

國安教育日 全民齊響應

夏寶龍將發表開幕主旨講話 李家超：提升自覺維護國安意識



■小學生與執法部門交流，了解日常工作。 資料圖片

今日(15日)是第十個全民國家安全教育日，今年亦是全國人民代表大會常務委員會公布實施香港國安法五周年和《維護國家安全條例》立法生效一周年，意義重大。香港特別行政區維護國家安全委員會今早將於灣仔會展舉辦全民國家安全教育日開幕典禮暨主題講座。中央港澳工作辦公室主任、國務院港澳事務辦公室主任夏寶龍將以視頻方式出席開幕典禮，並發表主旨講話。

香港特區行政長官、國安委主席李家超表示熱烈歡迎，衷心感謝夏寶龍主任一直對香港的關心、指導和支持。李家超指：「全國人大常委會於2015年通過《中華人民共和國國家安全法》，以法律形式確立了『總體國家安全觀』的指導地位，規定每年4月15日為全民國家安全教育日，今年4月15日將迎來第十個全民國家安全教育日。」

李家超說：「當前，世界百年未有之大變局正加速演進，地緣政治局勢日趨複雜，局部地區衝突頻繁，環球經濟增長放緩，單邊主義、保護主義抬頭，全球不穩定因素增加，香港面對的國家安全風險變化莫測，香港特區政府會堅定不移全面貫徹『一國兩制』方針，深入理解『總體國家安全觀』，不斷完善維護國家安全的法律制度和執行機制，深入推廣全民國家安全教育。」

有助宣傳教育 鼓勵全民參與

李家超表示：「香港特區國安委舉辦全民國家安全教育日開幕典禮及統籌一系列學校和社區活動，有助國家安全的宣傳教育，鼓勵全民參與，不斷提升社會自覺維護國家安全的意識和氛圍。」他並強調：「在全面拚經濟、謀發展、惠民生的同時，我們要竭力維護國家主權、安全和發展利益，為國家更高水平對外開放，作出更大貢獻。」

為迎接第十個全民國家安全教育日，特區政府及地區組織本月起籌劃了形式多樣的活動，包括保安局轄下八支紀律部隊和輔助部隊，分別於本月不同周末及假日舉行開放日，而今日教育日正日，除在會展舉行盛大的開幕典禮暨主題講座外，民政事務總署18區亦支持活動，包括舉行中西區全民國家安全教育日研討會及油尖旺區舉行4·15全民國家安全教育日升旗禮（詳見附表）等，藉此提升市民維護國家安全的意識。

全民國家安全教育日活動概覽（只列部分）

活動名稱	時間	地點	詳情
全民國家安全教育日開幕典禮暨主題講座	上午9時30分	灣仔會展	港台電視32全程直播
中西區	下午3時30分至5時	西營盤社區綜合大樓禮堂	中西區全民國家安全教育日研討會
灣仔	下午4時至6時	東岸公園主題區	全民國家安全教育日2025暨港島冰球國安盃
深水埗	上午9時30分至下午5時	香港國際機場及香港國際航空學院	《同「深」衛國安》國家安全教育日2025
油尖旺	上午8時30分	尖沙咀天星碼頭五支旗杆	4·15全民國家安全教育日升旗禮
北區	下午2時至5時	上水花園第一號	北區全民國家安全教育日嘉年華2025

澳門永久居民派萬元 增育兒津貼月派1500

澳門特區行政長官岑浩輝昨發表上任後首份施政報告，宣布今年將延續多項稅務優惠及惠民措施，包括續向合資格永久性居民派發1萬元（澳門元、下同），非永久性居民派6,000元。另為鼓勵生育，新增育兒津貼，向未滿3歲澳門出生嬰幼兒每月發放1,500元，每年共計1.8萬元，而出生津貼亦由5,418元調整至6,500元。

岑浩輝：堅持把市民利益放首位

報告題為《革新謀發展 奮進開新局》，提出「解民憂、紓民困、惠民生，全力為民創造美好生活」等施政重點，明確提出今年施政總體方向為「加力多元、改善民生、提升治理、融入國家」。岑浩輝表示，本屆特區政府將堅持把市民利益放在第一位。報告並提出具體措施涵蓋改善就業、加大社會保障力度、不斷提升社會服務質量、提高醫療服務水平、優化房

屋政策等八個方面的內容。

其中報告提出向援助金受益家庭額外發放一個月全額援助金。普通殘疾津貼金由每年9,000元調升至1萬元，特別殘疾津貼金由每年1.8萬元調升至2萬元；醫療券由600元調升至700元，並向合資格居民公積金個人賬戶額外注資7,000元；持續發放照顧者津貼，繼續推行「弱勢家庭幼兒優先入託制度」，及延續電費和水費補貼、車資優惠。



■澳門著名景點遊人如鯽。 資料圖片

用練功券呢禮品卡 兩童黨被捕

騙徒在網上Carousell旋轉拍賣平台假扮買家狩獵，一名疑放售逾12萬元iTunes禮品卡（蘋果禮品卡）的女子不虞有詐，見面交易時遭兩名年僅15歲男童設局以「練功券」騙走禮品卡，警員接報到場檢獲154張分別面值1,000及500港元的「練功券」，遂以涉嫌詐騙罪名拘捕男女童。

被騙女事主姓倫（34歲），報稱於平台見到有賬戶持有人發帖，聲稱想購買iTunes禮品卡，經還價後女事主同意以

12.85萬元出售，並相約前日到港鐵黃埔站附近交收。女事主到埠後，兩名男童現身展示兩包「現金」後，要求女事主先將電子禮品卡的驗證碼傳送到另一人的電郵賬號。當過賬完成後，女事主赫然發現「現金」竟是「練功券」，即截停兩人及報警求助。警員經調查拘捕涉案男童，案件交由九龍城警區刑事調查隊第二隊跟進。據悉警方正通緝另一名涉嫌與事主通訊的騙徒和一名持有涉案電郵的騙徒歸案，並追查該批電子禮品卡下落。

運動鍛煉抗逆力



愛蘭說

龐愛蘭

健康城市聯盟（香港）副主席
香港十大傑出青年

抗逆力如同肌肉，必須持續鍛煉才能茁壯成長。這不僅是專家學者的研究成果，也反映了奧運重劍金牌得主江旻德的身身體驗。在與筆者對談中，江旻德指出：「每次訓練都是與自己的對話，爸爸小時候常說今日比昨日進步就可以了。」這種正向思維恰恰是抗逆力的核心所在。

根據香港中大醫學院賽馬會公共衛生及基層醫療學院、健康教育及促進健康中心總監黃至生教授的研究顯示，有規律運動的青少年在心理韌性評估中表現更為優異。過去的研究表明，持續運動能促使身體分泌安多酚，並提高血清素及多巴胺等神經傳遞介質水平，從而有效緩解壓力並增強情緒穩定性。江旻德的經歷就是一個最佳例證：「在劍擊運動的過程中，我學會面對壓力，如在2017和2019年，以及奧運比賽前一個月的膝蓋傷患，令我知道健康的重要，並深

刻理解自己對劍擊的熱愛，最怕冇得再玩劍擊。」

抗逆力並非與生俱來，而是可以學習和培養的能力。學校和家庭可為學生創造適切的環境，以提升抗逆能力。透過從做中學、體驗學習來增強解難能力，以及服務學習以培養同理心和自信心，利用不同策略達成階段性目標，將有助學生健康且自信地成長。

江旻德認為：「首先要找出自己的興趣，運動教會我為夢想堅持。我喜歡打逆境戰，特別是在落後的情況下，因為無得輸，所以我會更專注和享受過程，並以為港爭光為目標。」這種在運動中培養堅韌不拔的毅力，自然能延伸至學業、工作等領域。當年輕人在運動中突破自我，面對人生挑戰時，會變得更具韌性。

最後旻德分享她的名言：「跑跑跳跳身體好、瓜果蔬菜都是寶」，強調運動及健康飲食與身心健康息息相關。