

## 研究会健康生活精神家园2024年12月24日活动简讯

作者：张开宁 时间：2024-12-29

2024年12月24日下午14:00至16:30，本年度第六场精神家园活动顺利开展。

晴朗暖冬的一天，研究会为精神家园的老年朋友们策划了一场题为《中老年人理财投资防骗》的主题活动。特邀嘉宾张京律师就“中老年人在理财投资中如何识别和规避风险，保障养老资金的安全”提供了一个高质量公益讲座。一批老朋友们在轻松的氛围中分享了自己近期的人生感悟，并展开了热烈讨论。

当日下午两点，胡卫红老师作为主持人，以简洁明快的开场为活动拉开了帷幕。鉴于张京律师在大家心中的熟悉度，胡老师省去冗长介绍，迅速将焦点引向知识的传递。为进一步活跃气氛，胡老师带着大家进行了绕口令练习这一口脑热身活动，瞬间点燃现场热情，使整个活动空间充满活力与欢笑，为后续的知识分享和讨论营造出绝佳氛围。



简短介绍整个活动内容后，主持人把时间交给了张京律师

张京律师以两个引人深思的问题开场：“中老年朋友如何提升自己的辨识能力以保护好自己财富？如何进行合理理财以保障养老资金的安全或升值？这是每个人安享美好晚年生活的两个重要的现实问题。……”。这直击了中老年人安享晚年的核心需求，瞬间抓住了听众的心。

紧接着，他通过一份调查表，引导大家思考一个问题：中老年人应如何筹备自己未来的养老财务？该调查表把每个家庭及个人持有的资产分为存量资产、增量资产及变量资产。其中存量资产包括已有的房产、存款、各类投资理财产品、保险和债务等，也涵盖了家庭及个人背负的房贷、借款债务、银行贷款等债务。增量资产则包括退休工资、退休后兼职收入、投资收益（包括保险、股票、理财等收益）、房产租赁收益等。变量资产是指每月生活开支、兴趣开支和失能失智后养老计划所需费用，以及新增的投资、准备赠送和继承给亲属的资产等变化中的资产等。



每个家庭持有的资产可分为存量资产、增量资产及变量资产

胡中主任敏锐地发现，今天这一份调查表的最大价值并非真正做社会调查，而是启发每一位中老年朋友深入思考自己未来生活的财务保障措施和潜在风险。应众人之请，张京律师欣然答应在研究会健康生活精神家园活动群里分享该“调查表”，以便有意愿的朋友能够随时针对自己的家庭及个人持有的资产进行“财富体检”，并在此基础上尝试进一步学习和思考。

参加本次活动的朋友们积极填写了“调查表”。张京律师当场与填写者进行问与答、开展互动。通过对一份份“调查表”的深入剖析，引导大家进行“集体思维”，使大家对每个家庭及个人持有的存量资产、增量资产及变量资产有了全新认知，包括资产分类及其特点、重要性及可能面临的风险甚至陷阱。例如，张京律师指出，有的老师资产配置合理，布局科学，收益稳定且风险低，每月退休工资占生活开支比例小，兴趣开支占比高，表明生活品质高而且稳定。与此相反，另外一些老师的资产特别是投资理财却存在风险与不足，值得警惕。参与者均表示，今天在欢声笑语中获得了宝贵的法律知识和金融知识，收获满满。

活动随后进入案例分析环节。张京律师凭借自身实战经验和丰富的工作案例，精心准备了大量生动的实例用于本次活动分享。他通过一个个真实故事，逐步铺陈出今日讲座的核心要点：中老年朋友应如何保护自身财富，怎样合理理财以保障养老资金的安全乃至稳健增长？作为部队培养出来的金牌讲师，张京律师在今天的活动中尽显公益情怀、满腔激情与卓越的主讲能力。他从身边至亲如父母的故事切入，让大家自然而然体会到了亲切感和真实感，对失能失智后的老年生活规划有了更深刻透彻的认识。



在养老产业发展进程中社会组织可以发挥更大的价值

大家在交流探讨中形成了一致的看法：晚年生活规划的关键在于珍惜失能失智前的每一天，让自己开心快乐；财务准备方面最重要的则是为失能失智后的生活提供保障，因为到那时以医养结合、康养为主的养老生活至关重要。

张京律师指出，在养老产业日益发展的进程中，社会组织可以发挥更大的价值。主要体现在为养老事业指引方向、提升养老效率、增强养老认知以避免误区，以及保障养老安全等方面。他提到，当个体处于失能失智状态时，往往需要通过购买高品质、个性化的服务来维系个人的尊严，确保那时候的生活兼具“面子和里子”。主讲人不仅为听众打开了很多与中老年生活紧密相关的法律知识新窗口，还毫无保留地分享了大量实用且具操作性的经验心得。

最后，张京律师以“法律伴随人的一生！”这句铿锵有力的话语，圆满结束了此次演讲。

参与者以热烈的掌声向这场高质量讲座致以诚挚的谢意。大家纷纷表示，当下电信诈骗日益猖獗，诈骗手段层出不穷，甚至出现了高智商化、高科技化的新态势，令人防不胜防。而张京律师今天的专业分享，帮助大家在中老年人的理财投资方面未雨绸缪，更好地识别和规避潜在的骗局和风险，无疑是一次不可多得的个人生活金融知识扩展和提升的机会，使众人受益匪浅。

讲座后的讨论环节也极具参与性，充分彰显了研究会活动自由交流、各抒己见的特色。大家对昆明市目前现有的医养结合及康养养老服务提出了各类问题。昆明市第二人民医院的毕卫红老院长和官房康复医院的胡中院长再次介绍了自己所在的机构与服务。胡中院长在发言时，还讲述了云南省医学界若干前辈们晚年生活的真实片段。针对不少中老年朋友尿酸偏高的问题，她提供了免费获取一款北京研发的保健茶的相关信息。付远杨等老师即兴分享了自己近期的个人经历和人生感悟。



在欢声笑语中分享人生感悟并展开热烈讨论

活动接近尾声，张京律师提出建议，研究会可以考虑，适时在扎实调研的基础上推出一份昆明市目前已有的失能失智长者医养结合及康养养老服务状况的报告。石天明老师对此称赞道，张律师思路清晰，视野开阔，其凭借扎实的社会学理论基础及丰富的律师执业经验，对养老问题的见解深刻且富有启发性，这种专业素养难能可贵。胡中院长也发表看法，提议不妨考虑将报告进一步拓展，探索形成一本《昆明市失能失智长者服务指南》的可能性。参加活动的朋友们各抒己见，展现出大家对老龄化社会及老年生活多元化、丰富性的深刻认知和深入思考。

2025年即将到来。参加活动的朋友们对新一年中参观考察昆明市第二人民医院养老服务充满着期待。毕院长也希望大家对计划中的考察之旅提出自己最关心的问题。老年健康中心将进一步征求各方意见，并与该医院积极联络，使后续的参观考察尽可能满足参与者需求，更好地了解市二院养老服务的特色与优势。



云南省健康与发展研究会 [www.yhdra.org](http://www.yhdra.org)

Tech Support : Tekin

QQ:932256355

Mobile: 13888011868