

耆樂警訊季刊 二零一七年十一月 ● 第八期

警察公共關係科出版 ● 耆樂警訊網頁: <http://www.police.gov.hk>

第一頁

內容大要

P. 2 將軍澳區耆樂警訊成立並積極投入社區服務

P. 3 耆樂隊長訓練日

P. 4 耆樂警訊會員接受明報專訪

P. 5 耆樂警訊會員獲2017 第一期好市民獎

P. 6 會員投稿

P. 7 耆樂資訊及有獎問答遊戲

P. 8 反恐錦囊妙計/ 耆樂警訊接受開心老友記訪問

### 「耆樂警訊港島總區防騙康體日暨閉幕典禮」

為延續「耆樂警訊」會員對保健和防罪的認識，警察公共關係科與「南方醫科大學香港校友會」合作舉辦防騙康體日給予各總區老友記。繼1月15日開展禮後，分別在4月23日為東九龍總區、在5月7日為西九龍總區、在6月11日為新界北總區及在7月30日為新界南總區「耆樂警訊」舉辦防騙康體日。並於2017年8月13日在港島區禮頓山社區會堂舉行「耆樂警訊港島總區防騙康體日暨閉幕典禮」為港島總區「耆樂警訊」會員提供免費中醫諮詢服務及防罪講座，整個活動為超過2,000名老友記提供免費醫療諮詢服務。

是次活動主禮嘉賓包括「耆樂警訊中央諮詢委員會」主席警務處助理處長余達松先生、南方醫科大學香港校友會會長胡永祥博士、

「耆樂警訊中央活動委員會」主席 鄭錦鐘博士BBS MH JP、「耆樂警訊中央財務委員會」主席 胡楚南太平紳士、「耆樂警訊中央財務委員會」委員包括: 呂鈞堯先生BBS、周厚立先生MH、中區警區指揮官陳俊彞總警司、灣仔警區指揮官簡啟恩總警司、東區警區指揮官薛家豪署理總警司、警察公共關係科謝振中高級警司、西區警區副指揮官黃國傑署理高級警司及各警區的耆樂警訊名譽會長。

警務處助理處長余達松先生在閉幕禮致辭時鳴謝「南方醫科大學香港校友會」會長胡永祥博士親自主講保健講座，並且動員30多位註冊中醫師免費提供中醫諮詢服務，以及由退休及現職警察組成之「白理義之光義工團」提供義工服務。今年亦委任了藝人薛家燕女士、胡楓先生和區瑞強先生分別擔任「關愛大使」、「滅罪大使」和「防罪大使」，為耆樂警訊拍攝一系列宣傳短片，呼籲會員協助警方把關愛、滅罪和防騙訊息傳遍每一個角落，令更多人受惠，達致人人提高警覺，遠離罪惡。

活動當日節目非常豐富，包括有健康諮詢環節、歌手李龍基先生歌唱表演及分享防騙貼士、耆樂警訊參與歌舞及爵士音樂表演外，還有「道路交通安全」講座，以加強「耆樂警訊」會員防範罪案和交通安全意識，「耆樂理財防騙長門人」亦向會員講解理財和防騙貼士，同時呼籲他們協助警方把滅罪訊息轉達至身邊的親友。

第二頁

### **將軍澳區耆樂警訊成立並積極投入社區服務**

將軍澳分區已經在今年7月11日正式升格為將軍澳警區。因此，將軍澳區耆樂警訊名譽會長會亦已成立。

在9月13日，「將軍澳區耆樂警訊名譽會長會」的就職典禮在

區內舉行，主禮嘉賓包括伍燕梅主席、關劉麗霞副主席、黃天樂司庫、江正本會長以及葉健源會長，同場擔任主禮嘉賓還有東九龍總區指揮官麥國兆助理警務處長，將軍澳警區指揮官蕭傑雄總警司以及將軍澳警區副指揮官林淑雯署理高級警司。今次參與典禮的還有三百多名將軍澳區耆樂警訊會員及過百名來自社會各界的嘉賓和地區領袖一同見證著將軍澳區耆樂警訊名譽會長會創立。

剛成立的將軍澳區耆樂警訊亦積極投入社區，正值中秋佳節臨近，在9月21日，將軍澳警區指揮官蕭傑雄總警司聯同西貢區議會副主席成漢強先生BBS MH，西貢滅罪會主席陳權先生MH，耆樂警訊副主席關劉麗霞女仕及多名分區會主席，帶領耆樂警訊會員到區內多個長者中心派發月餅，呼籲他們在節日期間要留意鎖好門窗，慎防爆竊，特別是在中秋假期外遊期間或回鄉探親時，單位內空無一人，容易成為賊人的目標；同時亦提醒長者防範各式各樣的騙案，避免賊人利用長者對別人的愛心或對家人的關心，從而騙去長者們的畢生積蓄。

而在9月23日，將軍澳區耆樂警訊舉辦了一項名為〔3C 同慶中秋節〕的活動，對象為區內的耆樂警訊會員，少年警訊會員及非華裔學生。在這個充滿歡樂的活動下，參加者分享了他們的生活點滴，長者向青少年和非華裔學生介紹傳統節日的特色，而青少年和學生們亦跟長者們一同製作月餅，在長幼共融互助下，一同享受節日的歡樂氣氛。

將軍澳區耆樂警訊會繼續舉辦不同的活動，建構平台予長者參與有意義的活動及繼續服務社會。

第三頁

耆樂隊長訓練日於八鄉少訊中心完滿舉行

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組在9月27日安排港島總區

及水警總區共120位「耆樂隊長」於八鄉少訊中心接受「耆樂隊長」訓練。當日，「耆樂警訊中央活動委員會」主席鄭錦鐘博士BBS MH JP、「耆樂警訊中央諮詢委員會」委員孫日孝先生MH、翁國基先生及伍啟陽先生應邀出席委任儀式。

「耆樂隊長」計劃於2015年10月推行，透過各警區推薦具潛質的會員接受訓練，藉此提升有魄力及熱心服務的「耆樂隊長」協助警方宣傳減罪、防騙及交通安全工作。訓練日當日，「耆樂隊長」透過團體合作遊戲，學習溝通技巧、建立團隊合作精神及發揮領導才能。他們亦接受由新界北總區防止罪案科人員講解最新的防騙訊息，以及由新界北總區交通部道路安全組人員主講交通安全講座，以加深他們預防罪案及交通安全的知識。除此之外，當日亦邀請到志願機構「測隱知心」，為各位隊長提供免費心電圖檢測，以加強長者預防心臟血管疾病及預防心房顫動的健康意識。

當日更適逢保良局核下六十一位中小學校長及教職員到訪參觀八鄉少訊中心，並一同見證「耆樂隊長」委任。鄭錦鐘博士在委任儀式時勉勵「耆樂隊長」發揮他們的隊長精神，代表「耆樂警訊」將減罪、防騙及交通安全訊息與會員及身邊的「老友記」分享，共建美好和安全的社區，同時亦鼓勵他們積極參與警區組織及籌辦多元化活動，惠澤長者社群。

第四頁

**耆樂警訊接受明報專訪**

為響應「長者日」，警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組人員及6位來自警區的「耆樂隊長」及「耆樂理財防騙長門人」於2017年9月15日在警察總部接授明報專訪。

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組劉家銘總督察在訪問中介紹了「耆樂警訊」運作模式及成立目標。另外他亦簡介了「耆樂警訊中央諮詢委員會」與各警區「耆樂警訊名譽會長會」的架構。

「耆樂警訊」會員來自各行業不同職系人士，其中部分人士更運用專業知識及職場閱歷成為「耆樂隊長」、「耆樂理財防騙長門人」協助警區籌辦各項活動。6位來自不同警區的「耆樂隊長」及「耆樂理財防騙長門人」在訪問中透露他們在參加「耆樂警訊」後的感受。

專訪內容在10月28日明報A13版面全篇幅報導，同時亦預告為響應「長者日」舉辦的「耆樂警訊傳愛心」活動。

## 第五頁

### 耆樂警訊會員獲頒發2017 第一期好市民獎

#### 葵青區耆樂警訊會員 - 周國華

2016年5月，周國華於港鐵乘搭扶手電梯時，發現一名男子拍攝一名女子的裙底，立即截停該名男子並通知事主。該名男子掙扎並企圖逃走，另一名男子羅先生見狀，協助追截。最後，二人與到場警員合力制服該名男子。該名偷拍裙底的男子其後被判有違公眾體統罪成。

#### 東區耆樂警訊會員 - 楊震聲

2016年11月，途人楊震聲目睹事主與一名男子於灣仔公園外爭執，繼而受襲。她遂協助追截及向途中遇見的交通督導員舉報。該名男子最後被交通督導員及趕赴現場的警員制服；楊女士則折返案發

現場照顧傷者。被捕男子其後因傷人及襲擊致造成實際身體傷害罪成，被判處監禁四個月。

#### 大埔區耆樂警訊會員 - 李和開

2017 年4 月，女事主於街上遭一名男子非禮，任職保安員的李先生得悉後協助事主追截，並於停車場內截獲該名男子，交予警方處理。該名男子其後因非禮罪成，被判處監禁。

#### 西區耆樂警訊會員 - 湯星榮

2016 年8 月，於中區任職酒樓經理的湯星榮於店內遭一名男食客用菜刀指嚇，男食客後來逃離酒樓，他立即尾隨，以防男食客傷害其他途人。最後警方趕到現場，並將男食客制服。該名男食客其後被判持有攻擊性武器罪成。

#### 黃大仙區耆樂警訊會員 - 丁鑄生

2017 年6 月，途人丁鑄生目睹警員正追截一名涉嫌襲警的男子，於是協助追截及試圖制服該名男子。然而，該名男子突然情緒激動，推跌他後逃去無蹤。丁鑄生送院檢查後，發現右手腕骨折。

#### 元朗區耆樂警訊會員 - 藍萍好

2017 年4 月，任職清潔工人的藍萍好在工作的商場內，看到一名男子企圖打開一間食肆的上鎖抽屜，於是上前制止和通知商場的保安人員。保安人員其後截獲該名男子，交予警方處理。該名男子其後因企圖盜竊罪成，被判處監禁。好市民獎勵計劃在1973 年推出，向積極協助警方防止或偵查罪案、逮捕罪犯的市民頒發獎金，以示嘉許。2017 年第一期好市民獎於9 月20 日在奧海城舉行，共有40 位市民得獎，其中7 位得獎者更是「耆樂警訊」會員，他們積極響應協

助警方、撲滅罪行的精神，與警方攜手共建繁榮安全的社會。

維持香港繼續成為安全穩定的社會有賴每一位市民對警方的協助及支持，在此恭喜各位好市民得獎者。亦鼓勵大家在安全情況下勇於舉報罪案，與警方攜手共建繁榮安全的社會。

第六頁

## 會員投稿

梁淑冰 大嶼山區

恭喜我們耆樂警訊 3 歲生日，耆樂警訊給我們長者有很好的互動平台，令我們感受到甚麼叫做“老有所為”。

在活動裡認識了好多老友記及感受到警務人員的另一面，就是對我們長者的關心及愛護，亦給我們做義工機會服務社區。能夠回饋社會幫助有需要的人，從過程中感覺原來自己還是很年青及充滿活力。

耆樂警訊舉辦不同模式的活動，無論動或靜都是為我們精心挑選及悉心安排。過去一年，令我最難忘的就是一次參觀機動部隊畢業禮時我們在操場上，群策群力下動用了100 個耆樂老友記砌了英文字 L T (Lantau 的簡稱)。身旁還有機動部隊最精銳的裝甲車，深感到警隊對我們重視，如同一家人融為一體，我們亦砌了個心型，代表我們耆樂會員的一顆真誠的心。在心型的每一位老友記展現出燦爛的笑容，代表著我們真誠的喜悅，證明耆樂警訊為我們帶來多麼的歡樂，所以這顆心特別耀眼奪目，耆樂無窮!

在此多謝籌辦耆樂警訊的每一位警務人員，對我們無微不至的照顧及為我們安排各種不同類型活動，令我們活到老，學到老，增廣

見聞。

崔玉霞 荃灣區

老有所為對耆樂警訊會員而言是實至名歸。每一位成員就是憑著團隊精神，凝聚正能量，所以能在短短三年半時間，耆樂警訊盡顯光芒！

透過耆樂警訊中央諮詢委員會的策劃，各區名譽會長會的支持和警務處警察公共關係科的推廣，耆樂警訊舉辦了很多有意義的活動，例如：耆樂會客室之理財有「李」、耆樂警訊周年大會、「防罪保健最重要，快樂人生齊齊笑」開展禮、荃灣區千人冬防滅罪運動等。藉著舉辦多元化活動來提升會員的潛能和才華，包括話劇、歌唱、樂器演奏、圖片設計及司儀，會員在不同類型活動平台上各展所長，為宣揚防騙和滅罪、道路安全等訊息出力，貢獻社會。

除此之外，耆樂警訊繼續締造「耆跡」，將關懷和愛心的足跡傳遍到21 個區的每一角落，會員「齡」活出色的表現深受市民歡迎和愛戴。

有幸成為荃灣區耆樂警訊會員，它帶給我們自信和滿足感，最令我們鼓舞就是在恆常舉辦的荃城滅罪資訊站派發宣傳單張時，得到市民的讚賞和認同，更時常被居民查詢怎樣才可以成為耆樂警訊的一份子！但願耆樂警訊會員能遍滿荃城！

孫勤有 荃灣區

少年警訊相信是一個廣為人認識的青少年參與的警民關係組織。於2014 年警方又成立了耆樂警訊，讓退休人士也可參與各種不同活動，有機會服務社會，使退休生活更精彩，更有意義。



參加耆樂警訊，充實了我的退休後生活，因所舉辦的活動，都會帶出正面的訊息。當中有講座、活動、參觀等，時常提醒我們要小心防範詐騙、盜竊、交通及道路安全。另外亦會安排參觀一些普通市民不容易到達的地方，例如香港警察學院、警犬訓練學校、水警基地等。使我們知識有所增長，大開眼界。每次活動都有警區的警官帶領，加以講解，讓我們知道，投身警界，服務市民，是要經過不少艱辛鍛鍊的，使我們對香港警隊有更深入的认识，對香港警察更加尊重。

每次出外活動，看見隊友們穿上耆樂警訊的制服，整齊齊，精神奕奕，開心歡笑，就算是在路旁派發宣傳單張的，也表現得充滿活力，有禮待人，充分顯出團隊精神，還受到不少坊眾的贊賞和尊重呢！

雖然耆樂警訊的會員，都已達銀髮之齡，但都樂於參加社區活動，這不但提升了自己的活動能力，知識增長，還可提高警覺性，遇事鎮定，隊友也會把所見所聞，廣為宣傳，讓更多市民知曉，減少受騙的機會。而更重要的是可免卻家人對我們的擔憂和掛慮，安心工作，這也算是我們耆樂警訊的一群對社會少少的貢獻吧！

趙苑芬 元朗區

非常幸運，我有機會能跟元朗耆樂警訊五位會長首次衝出香港，參加10月22至26日《隊長北京考察交流之旅》。相信很多市民也有到北京旅遊的經驗，不過這次耆樂北京之旅却給我十分難忘的經歷，值得和大家分享。

探訪太陽村

太陽村收容的孩子，都是因父母犯案入獄而顛沛流離的孤兒。由一位滿有惻隱憐愛的退休女警成立，她靠著微薄的退休金和獨自籌

募經費，收容並提供教育撫養孩童。我們感受到孩子們從悲哀可憐背後流露的那份童真；使我們不禁送上憐愛的擁抱，亦深深敬佩這位退休女警的無私和堅毅。我們跟名譽會長們逐一為孩子穿上為他們特別訂製的禦寒衣物，視他們猶如自家中的孩子般，使我深深領略到人與人之間連繫之情。我在此希望太陽村工程能夠繼續傳承下去，讓更多不幸的孩子能夠改變命運，有美好的將來。

### 人民公安大學上課體驗

我們跟隨耆樂名譽會長麾下，獲得安排探訪北京人民公安大學。這難能可貴的經歷，真是非一般旅程所能及！在國內要成為一名公安，原來是要透過全國公開考試，全期訓練四年。學科所涉獵的範疇廣泛而且深入。我們很榮幸獲安排於公安大學上課，黃教授給我們講解內地有關警民合作的發展，令我特別深刻的環節是講及《社區警務的中華文化特式》，當中包括《天人合一》，講求和諧、減少衝突；《重家養親》，戀土睦鄰、外控力強，公益道德，人際影響正面等理論。也讓我認識新中國人民警察扎根社區、服務生活、依靠公眾，以預防為主等重點。這講座擴闊我的視野並提高我對國家的認識，非常珍貴。我很高興見到全新面貌的中國。

### 長城上國土情

常言道[不登長城非好漢]，我們一行 50 人成功登上慕田峪城牆，在明媚的天氣中欣賞壯麗長城內外遼闊的風光。我們穿上制服屹立在長城上，激情地合唱[我是中國人]，贏得長城上中、外遊客熱烈掌聲。一份中國人、中國情的情懷激盪地湧上心頭，這可也稱得上是一項長城創舉啊！

參加耆樂警訊確實「耆樂」無窮。

馮惠芳 中區

今年有幸參與了耆樂隊長訓練，不但令我認識了其他區的耆樂警訊會員，更鍛鍊了自己的合作能力，和認識更多防罪及交通安全知識。

我加入中區耆樂警訊亦有一段時間了，他們的活動很豐富，例如宣傳防罪訊息，或一些交通安全講座等，可減少我們上當受騙的機會和遵守交通規則。今次有機會參與了耆樂隊長訓練，實在令我受寵若驚，這是一個訓練自己做更多有意義的事以及學習更多知識的良好機會。

我很喜歡耆樂隊長訓練最後的大合照，是一個愛心。這顯示了耆樂警訊是一個友愛、團結的大家庭。我希望將來能以耆樂警訊的身份向更多人傳達防罪訊息，盡我能力為社會出一份力。

林舜芳 秀茂坪區

颱風過後的一個陽光普照的早上，秀茂坪「耆樂警訊」的一班老友記在許警長的帶領下，出發參觀「香港懲教博物館」。

旅遊車很快到達目的地。感謝許警長安排一位退役懲教人員為導賞。既詳細，又生動、輕鬆的講解香港監獄歷史及發展，各種刑罰及監獄內貌。館內昔日使用的體罰刑具( 笞刑架、曲軸、九尾鞭) 展現眼前，令人望而生畏，模擬絞刑室載著過去謀殺犯、海盜等嚴重犯人接受極刑的過程。

香港170 年懲教制度的歷史，隨著政治、經濟的改革變遷，發展成更文明，更人道的社會。1990 年香港已廢除執行死刑，監獄內也禁止使用笞刑處罰違反內部紀律的囚犯。現在香港是全球犯罪率最

低的城市之一，和平安定背後全靠優秀、專業的警務人員為社會作出貢獻。

有意義的日子過得特別快，在笑談中不知不覺結束了今日行程。

## 第七頁

### 耆樂資訊

#### 行山郊遊的需知

又到了行山郊遊的季節了，許多長者也熱愛行山，做好預防措施相當重要。

首先長者行山要有同伴，因為長者身體功能一般較弱，感到疲勞後要馬上停下休息。

也建議要有他人隨行，發生突發情況例如身體不適時可從旁照應。

其次，行山要量力而為，應循序漸進，且要選擇一些有清晰指示的路線，例如郊遊徑、水塘馬路段等，確保若中途氣力不繼也可提前離開。注意飲食亦相當重要，不應隨便採摘野果進食，也不應喝山澗水，以免病從口入。途中不一定有飯店或農莊進食補給，應帶備一定乾糧和食水。

年長的慢性病患者，除了帶日常服用的藥物及藥油應付頭暈、蚊蟲叮咬外，還須準備急救用藥。長者更要避免身體受涼，要準備足夠衣服禦寒，並攜帶雨具，以免突然下雨時弄濕身體引致着涼。

老人行山郊遊時應帶備行山杖，既可卸力及輔助平衡，亦可用作自衛和撥開野草等障礙物。長者下斜時膝部容易受傷，應以八字腳落斜路，配以行山杖作支撐，減少跌倒風險。

最後，是很多行山人士忽略的，就是帶備地圖。若單依賴GPS 定位去找路，一旦電話無電或失靈，便頓時失去方向，甚至難以於致電求救時說出正確位置。

行山郊遊，有益身心，更可延年益壽，實在是老少咸宜的健康活動。只要注意安全，做好各種突發情況下的預防措施，就可以好好享受旅途的樂趣了。

上期（2017 年8 月）《有獎遊戲》答案：

1. 對 2. 錯 3. 對 4. 錯 5. 對 6. 錯 7. 對

由於上期答中者眾多，經抽籤後得獎名單如下：

西區 張桂芳 馮溫然婷 黃金好

荃灣區 吳敏賢

秀茂坪區 何偉鈴 胡秀珠

大埔區 董公偉 何鳳儀 張燕環

黃大仙區 莊碧金 林蔚雲

油尖區 陳燕兒

東區 謝珍寶 陳襟江

葵青區 李小曼

灣仔區 湯從安

有獎遊戲

行山郊遊知多啲

以下各項陳述是或非??? 請在方格內以對或錯表示

1. 長者應結伴郊遊，遇突發情況時可互相照應。

2. 為免中途氣力不繼，應按能力選擇路線，選擇一些有清晰指示的路線。

- 3. 途中飢餓、口渴，可以在山中採果子，喝山澗水。
- 4. 為減輕背包重量，毋須帶備急救用品或雨具。
- 5. 只要帶備有GPS 功能的電話就毋須擔心迷路。
- 6. 下斜時應以入字腳落斜，減少跌倒風險。
- 7. 行山杖可用作自衛和撥開野草之用。
- 8. 行山郊遊只適合年輕人參與。

有獎問答遊戲截止日期為 2018 年1 月8 日

答案以警察公共關係科耆樂警訊公布為準，如答中者人數眾多，得獎者會以抽籤形式選出。

參加者請將答案連同中文姓名、會員編號、所屬警區及聯絡電話; 註明《有獎問答遊戲》傳真至2527-1777或郵寄至編輯部。得獎者可獲知100現金禮券，得獎名單將於下期季刊公布。獎品將交由所屬警區警民關係組轉贈。

第八頁

## 反恐錦囊妙計

恐怖活動於全球不同地方時有發生，恐怖份子多於人潮不絕的地點，如地鐵站，演唱會，旅遊區等發動襲擊。

現時香港恐襲風險維持中度水平，目前未有情報顯示香港會成為襲目標。局方仍會保持高度戒備，持續評估風險。

警方不時舉行反恐演習，用以應對隨時驟來的恐怖襲擊。但是為了減低傷亡及加強市民在本港或外遊時逃生意識及應變能力，老友記請緊記三大關鍵行動「閃! 避! 求!」

## 耆樂警訊接受開心老友記訪問

耆樂警訊於 2017 年 8 月 24 日接受無線電視翡翠台「開心老友記」訪問，透過電視屏幕向大眾介紹耆樂警訊，並透過耆樂警訊會員精湛的話劇演出宣傳防騙訊息。

警察公共關係科高級督察周詩泓在節目中表示，騙徒通常會利用長者對家人的關心騙取金錢，而警務處在 2014 年正式推出耆樂警訊計劃，希望與長者建立減罪伙伴關係，減少長者成為受害人的機會；同時亦提供長者一個平台，讓他們參與有意義的活動。長者可以協助警方宣傳防騙訊息及幫助其他有需要的長者。受訪的耆樂警訊會員表示加入耆樂警訊大家庭使他們能夠繼續服務社會，令退休後生活更充滿成就感和滿足感。

受訪內容分別在 9 月 23 日及 30 日在翡翠台「開心老友記」節目時段播放。精采內容日後亦會上載警察 Facebook 及 YouTube 供大家瀏覽。

耆樂警訊編輯委員會

警察公共關係科社區關係課署理警司曹宇媛（主席）

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組：

總督察劉家銘

督察林薏芙

警長楊肇得

警員唐洁玲

元朗警區警民關係主任總督察李伯豪

荃灣警區警民關係主任總督察鄧惠嫻

中區警民關係主任總督察梁彥文

編輯部

地址： 香港灣仔軍器廠街一號

警察總部警政大樓十樓

電話： 3660 7105

傳真： 2527 1777

電郵： [spc-office-2-pprb@police.gov.hk](mailto:spc-office-2-pprb@police.gov.hk)