

民生

周刊 WEEKLY

民生为重，枝叶关情

现场

舞动山南

——西藏山南地区老年文化体育活动一瞥

本报记者 代玲

秋日的西藏山南地区行署所在地泽当镇，清晨已有些微凉。在体育场广场上，像往常一样，旺姆老人早早就来等待打太极拳的伙伴们。不一会儿，广场上就三三两两地聚起了老人并在老师的带领下开始有模有样地打起了太极拳。

自从3年前退休后，早晨打太极拳已经成为旺姆和很多老人每天必不可少的一项活动之一。

除了打太极拳，跳舞是旺姆老人的一大爱好。“我们藏族人会走路就会跳舞。我是从小跳到大。现在退休了，时间更多了，和老朋友们一起跳跳舞既打发时间又锻炼身体愉悦身心。”旺姆说。

山南被认为是藏文化的发源地，千百年来积淀了浓厚的文化氛围。特别是“山南果谐”“久河卓舞”等舞蹈形式远近闻名。结合悠久的历史底蕴，山南广场舞别具特色，尤其是老年人更善于跳、更爱跳。

山南雅砻剧院前，每到傍晚就有山南地区结合自身特色组织的广场舞活动。和旺姆老人一样，很多退休老人参与了进来。他们通过居委会自发组成了文艺队，除了平时跳广场舞，还不时参与到地区组织的大型活动中。

在广场这个没有围墙、人人都可参与的大舞台里，鹤发童颜的耆老既是欣赏者，又是参与者，大家轻松自在，无拘无束，在欢乐的舞蹈中寻找着自己的乐趣。

68岁的卓嘎老人是英雄退休支部的成员。自退休后她就一直参加党支部组织的各项文化体育活动，不仅没有退休后的失落，生活更加丰富多彩。“自从我参加广场舞健身以来，3年都没有生病，现在老伴也跟着我跳起了广场舞。”卓嘎老人说，家人都非常支持她每天来跳广场舞。“每天早上或晚上，我都可以到社区文化中心和广场跳舞、打太极拳，不仅自己的血脂、血压降低了，而且可以发挥余热，带动更多的群众参与广场舞。”

山南地区教育（体育）局体育科科长其米顿珠介绍，“通过社会体育指导员培训，山南安排2名左右社会体育指导员，为所在辖区的退休支部进行太极拳、广场舞、运动保健等教学，并组织所在支部的老年人，每天进行晨练与广场舞活动，真正发挥社会体育指导员在老年人队伍中的带头作用”。

山南地区教育（体育）局积极开展一系列内容丰富、形式多样的老年人文化体育活动的同时，山南地区教育（体育）局还积极组织各县修建全民健身活动中心，为老年人提供活动场所，并配备社会体育指导员，提供体育锻炼知识，避免老年人在锻炼中出现运动损伤等情况。

“长期以来，山南地区教育（体育）局认真贯彻落实发展体育运动、增强人民体质的根本方针，深入实施《全民健身条例》，尤其是针对老人，不断丰富他们的业余生活，不断加强公共体育服务体系建设，创新公共体育服务模式，提高全民健身工作水平，不断满足西藏地区各族人民的体育健身需求。”山南地区教育（体育）局党组书记采守宽说。据介绍，目前山南地区12个县中，已有9个县完成了全民健身活动中心建设，另外3个县的活动中心正在筹建中。



山南苹果园退休支部的老人在表演民族特色广场舞。本报记者 代玲 通讯员 张凡摄

要有物质帮助，更要精神关怀

——写在我国第3个法定老年节之际

本报记者 韩秉志

今年10月是我国第6个敬老月。敬老月期间，各地积极开展送慰问送温暖活动，重点走访高龄、空巢、失独老人家庭，为广大老年人办实事、办好事、献爱心。《经济日

报》记者调查发现，社会对老年人的关爱，已经从过去的单纯物质关怀转变为物质、精神双关怀，更加重视老年人的精神世界。

在重阳节暨全国第三个法定老年节到来之际，浙江省绍兴市老龄委有关领导带队来到百岁老人吴银连和金杏亚的家中，为老人送上长寿证、祝寿酒、暖心包等纪念品和礼品，为老人们送上重阳节祝福。

敬老月期间，各地积极整合政府、市场、个人等各类资源，动员城乡社区、企事业单位、公益组织等各种社会力量，广泛开展针对老年人的送慰问送温暖活动。

敬老月活动形式多样

伴随着敬老月活动的推进，各地开展起多种形式的敬老活动，让尊老、爱老、助老深入人心。

针对本省人口老龄化、高龄化、空巢化特点，黑龙江省各级老龄部门开展了孝亲敬老家庭建设、老年维权优待服务、敬老宣传教育等多项活动。其中，通过开展“敬老联盟”助老公益活动，为老年人提供5000份慰问品，组织5场庆祝老年节专场文艺演出活动，为2000多名老年人提供免费义诊和保健知识讲座。

河北省把敬老月活动重点放在基层、社区和农村，把重点关爱对象明确为高龄、空巢、失独、失能、困难老人，积极开展企业退休人员的老年文体活动，共同营造关爱老年人、关心老龄事业发展的良好氛围。

福建省厦门市老龄办统一部署，向社会各界广泛征集各种敬老项目200多项。厦门市、区两级单位除了慰问走访和帮扶困难老人，组织丰富多彩的南音、高甲戏和歌仔戏等传统文艺演出、书法和摄影展览，还推出免费维修家电、法律维权优待、活动场所全天免费开放等一系列敬老活动。

“从社会层面看，老龄工作正得到不断重视。为了适应老龄化社会的形势，各地在保障老年人社会服务、权益保障、养老救助等方面，工作都在加强。”中国人民大学社会与人口学院教授、老年学研究所副所长姜向群对《经济日报》记者说。

全国老龄办常务副主任王建军说，敬老月放大了老年节的效应，为构建大老龄格局起到了强有力的引擎作用，通过活动，各级老龄部门可以更好地争取党政主导，凝聚社会力量，从而形成一种关爱老年人、关心老龄事业的社会氛围。

老年人渴望精神关怀

“今天我要教大家网上购物。现在书籍、家用电器都可以上网买，就连勺子、碗、日用品，网上都有的卖……”10月17日上午，北京市海淀区蓟门里社区活动室里座无虚席。这场由“夕阳再晨”志愿者组织的公益课堂，吸引了不少社区老人。

夕阳再晨是由北京邮电大学在读大学生于2011年5月发起的志愿服务项目，志

愿者主要由大学生以及白领青年组成。项目通过教授老人们使用简单的网络、交流工具及部分经常使用的信息化高科技产品，旨在使老人们更了解并跟上飞速发展信息社会，让老人享受到科技带来的生活便捷，体验网络沟通带来的温暖。如今，这个项目已覆盖了北京市30多个社区。

“在和老人们的接触中我们了解到，不少老人虽然衣食无忧，但却觉得精神上很孤独。”北京市夕阳再晨社会工作服务中心负责人何绍森对记者说，“老年人的需求不仅有物质的，更有精神方面的。在当前人们生活水平普遍提高的情况下，精神需求往往更为迫切”。

老有所为，也是老年文化的重要内容。“给有意愿发挥余热的老人展现自我的机会，也是尊老助老的一种表现。”何绍森认为。姜向群表示，随着老年人健康水平普遍提高，部分退休老人的精力依然旺盛，应从政府、社会、市场多方面调动资源，通过系列措施来解决老人们的现实问题。

一些地方已经开始先试先行。如厦门市在全国首创老年在线课堂。老年人只要在家点击一下老年网就可以接收老年云课堂的课程，课程采用微电影的形式，普及健身娱乐、养生保健、心理健康、亲子睦邻、防盗防骗五类“微课程”知识，有效缓解了老年大学教育资源供不应求的矛盾。目前，厦门市拥有老年活动中心655处，老年大学388所，老年团体和老年人排练、娱乐都有了免费场地。



▲ 敬老月期间，内蒙古公安边防总队室韦边检站官兵来到额尔古纳市广安社区贫困老人家里，为他们送来了米、面、食用油、水果等生活必需品，了解他们生活中遇到的困难，帮助他们解决实际困难。

王海涛摄

▼ 10月21日是重阳节，也是我国法定的第3个老年节，新疆兵团第十三师红星二场组织青年志愿者、文艺骨干到养老院为老人们表演文艺节目，并和老人们聊天，陪伴老人们过了一个快乐的节日。图为志愿者为养老院老人服务。

李乾红摄



观察

如何保障老年人合法权益

本报记者 李万祥

“我和老伴要结婚，两边的房子和财产都怎么办？”“孩子说我有养老保险，不想给赡养费，咋办？”重阳节前夕，北京市西城区法院的法官们来到西城区新街口街道官园社区服务站，为周边社区的老人们维护自身合法权益答疑解惑。记者发现，当前老人们最常遇到的法律问题有婚恋、财产、赡养等问题。

老年婚恋：非情感需求致闪婚闪离

今年7月，83岁的王老先生将刚结婚不满3个月的妻子——65岁的赵女士诉至法院，要求离婚。据了解，王老先生离婚后，和他原在同一单位的赵女士主动提出和王老先生结婚。虽然对赵女士不太了解，但王老先生还是认为赵女士身体好，为人热情，结婚后会成为相互依靠的伴侣，遂同意。然而婚后，赵女士独断专行，毫不顾忌王老先生的意见和感受，在生活上也不关心、照顾王先生。故王先生要求离婚。

“2014年我们共受理老年人离婚案件163件，比上年度的144件增长了13.2%，上升趋势明显。”西城法院家事审判庭庭长张涛告诉记者，部分老年人再婚不是出于情感需要，而只是想找“保姆”式的老伴来照顾生活，婚前缺乏充分了解，存在“资源交换”心理，再加上年龄、生活方式、思维习惯、价值取向的差异，使得一些再婚老年

人生活不睦，最终导致“闪婚、闪离”。此外，很多老人都会上网，“网恋”在老人圈里成为一大普遍现象，而由于“网恋”导致的老年人离婚现象屡有发生。

精神赡养：老年人更需要情感慰藉

随着“母亲节”“父亲节”等节日的流行，越来越多的人选择在这些节日里向父母表达孝心。节日期间的关爱虽不可少，但这更像一种“突击式”尽孝。“孩子们有这份孝心当然是好的，可我们更希望他们能在平时多花些时间陪陪我们。”这是很多老年人的心里话。

我国老年人权益保障法规定，赡养人应当履行对老年人经济上供养、生活上照料和精神上慰藉的义务，照顾老年人的特殊需要。可是，相比于物质方面的需求，老年人更需要精神与情感层面的慰藉。

随着老年人权益保障法的实施，精神赡养类案件逐渐增多。以北京市西城法院为例，2014年该院共审理了涉老精神赡养案件9件，约占全部涉老年人赡养案件的两成。据介绍，去年82岁高龄的袁老太就把自己含辛茹苦养大的两个孩子告上法庭，要求子女每半年要有4个月时间亲自照顾自己，或者支付赡养费。

“精神赡养诉求出现的主要原因是子女工作忙、住得远，或家庭矛盾深。支付赡

养费仍是涉老赡养案件的主要诉求。现在子女拒绝支付赡养费的理由也十分多样，有些并没有法律依据。”张涛说，有的子女以父母收入充足、父母有医疗保险为由拒不支付，有的子女认为父母离异后自己多年没有共同生活，就可以不履行赡养义务，还有多子女家庭，子女以经济条件有差异或老年人分财产偏心为由互相推诿。

法官表示，上述理由都不具备法律依据，不能成为不赡养老人的理由。但是法院在审理时也会考量被赡养人的身体情况、日常生活水平、当地消费水平和赡养人的具体情况，对赡养费数额酌情判断。

西城法院通过与西城区人民调解委员会、区妇联、特邀调解员、心理专家等调解力量合作，为涉老年人家事案件当事人提供更多的纠纷解决选择。

财产继承：以有效的遗嘱分配财产

孙先生和李女士原来居住的西城区某房屋拆迁，获得拆迁安置补偿款845万元。孙先生夫妇去世后，其子女们为了这笔拆迁款闹到了法院。

以有效的遗嘱分配财产，以免引发家庭纠纷。

相比于孙先生的遗产拆迁款，现在的遗产继承中出现了许多新类型财产，还有许多较难判定的遗产类型。

当事人人数多、身份关系复杂也增加了遗产类纠纷化解的难度。就西城法院而言，2014年当事人为3人以上的案件占涉老继承案件总数的85.6%，涉及离婚、丧偶、再婚、收养、转继承、代位继承、遗嘱、遗赠扶养协议等情形，导致继承关系复杂、遗产范围难以确定。

如果老年人想把自己财产给继承人以外的人怎么处理？法官提示，从法律上讲这属于遗赠，应当通过立遗嘱的方式来确定遗产受让人以及分配办法。我国继承法规定的遗嘱形式有公证遗嘱、自书遗嘱、代书遗嘱、录音遗嘱、口头遗嘱5种形式。其中公证遗嘱的法律效力最强，建议老年人如果在条件允许的情况下，最好选用这种方式。

执行主编 陈郁
责任编辑 向萌 杨开新
美编 高妍
联系邮箱 jrbms@163.com