

## 第一頁

### 內容大要

- P. 1 耆樂警訊滅罪活力號
- P. 2 耆樂警訊接受電視及電台訪問
- P. 3 耆樂警訊探訪隊長先導計劃
- P. 4-5 耆樂警訊周年大會
- P. 6 會員投稿
- P. 7 耆樂資訊及有獎問答遊戲
- P. 8 慎防社交媒體騙案

### 耆樂警訊「滅罪活力號」

警察公共關係科因應最近的罪案趨勢及交通意外數據分析，出動兩輛耆樂警訊「滅罪活力號」宣傳車，分別以「預防騙案」和「道路交通安全」為主題，於二零一八年八月一日至十日一連十日走訪全港四十個地點，以提高市民防騙案和交通的意識。

警察公共關係科於首日在上水展開耆樂警訊「滅罪活力號」宣傳活動，向市民宣揚滅罪信息。活動期間，耆樂警訊會員及警務人員等向公眾派發防騙和道路交通安全宣傳單張。耆樂警訊及長者聯絡組劉家銘總督察指出，警務處於二零一五年開始推出耆樂警訊「滅罪活力號」宣傳車，旨在透過宣傳車與市民，尤其是長者近距離接觸，宣揚滅罪、防騙和道路交通安全的信息。他亦提醒市民，特別是長者，若遇到可疑來電或不明電郵時應保持鎮定，盡快聯絡警方反詐騙協調中心熱線（18222），同時亦要遵守交通規則，注意安全。

耆樂警訊「滅罪活力號」宣傳車上設有電腦遊戲供市民玩樂，車身設計及車內資訊站讓市民更加了解相關主題，提高警惕。市民於參觀後除可得到紀念品外，亦可以拍攝具防騙和道路交通安全訊息的相片，將相關訊息帶回家中與家人分享。

有關耆樂警訊「滅罪活力號」的更多資訊，可瀏覽耆樂警訊的面書專頁。

## 第二頁

### 耆樂警訊接受無線電視「快樂長門人」訪問

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組於七月二十六日接受無線電視邀請，為名為「快樂長門人」的節目接受訪問。出席嘉賓包括耆樂警訊及長者聯絡組林蕙芙督察及兩位元朗區耆樂警訊會員趙苑芬和郭嘉榮。

「快樂長門人」為長者資訊節目，透過邀請各個界別的嘉賓，講解有關長者的社會資訊、護理知識等。而此次訪問以介紹耆樂警訊為主題，由林蕙芙督察介紹警方成立耆樂警訊的四個目的，包括加強與長者社群溝通；建立滅罪夥伴關係以宣揚防騙信息；提升對長者的保護，減少他們成為罪案受害者的機會，和提高他們的道路安全意識；以及提供平台讓長者參與有意義的活動及繼續服務社會。她亦介紹了「耆樂隊長」和「耆樂理財防騙長門人」的訓練，透過相關訓練為會員提升滅罪、防騙、道路安全、和正確理財的知識，以協助警方宣傳相關信息。

作為「耆樂隊長」的郭嘉榮表示剛退休時擔心自己會和社會脫節，失去了價值。自從加入耆樂警訊之後，認識了一班老友記，擴闊了他的社交圈子，他接受了「耆樂隊長」訓練後，會為老友記，尤其新加入的會員解決疑難，協助他們融入耆樂警訊的大家庭。他覺得能繼續服務社會，人生變得更加有意義。而作為「耆樂理財防騙長門人」的趙苑芬亦表示「耆樂理財防騙長門人」課程讓她學習到穩健財政，提防受騙的重要原則，除了自己有所得著外，亦透過演講去訓練自己的演講技巧。她表示可以用同輩的方式與其它老友記分享審慎理財的概念，提醒老友記慎防投資騙案，感到自己所做的事非常有意義。他倆均表示耆樂警訊計劃發展多元化，希望藉此訪問吸引更多長者參與耆樂警訊計劃，繼續發揮所長，與警方攜手滅罪。

## 警方接受香港電台第五台「香江暖流」訪問

警方於八月十四日接受香港電台第五台「香江暖流」訪問，獲邀出席嘉賓包括新界北總區防止罪案辦公室羅淑雯總督察、顏凱欣高級督察和警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組余達智督察。

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組余達智督察在節目中介紹耆樂警訊「滅罪活力號」宣傳車。他表示警務處自 2015 年開始推出耆樂警訊「滅罪活力號」宣傳車，旨在透過宣傳車與市民，尤其是長者近距離接觸，宣揚滅罪、防騙和交通安全的信息。而因應最近的罪案趨勢及交通意外數據分析，兩輛耆樂警訊「滅罪活力號」宣傳車，分別以「預防騙案」和「道路交通安全」為主題，八月一日開始一連十日走訪 40 個地點。宣傳車上設有電腦遊戲和資訊站，供市民了解相關主題。

另外，他亦預告耆樂警訊大型活動耆樂警訊傳愛心 2018 的最新動向。活動將於 11 月舉行，藉以響應長者日並表達對長者的關懷和尊重。開展禮除有警務處處長出席外，亦會邀請耆樂警訊大使表演歌舞和宣傳防罪及交通安全信息。「耆樂警訊」會員日後更會協助警區同事，向區內長者派發福袋，傳達關懷與愛心以外，亦提醒一些獨居長者提防受騙及交通安全的重要性。

新界北總區防止罪案辦公室羅淑雯總督察、顏凱欣高級督察則提醒聽眾以免墮入網上情緣騙案，她們揭露騙徒行騙手法主要利用社交媒體結識受害人，聲稱自己為駐外軍人或專業人士以博取受害人信任，當雙方建立情侶關係後，便會以不同藉口要求受害人匯款。為免受騙，她們呼籲聽眾不應隨便在互聯網上披露個人資料及照片，在網上交友要謹慎，避免墮入騙徒陷阱，同時亦要時刻提高警覺性，不要輕易相信陌生人，尤其不要將金錢存入陌生人的帳戶。

騙徒手法層出不窮，警方呼籲大家，若遇到懷疑騙案時應保持鎮定，盡快聯絡警方反詐騙協調中心熱線（18222）作出舉報。

### 「耆樂警訊探訪隊長」先導計劃專題講座

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組舉辦「耆樂警訊探訪隊長計劃」(簡稱「耆樂探長」)，被警民關係主任推薦的「耆樂隊長」參與由地區長者活動中心提供的免費訓練，完成訓練後將與中心職員上門探訪各區的獨居或隱蔽長者，送上關懷慰問之餘，並向他們宣揚防罪和防騙訊息，以及提高他們對道路安全的意識，做到防罪及關懷到家。

於六月二十一日在警察總部演講廳首次舉行「耆樂探長」專題講座，逾二百多名準「耆樂探訪隊長」出席。講座旨在提升他們對預防虐老、滅罪、防騙、交通安全以及理財的意識，為日後成為「耆樂探訪隊長」及落區探訪獨居及隱蔽長者裝備所需知識。

專題講座邀請社會福利署、投資者教育中心和警方多個單位專家參與訓練環節。包括由社會福利署、家庭衝突及性暴力政策組闡述虐老定義及預防虐老的方法，以助「耆樂探訪隊長」洞悉有需要幫助的長者；投資者教育中心經理講解審慎理財及正確的投資概念；而防止罪案科亦分享了最新的騙案手法，提醒他們除了自己要慎防騙案之餘亦要警惕身邊親友。此外，港島區道路交通安全組亦向在場講解道路安全資訊。

警察公共關係科警司(社區關係)黃冰冰感謝參與是次專題講座的社會福利署、投資者教育中心和警方各個單位的協助，使「耆樂探訪隊長計劃」得以落實推行。她亦感謝「耆樂探訪隊長」願意付出時間繼續服務社會，關顧獨居及隱蔽的長者，並協助警方宣傳預防虐老、滅罪、防騙以及交通安全等信息。

### 邊界區耆樂警訊名譽會長會就職典禮

邊界警區於八月二十八日舉辦「二〇一八至二〇二〇年度耆樂警訊名譽會長會就職典禮」。典禮由邊界警區指揮官趙慧寶總警司、邊界警區副指揮官黃德昌高級警司、北區民政事務助理專員許需雯女

士、北區撲滅罪行委員會主席鄧開榮先生 MH, JP 擔任主禮嘉賓，並邀請到北區社區賢達及逾二百名耆樂警訊會員到場祝賀。邊界區耆樂警訊現時有 210 名會員，而本屆耆樂警訊名譽會長會會長共有六名，主席由張伙泰先生 BBS, MH 和副主席溫和輝先生 MH 所擔任。

典禮當日，由邊界警區指揮官趙慧寶總警司頒發委任狀予六位會長。邊界區耆樂警訊會員亦準備了多項表演，分別以二人合唱『天籟』、中國舞蹈以及太極拳 28 式等助慶，邊界區耆樂警訊名譽會長會主席張伙泰先生 BBS, MH 更帶領一眾會員高歌一曲『萬水千山總是情』，把現場歡樂氣氛推至高峰。最後本屆耆樂警訊名譽會長會會長為耆樂警訊會員準備了防罪的「耆樂福袋」，並由工作人員和耆樂隊長在現場派發，將祝福送給每位嘉賓及會員之餘，更不忘宣揚防罪和道路安全的信息。

#### 第四至五頁

#### 耆樂警訊周年大會 回顧與前瞻

「耆樂警訊周年大會 2017」於七月十四日在警察總部舉行，逾三百名高級警官、耆樂警訊中央諮詢委員會委員、各警區的耆樂警訊名譽會長、警民關係組人員以及耆樂警訊會員出席活動。

大會由耆樂警訊中央諮詢委員會主席暨港島總區指揮官余達松主持，警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組總督察劉家銘在會上回顧耆樂警訊過去一年的活動及發展成果，其後警察公共關係科總警司謝振中闡述耆樂警訊來年的發展計劃。此外，大會亦向表現優秀的耆樂警訊會員、耆樂隊長以及理財防騙長門人頒發感謝狀，以表揚他們對耆樂警訊的貢獻和支持。

處長盧偉聰先生與一眾高級人員出席周年大會後的午宴。四位知名人士薛家燕女士、胡楓先生、區瑞強先生及香港浸會大學體育學系副教授雷雄德博士，分別獲委任為耆樂警訊的「關愛大使」、「滅罪大使」、「防罪大使」及「活力大使」。他們將配合警方宣傳耆樂警訊活動，並向長者傳遞關愛、滅罪、防罪及交通安全信息。薛家燕女士和胡楓先生更即席表演歌舞及主持互動小遊戲，增添歡樂氣氛。

大會亦頒發合作伙獎及策略伙獎予不同機構的代表，包括香港賽馬會、保良局、南方醫科大學香港校友會、博愛醫院以及投資者教育中心，以答謝相關機構過去協助耆樂警訊籌備各類活動及理財防騙長門人訓練。此外，「耆樂警訊 Facebook」亦於當日啟用，標誌耆樂警訊的發展展開新一頁。最後，處長盧偉聰先生與一眾高級警務人員、耆樂警訊中央諮詢委員會主席及一眾委員合唱《耆樂之歌》，以歡樂歌聲為午宴作結。

## 第六頁

### 會員投稿

元朗區 陸濃深

畫中那隻披上美麗華衣的鴨子，在荷花池塘裏很不容易找到一個隨牠暢遊荷塘的同伴；正如那隻鴨子，我也是很不容易抽身加入元朗區耆樂警訊，在太太引導下申請成為會員，從此有太座陪伴身旁，咱們暢遊耆樂警訊這個錦繡天地，更倍感舒暢，如魚得水。

當初參加耆樂警訊目的，以為只是協助防騙、防罪、宣傳交通安全等等，原來還有很多空間和活動的參與都可以充實自己，例如：參與非華裔學童的義工服務、長者理財及保健講座、與大陸城市公安之文化交流、推廣防騙及理財訊息的攝影和標語創作比賽等等，活動多不勝數，當中更認識不少志趣相投的會員，彼此交流防騙防罪的心得，將相關的訊息帶給身邊朋友及家人。

雖然我加入耆樂警訊不足兩年，兩週前獲得周警長推薦參與「耆樂隊長」訓練課程，將會在下個月開始受訓，期待這一天來臨。戀戀元朗區耆樂警訊，我們彼此一段共同相處互勵互勉的時光，確是樂此不疲！

深水埗區 蘇美景

「我能夠成為深水埗區耆樂警訊一份子，我覺得很感恩。

在加入耆樂警訊的日子裡，使我獲益良多；除了有機會參觀警隊不同的部門，了解警隊的工作；如水警基地及警察機動部隊基地等。同時也有機會參觀其他公營機構、暢遊本地名勝、認識我們的香港。但最重要的是可以結識到一班與我差不多年紀的老友記。

此外，最使我感到自豪的是有機會參加理財防騙課程，在我完成課程後，獲頒發「卓越耆樂理財防騙長門人」證書。像我這個年紀，可以學習防騙和退休投資知識，減少自己被騙的機會，而且還獲得大家的認同和肯定，真是難能可貴。更讓我感到恩惠的，就是能夠到社區為市民服務。還記得有一次，我和耆樂警訊的老友記一起到深水埗區的街上，宣傳防騙訊息，當細心聆聽完隊長講解後，就大伙兒出動，派發傳單去。由於自己剛完成防騙課程，所以在過程中，除了派發宣傳單張外，我還和市民分享一些電話防騙小知識。那一刻，我覺得能夠將知識學以致用，透過活動中幫助市民特別是長者，我覺得很有意義。而這就正如耆樂警訊成立目的所說：「退而不休、充實自己」，並回饋社會。

往後，我希望能繼續參與耆樂警訊，並更希望能藉「耆樂理財防騙長門人」的身份來幫助更多有需要的市民及長者！

沙田區 何新強

我謹將以下幾句的即興七言律詩，聊表對沙田區耆樂警訊及老師的一點謝意，多謝各位竭力玉成「耆樂寫意國畫班」，多謝譚老師（同為會員）的悉心教導，感謝！感恩！

寫意輕描畫速成，筆酣墨飽繪丹青，  
鳳翥鸞回齊共賞，拈毫弄管姿彩盈。  
國畫課程匯雅興，因材施教師精明，  
警長竭力情可敬，耆樂警訊滿溫馨。

西區 鄭素華

好榮幸今年再得到盂蘭節大使胡炎松先生邀請，與西區少年警訊一齊長幼攜手參加上述比賽，更意想不到地能進入決賽。最後雖然以第四名告終，但已經有很大的進步，明年我們會繼續努力的。

普及一下知識，盆供的由來：相傳目犍連為救度母親，在農曆七月十五僧自恣日，用盂蘭盆盛載百味五果、生活用品、油燈香燭、床具被鋪供養十方聲聞眾僧，供僧所產生善功德能令其母親脫離苦難。盆供堆疊體驗構想源於盂蘭盆供。每組2人，參賽者須在指定時間內將各種供品米包有技巧地堆疊在金漆木雕饌盒上，數量最多隊伍者為勝利。寓意將更多福報迴向父母，目的是教導大眾毋忘父母長養慈愛之恩，弘揚孝親是世代相傳的美德。

邊界區 崔淑平

我是在2014年加入邊界區耆樂警訊，更在2016年成為了耆樂隊長。還記得當初我加入耆樂警訊是希望擴闊生活圈子，但是我在耆樂警訊的活動中，還學懂一些預防罪案的方法和知識。現今社會資訊科技發達，騙徒的手法層出不窮，當我遇到罪案發生或接到騙徒來電，我都記得黃Sir和伍Sir教我地，『停一停，諗一諗』，冷靜應對，最重要的是報警求助。

我加入耆樂警訊4年，我經常參與不同類型的活動和防罪講座，令我認識防止罪案、防騙及交通安全的訊息，提高我對不同類型罪案的警覺性和認識，而成為耆樂隊長的我，還會負責照顧新的隊員，並與隊員保持聯絡，安排他們出席防罪和交通安全的活動。

今年3月，我在沙頭角目擊一名女子跨越內地圍欄企圖潛入香港境內，於是我立即通知警方，並成功協助警方截獲該女子，證實她是一名非法入境者。更因為這宗案件，我獲得2018年第一期好市民獎嘉許，當日我女兒和孫女也陪伴我出席頒獎典禮，分享我人生一個重要的殊榮。耆樂警訊不單令我成為一個健談、樂於助人、關心人和事的老友記，而且使我的人生生活得更加精彩。

中區 梁麗金

這次香港電台舉辦「香江暖流長者道路安全百老匯」的活動，我覺得意義重大，福澤長者，而我和我的組員能夠參與這套劇的演出實在是榮幸之至，為我們的退休生活添了一筆美麗的色彩。

我作為中區耆樂警訊的一份子，除了經常參加耆樂警訊舉辦的交通安全講座，亦會向區內的居民派發傳單，宣揚交通安全的訊息。大部份長者本身都是循規蹈矩的人，能夠遵守交通安全規則；但有些老友記因為貪一時之快而妄顧自己安全，胡亂過馬路，以致險象橫生，令人憂心。現在我們參加了港台的活動，可以透過一個廣播劇的形式向更多市民宣揚交通安全訊息，希望長者們能緊記「交通規則要遵守，安全第一命長久」。

關於我們的短劇，由製作到正式錄音，只用了不足兩星期的時間。幸好我們的組員平日合作慣了，已十分默契，故綵排了兩次便「披甲上陣」。而這套劇的內容雖不是很突出，但很真實、貼地，事件就像發生在我們身邊一樣，希望能令聽眾產生共鳴。而整套劇中我們還增加了適當的音效，例如喇叭聲、汽車摩擦地面的聲音以及撞車的聲音，務求令廣播劇能夠更真實，老友記亦能更加銘記在心，小心過馬路。

## 第七頁

### 水果食用得宜可有效延年益壽（作者：小瑋）

現代人重視健康養生，營養豐富的水果就成為了長者以及一眾重視健康人士的恩物。香港衛生署就建議作為健康飲食的一部份，從六歲起到成年人及長者，應每日進食至少兩份水果，透過水果中的膳食纖維及豐富的維他命，有助降低患上慢性疾病的風險。

進食水果原來也要精打細選，例如西瓜就屬於高升糖指數的生果，進食後會令血糖上升得更快。椰子及榴蓮亦較高脂及高糖，不宜經常進食。罐頭水果更要小心食用，因一般會添加糖漿，注意血糖控制者，例如糖尿病患者，應避免進食。蘋果、橙、奇異果及西柚等則屬於升糖指數較低的水果。

有長者可能「貪方便」又或身體狀況緣故，而以飲果汁代替吃生果，但果汁營養價值比水果低，又流失了纖維。若非鮮榨果汁，市面買到的果汁多會額外添加糖分，所以盡量還是以吃生果為佳。

水果同時含有水溶性和非水溶性纖維。水溶性纖維存在於水果的果肉中；非水溶性纖維則在蔬果的外皮和種子。水溶性纖維可軟化大便、減慢消化、延長飽肚感、穩定血糖及降膽固醇；非水溶性纖維則可增加糞便量，促進腸道蠕動，有助預防便秘、大腸癌。

既然水果如此多好處，是否就可取代蔬菜呢？進食熟菜攝取的維他命C，比進食水果少。但經烹調的蔬菜，則較吃水果吸收更多茄紅素、β-胡蘿蔔素、脂溶性維他命。既然蔬菜及水果各有優勢，專家就建議大家食水果之餘也要食蔬菜，每天吃兩分水果及三分蔬菜。「一份水果」約等於兩個小型水果（如：奇異果），一個中型水果（如：橙、蘋果），或半個大型水果（如：香蕉、西柚）。「一份蔬菜」就相等於一碗240 毫升未經烹調，或半碗煮熟的蔬菜，當中包括芽菜、瓜類、菇類和豆類（如：菜心、茄子、紅蘿蔔）。大家可一齊跟住食，做個健康又有「營」的長者。

上期(2018年5月)《有獎遊戲》答案:

1. 錯 2. 對 3. 錯 4. 錯 5. 錯 6. 對 7. 對 8. 對

由於上期答中者眾多，經抽籤後得獎名單如下:

沙田區 龍雪玲

屯門區 陳六根 陳淑珍

大埔區 余佩芬 張麗芬

黃大仙區 黃銀香 陳秋蓮

中區 劉佩華 蔡月好 李周倩騰 劉利航 歐陽慧蓮 杜月冰

葉尚薇 韓金好 古賀與 翁天儒 鄭美玲

徵稿

「耆樂警訊」季刊，現誠邀各會員投稿，作品可以文字、繪圖、漫畫

創作、攝影等形式; 字數以700字為限; 題材不限，能表達參與本會活動後感想更佳。投稿者請註明個人資料，聯絡方法及個人照片一張。所有稿件將由本刊保留存檔，如有需要請自行保留底稿。

投稿方法:

電郵地址: [spc-office-2-pprb@police.gov.hk](mailto:spc-office-2-pprb@police.gov.hk) / 傳真:2527 1777

投稿一經刊登，將獲得獎品乙份。

有獎遊戲

食水果你要知多啲

以下各項陳述是或非??? 請在方格內以 或 表示

- “ 1. 只有年長人士才需要進補。
- “ 2. 冬季進補改善體內的陰、陽、氣、血。
- “ 3. 感到脾胃不適，代表是「虛不受補」，應馬上放棄進補。
- “ 4. 進補分為藥療及食療。
- “ 5. 食療可以代替藥療。
- “ 6. 身體狀況是否出現毛病，應由中醫師或受過相關專業訓練的人士診理較佳。
- “ 7. 進補一定要使用昂貴的補品，例如參茸、燕窩。
- “ 8. 進補前應先透過健康的飲食，包括避免進食糖、鹽、油等煎炸食物，調理好腸胃。

有獎遊戲

有獎問答遊戲截止日期為2018年10月30日

答案以警察公共關係科耆樂警訊公佈為準，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\$100 現金禮券，得獎名單將於下期季刊公佈，獎品將交由所屬警區警民關係組安排轉贈。

## 慎防社交媒體騙案

隨著近年社交媒體騙案不斷增加，警隊除加強力度打擊相關騙案外，亦會透過不同的渠道進行防騙宣傳及教育工作，藉此提高市民預防及自我保護意識。耆樂警訊提醒「老友記」，除了要留意電話騙案外，亦要提防陌生人利用社交媒體犯案。

### 投資騙案

騙徒透過社交軟件結識陌生人的功能聯絡事主，訛稱自己是成功的投資顧問、有名車名錶，扮作「金融新星」，又對事主噓寒問暖，取得信任後，騙徒再向事主推銷聲稱保證有高回報或風險很低的投資產品，要求事主簽署開戶文件及授權書，將投資戶口的帳號密碼交給代理人運作，稍後在沒有通知事主的情況下多次進行投資交易，事主隨後被通知投資出現問題，或聲稱因市場波動而不能達至投資目標，以致事主的投資本金全部虧蝕。最終，相關的投資公司更倒閉，負責人亦失蹤。

另外，騙徒亦會透過電話促銷手法 (cold call) 向事主假稱進行訪問或問卷調查，利用送贈平板電腦作開戶投資禮物和持續密集的推銷遊說事主作投資買賣，如「倫敦金」、「貴金屬」投資。其後，騙徒要求受害人開設和存款入投資帳戶，並簽署文件授權第三者代為進行投資買賣。其後，代理人頻密地進行交易並收取高昂佣金及過夜利息，最終受害人因投資虧蝕和佣金支出而損失全部資本。

### 防騙小貼士

- 購買複雜的投資產品前，應向專業人士查詢，尋求專業意見；
- 應選擇信譽良好的金融公司或銀行進行買賣；
- 如準備簽署任何協議、授權書或合約，務必清楚了解其所有條款及細節；
- 切勿向第三者透露網上交易用戶名稱及密碼；

- 當收到戶口月結單，應立刻核對所有交易紀錄，如發現任何可疑或未經授權的交易，應盡快向有關金融公司或銀行查詢。

## 網上情緣騙案

「防騙易」熱線 18222 近日收到海外居民報告，指有騙徒利用社交媒體結識受害人，建立情侶關係後，再以不同藉口要求受害人匯款。當受害人感到可疑時，另一名騙徒便會出現，並自稱香港警務處人員或反詐騙協調中心人員，指受害人較早前匯出的騙款已被香港警方成功堵截，要求受害人繳付保證金或手續費以取回騙款。

## 防騙小貼士

- 香港警務處、反詐騙協調中心及其他執法部門均表明不會要求市民進行任何金錢轉賬或繳交保證金；
- 網上交友要謹慎，避免墮入騙徒陷阱；
- 不應隨便在互聯網上披露個人資料及照片。如有網上結交的陌生人以任何理由要求索取金錢，不要輕易相信，必須核實其身分；
- 切勿將金錢存入陌生人的帳戶；
- 提醒身邊親友提防受騙；
- 如有任何懷疑，可致電「防騙易」諮詢熱線 18222。

## 耆樂警訊編輯委員會

警察公共關係科社區關係課警司黃冰冰（主席）

警察公共關係科耆樂警訊及長者聯絡組：

總督察何淦貽

督察余達智

警長楊肇得

警員唐洁玲

水警海港警區警民關係主任督察阮敬豪

深水埗警區助理警民關係主任盧慧嫦署理警署警長

## 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)