

老年观察

对老年人来说,生命有二重含义,一个是活得好,就是活出健康、尊严、欢乐、价值和意义,就是要追求生命的丰度,赋予生命以丰富内涵。另一个是活得长,简单说,就是追求长寿。这两个方面是老年人问题的主要含义。

成功的长寿是不仅活得长,而且活得好;失败的长寿则虽然活得长,但却活不好。在中国,至少 60%的多数老人是带病生存,属于“失败的长寿”。

活得好是赋予岁月以生命,活得长是赋予生命以岁月。生命的丰度就是多体验、多作为和多奉献,包括生命的四维追求,即生命的强度——健康功能、生命意志和能力的保持和发展,生命的宽度——阅历的丰富和生活的拓展,生命的高度——提高人格的境界和胸襟,生命的深度——存在的价值、生命的意义、自我接纳和社会肯定,这是“成功长寿”总过程相辅相成的几个方面。

生命的强度就是“健康老化”所追求的,关键在于建设科学的、合乎规律和适合生命的生活方式,避免陷入失能失智失忆的“辱寿”困境。生命的宽度就是“活跃老化”或者说“积极老化”所追求的,路径是老有所学、老有所游、老有所历、老有所为。生命的高度就是“尊严重老化”所追求的,路径是老有所进、老有所学、老有所为、老有所用、老有所成、老有所立,实现自我,超越自我,会当凌绝顶,一览众山小。生命的深度也是“尊严重老化”所追求的,路径同上。人到老年,需要对独特的人生进行反思、总结和升华,不仅要追求生活的幸福,而且要追求生命的意义,简单说,就是多给予、多阅历、多贡献。

成功的长寿就是追求“命丰寿高”,“丰寿”意义远在“长寿”甚至“康寿”之上,那是老年追求、意志和价值的胜利。彰显寿命的丰度,淡化寿命的长度,就把握住了“成功老龄化”或者说“成功长寿”的秘诀。拓展和掘进寿命的丰度,需要在生命的四个维度做出努力。一个“老有丰寿”、“老有大成”的榜样人物是令人尊敬的书画大师刘海粟老。先生九十高龄十上黄山,吞吐黄岳,妙笔写造化,千古一美谈。其诗“一轮最爱腾天镜,中有彤彤报国心”,让人感动莫名!先生教诲道:“怀抱至诚至爱,不管人生成败,朝既定目标坚忍不拔地攀登上去,直到一览众山小……”真个是:气雄万夫,胸罗千峰。纵观海粟老晚年岁月,扑面而来的是一股浩然之气、正大之气和磅礴之气。其壮阔的人生、豪迈的气概、卓越的精神、非凡的成就,堪为人师!更加大师诗词独迈千古,心胸浩瀚,雄才阔步,不由感佩:大师的晚年是何等气象万千啊……老年的大师和大师的老年,多么辩证!非老年不成大师,非大师不到老年。杜甫云:丹青不知老将至;李白曰:天地尚在壮观间。最后我以歌咏大师的小诗收笔。《大师——敬写刘海粟老》:“山登绝顶尊为峰,万千气象一点红。人生快意大自由,笔走造化云中龙。”《巨匠——歌颂刘海粟师》:“平生志在第一峰,四海翻腾中国龙。百年风云酬高名,笔墨丹青万古红。”人到老年当如是,丰寿如此当长歌!

(作者为北京大学人口研究所教授)

老年金融业务有待创新发展

近年来在各银行营业网点里排队的,往往是老年人居多。造成这种现象的原因是多方面的,比如随着互联网金融的发展,中青年人群更多的到网上办理金融业务了,但老年人对金融服务需求的增多无疑也是重要原因。

但从老年金融业务发展的情况看,目前还处于初始期和探索阶段。如何更好地推进老年金融业务乃至老年金融产业的发展呢?这首先是金融机构的事情,但各级政府、社会组织和家庭等也有责任,应该多管齐下,共同努力。

一是金融机构要把老年人作为重要的客户群。随着我国人口加速老龄化,金融机构的客户对象定位也应该相应作出调整。从经营的角度来看,老年人比重的增加,意味着老年人财富比重的增加,需要的金融服务也相应增多。同时,随着经济的发展,收入的增多,社会保障的健全,老年人也会有

更多的闲钱用来投资理财,他们也有条件成为金融机构重要的客户群。

二是不断探索创新适合老年人的金融产品。针对老年人接受反应能力下降、行动不便、安全性要求高等特点,可以开发一种综合性金融产品,将个人在银行的存款、贷款、信用卡、基金、理财、保险、贵金属等所有金融资产和负债集中在一个多功能卡里,方便办理;也可以开发组合性产品,比如说“三四三”组合,即 30%的资金投资股票基金高风险产品、40%投资储蓄国债、30%用于应急储蓄,既满足老年人对收益的追求,又可有效降低风险,让他们不至于承受太大的心理压力,帮助老年人改善生活质量。

三是为老年人提供专业化、人性化的金融服务。针对老年人特点,金融服务要更加人性化,让老年人感到方便、快捷、安全。金融机构可以专门设

立养老金融部门,分析老年客户群对金融产品和服务需求的基本特点,探讨如何提供最方便、最体贴的服务。

四是各方面要加大对老年金融发展的支持力度。从政府方面看,由于老年金融这个产业刚起步,所以政府要加强政策支持;从社会方面看,要营造氛围,多加宣传。很多人说老年人不愿意承担风险,其实他们大部分是愿意承担的,关键要把这个风险提前解释清楚。金融机构自然要承担这个责任,媒体等社会组织也应该多宣传解释;从家庭来看,子女家人要鼓励帮助老年人自己办理金融投资业务,向老年人介绍有关金融知识和产品服务情况,要为老年人了解有关知识创造条件。对老年人自己办理不了但又需要办理的,要尽量提供方便。此外,政府要加大对以投资理财为名义的诈骗活动进行打击的力度。总之,通过多方面的努力,来推动老年金融的发展,为老年人提供更多更好的金融服务。

(选自《新产经》杂志)



正值牡丹盛花期,沪上各公园吸引了众多银发摄影爱好者前去拍摄,将“花中之王”的美定格在镜头里。

艾警春 摄文

信息窗

老人洗澡安全坐浴器

资料显示,每年约有 10%的老人在洗澡时因久站头晕目眩导致跌倒而就诊。海尔热水器今年推出了一款慕享坐浴器,此坐浴器采用高适配外接端口,可连接各式热水器,折叠式坐立两用浴座设计,在缓解疲劳的同时可防止老人长时间站立洗澡发生滑倒事故。考虑到很多老人记忆力下降,有时候会忘记加热,这款坐浴器配有声音提示,在加热完成后也会自动关机。流量和水量按钮也是采用最简单的旋转式,方便老年人操作。同时采用的国际专利防电墙技术,从根本上保障老年人的洗澡安全。还配有可调角度的双臂式多喷头淋浴臂,可享受 180°全方位的淋浴体验。

老年人对家电产品的要求是操作简便、安全性能要好。这款坐浴器的设计充分考虑了老人的使用习惯,保证了老人的洗澡安全。

林庸 辑

生活小贴士

防老年斑从中年开始

老人斑一般约在 50 岁后开始出现,随着年龄的增长,老人斑的数目可能逐渐增多,面积也会扩大。

老人斑的形成,包括皮肤功能逐渐衰退、自由基排除能力下降、内分泌紊乱、内脏功能差、血液循环差及长期受日光照射。

预防老年斑,应调整食物中脂肪的含量,多吃新鲜蔬果;多摄取如西红柿、柑橘、柠檬、胡萝卜、南瓜等。同时补充维生素 E,有助于体内抑制不饱和脂肪酸,生成脂褐质色素。此外,应加强面部肌肉运动,如吃东西时细嚼慢咽,也可改善脸部血液循环和皮肤代谢。

预防老人斑的关键在于避免长时间日光曝晒和异常刺激。如果出门晒太阳,可以多晒后脑勺和后背部;应从年轻时就开始积极注意防晒,除能有效预防各种皮肤晒伤、延缓老化的发展、色素沉淀外,对于预防皮肤癌也有帮助。

隋寅 辑

法律服务

立遗嘱抚恤金赠与保姆有效吗?

朱老伯是一位离休干部,妻子早已去世,一个女儿现在美国工作。朱老伯晚年生活都是保姆照料。2011 年 9 月,朱老伯不幸患上重病,住院期间,保姆对他细心护理,不离不弃,让他很感动。由于病情无好转希望,为此,他立下遗嘱,并写信给单位,声明去世后抚恤金全部赠与保姆,不得分给女儿。2013 年 12 月,朱老伯因医治无效去世。

朱老伯的女儿得知遗嘱内容后,即到父亲的单位交涉,阻止单位发放抚恤金给保姆,并于 2014 年 4 月诉至法院,请求法院确认该遗嘱无效。

法院经过审理认为,按照我国《继承法》,遗产是公民死亡时遗留的个人合法财产,公民可以立遗嘱将自己的个人财产给法定继承人继承或赠与他人。但抚恤金是用人单位给予死者亲属的物质帮助和精神安慰,不是死者生前拥有的个人合法财产,所以不能用遗嘱的方式处分其死后单位发放的抚恤金。因此,法院判决朱老伯所立的遗嘱无效。

【律师分析】

遗产是公民死亡时遗留的个人合法财产。《中华人民共和国继承法》第三条规定遗产包括:(一)公民的收入;(二)公民的房屋、储蓄和生活用品;

(三)公民的林木、牲畜和家禽;(四)公民的文物、图书资料;(五)法律允许公民所有的生产资料;(六)公民的著作权、专利权中的财产权利;(七)公民的其他合法财产。而抚恤金是按照有关规定给予死者家属的一种补偿费用,是对死者家属的抚恤和经济补偿,应由受抚恤的家属享有。朱老伯所在的单位,支付一次性抚恤金是职工非因工死亡后,所在单位按照有关规定给予死者家属或其生前被抚养人的精神抚恤和经济补偿。由于抚恤金不是给予死者的,也不是死者生前的财产,发给死者家属的抚恤金是有关单位给予其家属的物质帮助和精神安慰,特别是用以优抚、救助那些依靠死者生活而无经济来源的未成年人和丧失劳动能力的直系亲属,并非死者的个人财产。享受抚恤金待遇的人一般须具备两个条件:一是必须是死者的直系亲属;二是死者生前主要或部分供养的人。死者的近亲属对于抚恤金均享有权利,抚恤金的分配可以参照遗产的分配原则来处理。因此,抚恤金不属于遗产的范围,不能作为遗产继承。

市老年人法律服务中心志愿者律师 李东方