

长者如何保护自己

未雨绸缪

在我们的社会，免受罪案和暴力的侵害是每一个人的权利。随着我们年事渐长，有些因素可能会影响了我们的信心和生活质量。

一旦发现有什么危险，应该采取一些额外的预防措施，以防万一。这样做，可以大大提高你在家和公共场所的安全感。

我们在这里列出一些大家都能做到的简单措施，帮助我们保护自己、家人和朋友，免受罪案伤害。

外出活动时保护自己

- **经常提高警觉。**乘坐公共交通工具的时候，去人多或有守卫的车厢（装上蓝灯的车厢），或者坐在公车的前部。
- **经常**尽量和朋友一起联群外出。
- **永不**在公共地方携带大量现金。
- **经常**带上身份证明，也要让他人知道你去哪里，准备什么时候回家。

(请向你区内的防止罪案主任 [Crime Prevention Office] 了解近亲 [Next of Kin] 计划。)

在家中保护自己

- **永不**让你不认识和不信任的人进入你的家。
- **经常**关好家中门窗。
- **不要**把贵重物件、移动用具、家和汽车的钥匙放在显眼的地方。
- **经常**向警方举报你家附近出现的可疑行为。

家居安全小册：http://www.police.nsw.gov.au/_data/assets/pdf_file/0011/357059/292859_0615_G015395_NSW_Police_Brochure_-_Home.pdf

邻里守望资讯：http://www.police.nsw.gov.au/community_issues/crime_prevention/neighbourhood_watch_nsw

保护自己免受欺诈

- **小心保护** 你的个人或财务信息，例如驾照资料或出生日期等等，在电话或网上分享这些信息时尤其要小心。
- **经常**在付款施工前小心阅读任何合约或服务文件。
- **永不**让任何人远程进入你的在线设备。
- **永不**打开来自你不认识或不信任的人的邮件。

如果你知道有人受到暴力伤害，请联系虐老热线和资源组 (Elder Abuse Helpline and Resource Unit)，电话1800 628 221，或访问：<http://www.elderabusehelpline.com.au/>

获取罪案防范的详情可访问 www.police.nsw.gov.au



Justice



Triple Zero (000)
紧急事件或有生命危险情况。



Police Assistance Line (131 444)
非紧急情况。



Crime Stoppers (1800 333 000)
举报罪案或提供线索。可以匿名致电。