

二孩来了,如何管好家庭财务账本?

多一个孩子只是多了一双筷子?对一二线城市的众多家庭来说,并非如此。二孩来了,家庭资产需要作出相应调整。如何提前做好预算,如何开源节流,如何应对短期资金压力,且听专家为您支招——

小陈夫妻二人最近有些烦恼,一直希望能给儿子添个弟弟或者妹妹的他们终于盼来了二胎政策的放开,可是,夫妻俩一合计家庭开销,又有了犹豫。“多个孩子,自然是多了许多的快乐,但多出一张嘴,家庭支出也要相应增加。如今我们每个月要还房贷,家里有老人和小孩,开销已经不少。是否再生一个,还得琢磨琢磨。”小陈说。

小陈夫妻的情况并非个例。不少一二线城市白领,在面对二孩这一选择时,都不约而同地陷入了生养成本的担忧之中。如何充分发掘家庭财务资源的潜力,做好迎接二孩到来的准备,成为不少家庭关切的问题。

资产配置需调整

“对于一个家庭来说,多一个孩子绝不只是多双筷子,父母不仅需要做好心理准备,而且需要做好财务预算。”上海银行浦东分行财富管理中心马天红表示,对于一线城市的家庭来说,生活支出和子女教育费用作为长期的大额刚性支出着实不可小视,对于二宝家庭来说或许也意味着负担加倍。

专家建议,对于多数家庭来说,如果计划要二孩,第一步是厘清当前家庭的财务结构,了解多一个孩子可能会多出哪些开支;第二步是做好预算,调整家庭资产配置。“预算主要可以分为生育金、抚养金和教育金等,部分家庭可能还需要考虑换更大的房子。”银率网理财分析师闫自杰说。

“假如是企业家等高资产净值家庭,还应做更全面的长远安排,考虑子女的不同专长培养,做好未来的家

业传承和财产分配方案,避免出现争产等不必要的家庭纠纷。”马天红说。

多措并举求开源

与小陈夫妻不同,魏先生一家已经迎来了二孩,由于具备一定的经济基础,再加上有老人帮忙,家庭收支还算平衡。可是,不久前老人走路不小心滑了一跤,家里原先的生活节奏一下子都被打乱了。

专家提醒,魏先生家的情况是不少家庭有了二孩之后,才发现家庭资产“亮红灯”的一种。由于事先缺乏相应规划,或者规划中没有考虑意外风险因素,比如失业、薪资下滑、家庭成员意外伤残身故等,一旦出现类似问题,就容易让夫妻二人措手不及。

“如果已经有了二孩才发现家庭财务出现问题,也就是说‘钱不够用’的事实已经发生,这时候只有两个办法:一是开源,二是节流。”理财分析师

刘银平表示,首先要减少不必要物品的添置,不要太过注重“名牌”,生活要注意节俭;其次考虑有没有增加收入的方法,比如可以通过理财增加家庭收入,但这方面的增收效果可能不会太明显;此外,可以换一个收入更高但可能更辛苦一点的工作,原先是全职太太的,也可以考虑找份工作。

值得一提的是,针对当前二孩市场,一些金融机构也有针对性地推出了消费贷款产品。“如果家庭出现短期资金流动性紧张,可以考虑消费贷等产品。但如果资金相对宽裕,消费贷则并不划算。”闫自杰说。

精打细算降成本

“二宝家庭如果精打细算,两个孩子的支出未必就是1个孩子的两倍。”马天红表示,大宝的衣服、玩具和书籍等二宝可以接着用,并且有了养大宝的经验,养二宝时若懂得合理购置,在喂养、就医和

教育等方面摒弃许多华而不实的开销,避免浪费,能显著降低二宝的生养成本。

为迎接二宝,大部分家庭可能还将面临换房、换车等较大额的支出。“从妈妈备孕二宝前到待产期间,有条件的家庭一般要换购大房,准备好今后养育大宝、二宝共同所需的书房、游戏室和保姆房等;换购大车或添置第二辆车,方便家庭出行。”马天红表示。

此外,针对一些家庭对学区房的考虑,陶嵘提醒,学区房属于投资性房产,如果家庭条件允许,可考虑购买,但也需要关注相关政策的变化,因为一旦区域政策出现变化,学区房价格可能会有较大波动。

陶嵘建议,投资于高风险资产的比例不宜过高,以免价格出现巨大波动而造成损失。另外,家庭资产配置时还需要考虑流动性,因为如果流动性资产配置过少,一旦出现突发情况,也将因变现需要而造成财富损失。

瑞康“莲馨苑”:用情关爱,用心守护

近几年来慢性病、肿瘤等患者伴发焦虑、抑郁等心理问题日益增多。黄浦区瑞康复医院(筹)医院以“用情关爱,用心守护”为宗旨,建立了“莲馨苑”心理疏导团队,坚持对因肿瘤及其他疾病而产生焦虑情绪的患者进行心理疏导和心理服务。

一位五十多岁的中年妇女患者,子女均在外地打工,两年前她被查出患有肝癌且广泛转移。雪上加霜的是,前不久她爱人也被查出患有肺癌,她顿时精神垮了。一晚,她悄然服用了大剂量的安眠药欲了此一生,被家属发现后及时抢救

转入医院治疗。但她依然悲观厌世。助医志愿者对她说:“我曾经也是一名癌症患者,你的病痛我全经历过,如今我不还是挺健康地站在你的面前。”说到这里,那位中年妇女紧锁的眉头逐渐舒展开来,神情里的释然与感恩替代了恐惧与戒备。为防止反复,志愿者每周进病房和她叙谈,二人遂成好友,患者病情逐渐改善。

3年来,“莲馨苑”共进行了三百余人次心理疏导,帮助了近200名患者克服心理障碍,坚定了与病魔做斗争的信念。“莲馨苑”的服务



面已经从患者延伸到家属,服务区域也延伸到社区服务,为社区重病病想轻生的特困老人,多次上门给

予心理疏导,使该患者放弃了轻生念想,积极配合治疗。

通讯员 周蓉

图片新闻

上海市健康大讲堂 食品安全专场在嘉定开讲

食品安全直接关系到人民群众身体健康和生命安全,是涉及群众切身利益的重大民生问题,也是衡量生活质量和社会文明进步的重要标志。6月21日,以“尚德守法 共治共享食品安全”为主题的上海市健康大讲堂在嘉定区菊园新区文化活动中

心开讲。上海中医院内 科主任医师朱凌云、复旦大学公共卫生学院营养与食品卫生教研室厉曙光教授和市健康教育所金伟副主任医师分别作食品安全专题报告。

“选择合理的养生方式”专题以当前医疗状况、慢性病发展新趋势为背景,强调合理养生方式的重要性,阐述“虚则补之,实则泄之”中医养生之道。结合近年来频发的食品安全事件,“食品安全五要点”让市民知道家庭烹调及外出就餐注意事项以及食品安全存在的常见问题,如砧板生熟未分开、贪吃生鲜等。

活动当天,食品安全知识版面展示、免费测量血压等项目也引起市民的浓厚兴趣。

据了解,本次大讲堂是今年全国食品安全宣传周系列活动之一,上海市健康教育所副所长高晶蓉,嘉定区卫计委预防科科长张耀华,嘉定区疾控中心主任邵月琴,以及200余名通过微信、广播、居委会获知讲堂的市民等参加本次活动。

金山区卫监所:错时执法推进文明城区创建

前不久,当很多人已经下班回家时,金山的众多公共场所中,仍能看到不少身穿制服、胸别党徽的执法人员在紧张检查。原来这是区卫生计生委监督所的一次夜查活动,区所的全体党员、中层干部、相关社区协管员等三十余人共同参与了此次夜查,通过党员志愿者活动推进金山区创建文明城区工作。

本次夜查分四组在石化、山阳、亭林等地同时展开,针对部分公共场所营业时间较晚、晚上客流量大等特点,主要检查闹市区的游艺厅、足浴店、美容院、理发店、旅店等二十余户重点公共场所,目的是进一步推进我区创建文明城区工作,规范经营,让顾客在干净卫生的环境中放心消费。

在常规检查从业人员健康证、公共用品消毒保洁等制度落实情况的同时,本次夜查重点加强了创建文明城区宣传氛围营造、公共场所控烟工作和日常工作中的薄弱环节检查。检查人员向每户人家发放了“创建文明城区”三角宣传牌、宣传海报、控烟标识、“五病”调离制度等,要求各场所张贴在店内醒目位置,以进一步强化宣传力度,倡导市民积极参与创建工作。同时发放爱尔施消毒片,下发公共场所推荐消毒方法,指导经营者规范使用消毒剂,避免消毒工作流于形式。

针对检查中发现的问题,监督员们及时发放了谈话通知书,约谈责任单位,督促整改,并将在今后追踪复查整改情况。

关爱老人健康心灵

南西街道举办迎七一主题关爱活动

6月28日,南京西路街道在党员服务中心举行了“关爱老人 健康心灵”——南西街道计生协夕阳依然红“迎七一”主题关爱活动,馨风关爱俱乐部会员和计生协志愿者50余人参加了活动。

南西街道计生协馨风关爱俱乐部,提供“软性”的亲情服务,通过“关爱4+1”形式,每周一次电话随访、每月一次爱心发送、每季度一次主题活动、每年一次爱心体检,定期组织志愿者走近失独家庭,做失独家庭的儿女,使失独家庭情感上有依赖,生活中有帮扶。“关爱老人 健康心灵”是南西街道计生协“夕阳依然红”2016年第二场系列关爱主题活动,特邀中医医师、志愿者张民安老师,以互动的形式,为失独老人讲解梅雨季节的养生要诀:滋养生息、万事适度、以

求平衡;养生平衡策略:阴盛补阳、阳亢清火、阴虚滋阴、阳虚滋补、阴阳二虚同补等,并将党史知识和养生知识通过有奖问答的形式,让失独老人对党史知识和养生方法有了更深的认识。现场气氛活跃,失独老人脸上露出了微笑。

“健康云”是上海市卫计委牵头实施的家庭医生移动健康管理服务项目,正在静安等四个区的部分街道试点,而南京西路街道是静安区唯一的试点街道。“健康云”是家庭医生更好为居民服务的助力工具。在签约了家庭医生后,他们有了贴身的“私人医生”,而有了“健康云”,他们不用出家门,就可以随时进行慢性病自我监测、自我管理。家庭医生则可以通过“健康云”了解他们的健康情况,进行在线健康指导。南西计生协知晓如此惠民的优质医疗资源后,联系南西街道社区卫生服务中心,得到了中心的大力支持。医生讲解“健康云”的使用方法,惠民举措,并现场为26位失独老人们在手机上注册安装了“健康云”,耐心一一告知使用方法,方便失独老人及时在线咨询家庭医生。活动现场,志愿者们带领失独老人做八段锦健康操,送上健康关爱。

通讯员 袁嘉

