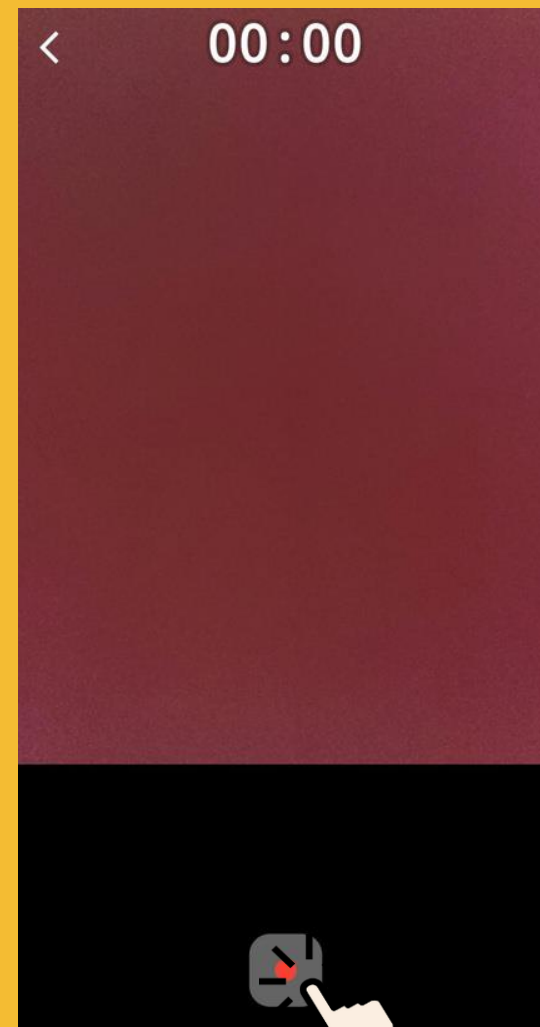
1. 在主頁按「錄影功能」



2. 按想傳送的聯絡人



3. 按錄影鍵 



錄影篇(二)

4. 按右上角剔號✓傳送



5. 傳送後可查閱已發送影像

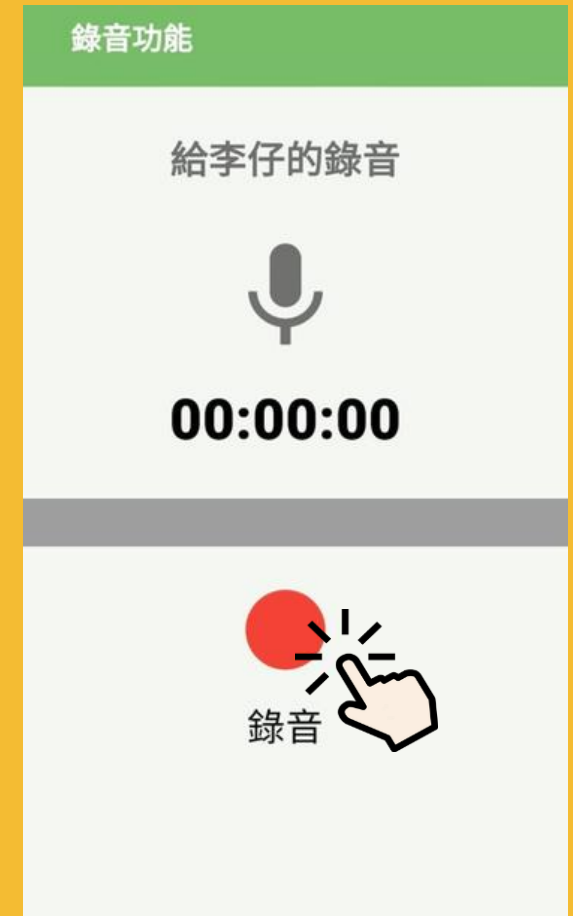


錄音篇(一)

1. 在主頁按「錄音功能」

2. 按想傳送的聯絡人

3. 按錄音鍵 



錄音篇(二)

4. 按「傳送」



5. 可查閱已發送的錄音

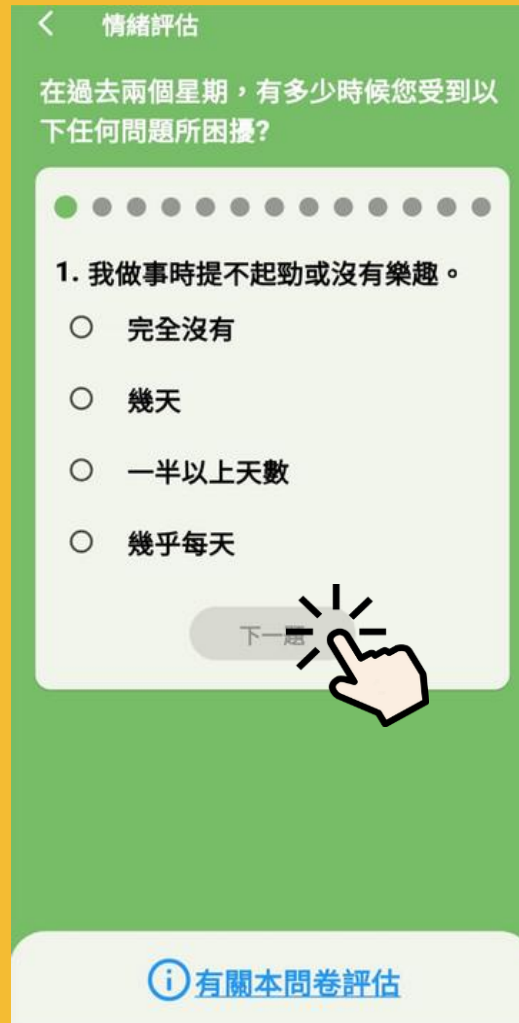


情緒評估(一)

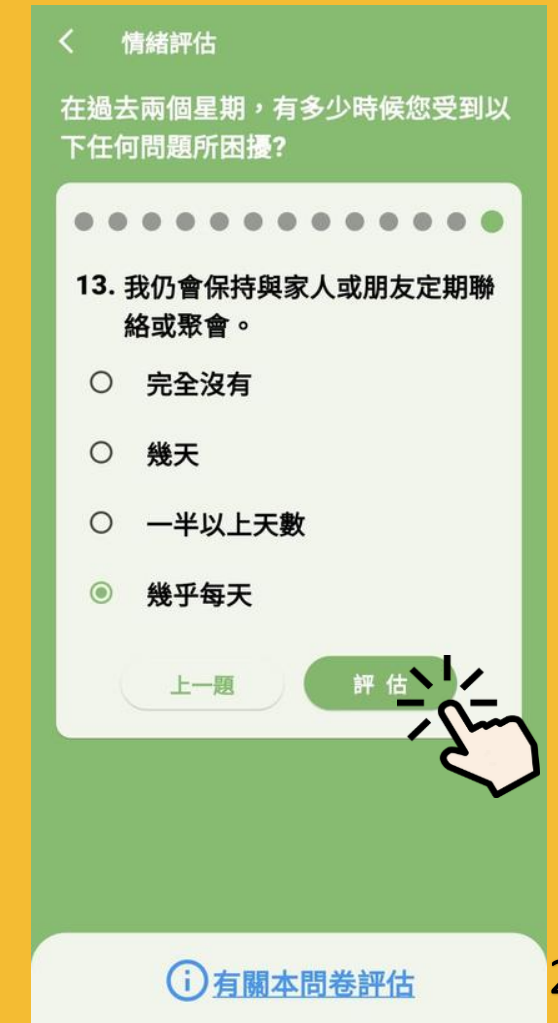
1. 按「長者情緒評估」



2. 填妥問卷按下一題



3. 完成後按「評估」



情緒評估(二)

4. 根據用戶對上述問題的回答，初步評估長者的抑鬱風險

常用聯絡人將會收到結果通知
可以主動關心長者狀況。

心·安了 21:51

心安了 - 注意: 長者情緒不穩
你好, 你們所認識長者就最近一次的情緒評估..

情緒評估結果



情緒穩定

根據目前你的評估結果, 你的情緒狀況穩定, 並沒有明顯抑鬱風險。

確定

情緒評估結果



情緒一般

根據目前你的評估結果, 你可能面對抑鬱風險。我們建議你諮詢心理健康專業人士, 如醫生、臨床心理學家或社工的意見。

確定

情緒評估結果



情緒不穩

根據目前你的評估結果, 你可能有傷害自己的風險。我們建議儘快諮詢心理健康專業人士, 如醫生、臨床心理學家或社工的意見。如有需要你可致電以下服務求助:

☎ 23820881 生命熱線

☎ 28960000 撒瑪利亞防止自殺會

☎ 23432255 社會福利署

確定

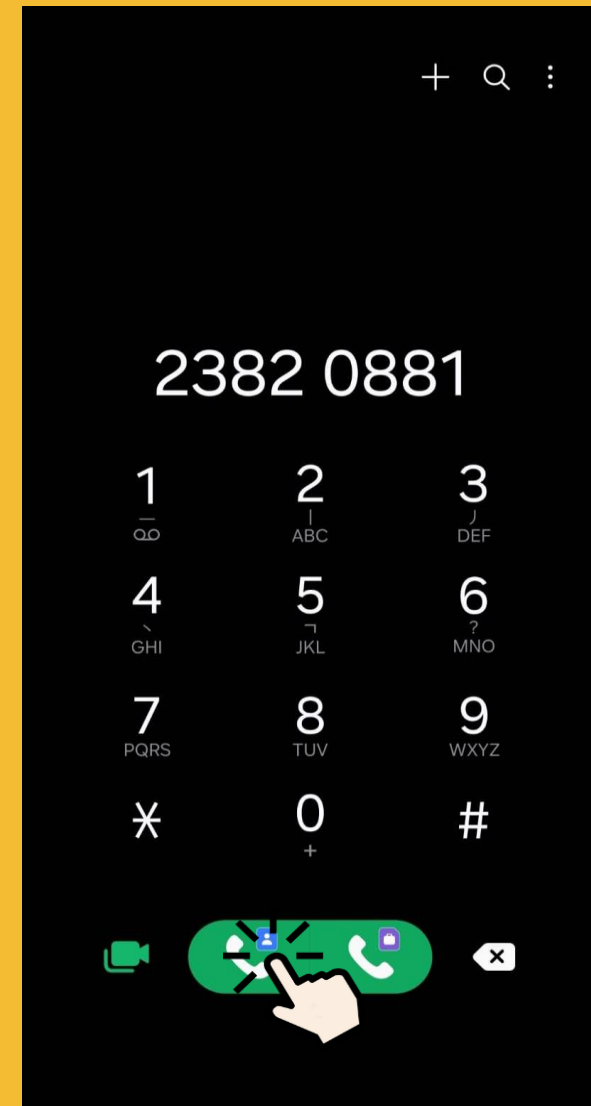
1. 按「生活資訊」



1. 點擊服務支援熱線



2. 畫面顯示通話畫面，可直接點選撥號



位置資訊

1. 按「位置資訊」



2. 顯示長者位置資訊




用兩指同時按在地圖上，兩指分開和拉近以調整顯示範圍的放大程度

按「+」可放大地圖顯示範圍
按「-」可縮小地圖顯示範圍

位置資訊

程式會收集您所在的位置定期發送，
按「確定」


得到使用位置的權限：
「允許取用位置」下
按「一律允許」



提供定位資料

這功能會收集您所在的位置定期發送給您的常用聯絡人，即使程式關閉或非使用中。確定提供定位資料給常用聯絡人？

確定 **取消**



允許 心·安了 在背景存取此裝置的位置嗎？

為了在背景追蹤您的位置，請啟用 一律允許 位置權限

設定為 一律允許

取消

生日提醒

生日快樂!



棠棠，今天是您的生日日子，在此謹代表「生命熱線」祝您生日快樂！身體健康！

確定

再也不怕忘記您的家人的生日了，只要長者生日一到，生命熱線就會自動發送通知，提醒你要記得聯絡並送上祝福對方。

長者生日提示



溫馨提示：根據登記長者李伯的資料，今天是他生日日子，我們已發短訊向他祝賀，如你有時間，也可以聯絡他，送上你的祝賀和關心！

訊息查閱

1. 在主頁按「」



2. 顯示最新影音清單



網上教學短片



如欲觀看完整視像教學影片，可掃描上方二維碼。



App Store
下載



Google Play
立即下載