

## 老年人如何避免身后纠纷?

### 市老年活动中心举办继承法公益讲座,助老年人守护亲情港湾

晨报记者 晋君  
通讯员 李炜

“房子留给哪个孩子?”“老伴走了,存款怎么分?”这些家庭问题若处理不当,可能成为撕裂亲情的导火索。为帮助老年人掌握继承法知识,化解家庭矛盾,近日,福建巽明律师事务所主任、律师许拥军应邀来到厦门市老年活动中心“银龄讲堂”,带来一场主题为“民法典之继承法”的普法公益讲座,帮助老年朋友用法律守护亲情港湾。

#### 案例

#### 一张未写完的遗嘱 让三兄妹对簿公堂

80岁的张大爷突发心脏病离世,生前曾手写遗嘱称“房产归小女儿所有”,但因未签名且日期不全,三个子女对簿公堂。大儿子认为父亲晚年糊涂,二儿子质疑遗嘱真实性,小女儿则坚持这是父亲意愿。最终法院认定该遗嘱无效,房产按法定继承均分。三兄妹虽拿到均等财产,却从此形同陌路。

“许多老人觉得‘留个话就行’,但法律对遗嘱形式有严格要求。”许拥军为老年朋友支招。据她讲解,继承分为

法定继承和遗嘱继承,其中法定继承的第一顺序继承人是配偶、子女、父母,第二顺序继承人是兄弟姐妹、祖父母、外祖父母。

许拥军介绍,遗嘱继承的常见形式有自书遗嘱、代书遗嘱、公证遗嘱、录音录像遗嘱、口头遗嘱等。“如自书遗嘱,需要由遗嘱人亲笔书写、签名,并注明年、月、日。”她在现场展示了一份标准的自书遗嘱模板,强调哪怕少一个细节,都可能让老人的心意落空。

她还列举了常见的遗产类型,如房产、存款、车辆、股票基金、知识产权收益等,而抚恤金、人身保险指定受益人的保险金等则不属于遗产。

针对老年人关心的“如何

避免身后纠纷”问题,许拥军建议,早规划胜过“急补救”。许多遗嘱继承纠纷源于立遗嘱人在立遗嘱时已经病危,此时立遗嘱人意识是否清楚决定了遗嘱是否具有法律效力。她建议,老人可在意识清醒时,通过自书遗嘱、代书遗嘱等方式明确财产分配。为确保遗嘱表达清晰、内容合法,必要时可委托律师对遗嘱进行把关。

#### 案例

#### 老人和继子起房产纠纷 法律帮助双方达成协议

72岁的刘奶奶现身说法:老伴去世后,她与继子因一处房产争执不下。继子认

为“房子是我爸的,和继母无关”,可是刘奶奶已在此居住20余年。后经专业人员讲解,房屋属夫妻共同财产,刘奶奶拥有50%的份额,剩余50%由刘奶奶和继子均分。继子最终主动让步,双方达成调解协议。“法律不是冷冰冰的条文,它能帮我们找到亲情的平衡点。”刘奶奶感慨道。

法律是盾牌,亲情是纽带。“以前总怕提继承伤感情,现在明白早规划才是对子女负责。”参加活动的周大爷说。

独居老人李阿姨提问:“子女不孝顺,我能把房子留给照顾我的邻居吗?”对此,许拥军回答:“签订书面遗赠扶养协议,约定对方承担生养死葬义务,您可依法将财产赠予

法定继承人以外的人。”

“遗嘱如同温暖的‘保护罩’,为老人的生活提供保障,能让老人在晚年安心,维护家庭财富合理分配,避免因财产问题产生纷争,让老人晚年生活安稳,有利于维护老年人的合法权益。”许拥军说,通过合理的遗嘱安排,能够让老人晚年亲情更紧密、子女间关系更和睦,使老人能度过幸福晚年。

据悉,厦门市老年活动中心今年将联合厦门律师凤凰花志愿服务队推出老年婚姻、财产分割等专题法律讲座。老年朋友如遇到法律问题,每周五上午可到市老年活动中心综合楼“服务驿站”向律师志愿者求助。

## 让体育成为老年人“快乐源泉”

### 文屏社区坚持党建引领,探索“老年人健身康乐家园”创新之路



晨报记者 晋君  
通讯员 黄晶晶 吴雅蓉

思明区梧村街道文屏社区,总人口1.7万余人,其中60岁以上老年人占比高达19%。如何让老龄群体“老有所健、老有所乐”?文屏社区交出了一份亮眼答卷:老年体育人口占社区老年总人口的84%,社区获评2024年度“老年人健身康乐家园”示范单位。这些成绩的取得,得益于文屏社区以党建为引领,探索出一条“老年人健身康乐家园”创新之路。

#### 党建引领形成“多元共建”

文屏社区党委将“老年人健身康乐家园”工作纳入重点任务,发挥党建引领作用,构建“3+N”工作联动机制。

“过去,社区健身场地

少,老年人活动受限,现在大不一样了!”黄瑛瑛是社区老体协的“领头雁”,她告诉记者,社区选优配强社区老体协班子,为创建“老年人健身康乐家园”工作提供组织保障,选拔9名热心老龄事业的退休干部参与老体协工作。

此外,社区还带动共建单位、爱心单位及志愿者队伍等群体共同参与,形成“多元共建”模式,为创建工作提供有力保障。依托共建模式,社区党委有效解决了创建中的各种难题。

#### 队伍建设激活“银发力量”

社区党委以老年人需求为导向,制定“3+N”工作体系,即以“阵地建设、队伍建设、活动组织”三大核心为支撑,提供“文体融合服务、智慧助老等”N个服务。



文屏社区的老年朋友开展健身活动。记者 晋君 摄

场地建设方面,文屏社区取得上级支持,盘活边角地块,坚持每年争取建一点、改一点,有计划地完成辖区室内外体育健身场所建设,建成12处健身场地,总面积约7600平方米,涵盖健身路径、气排球、舞蹈室等。

社区指导老年人健身队伍建立“传帮带”机制,制订“社区体育人才库”建设计

划,一方面选拔老年人健身骨干组建体育健身队伍,另一方面以“年轻人服务老年人,年轻老年人服务年长老年人”的思路,组织志愿者参加社会体育指导员等专业培训,确保队伍建设可持续。目前,社区共有14支老年人健身队伍,每年可以带动约2.8万人次参与老年人体育活动。此外,有17名持证体育

指导员和45名老年志愿者活跃在社区的7个健身辅导站。

#### 活动创新打造“快乐源泉”

结合社区特色和老年人需求,文屏社区创新老年体育健身活动,实现“月月有主题、季季有亮点”。近3年来,除常态化健身活动外,社区共开展、参与各类活动57场,荣获7个市级、区级比赛奖项,带动7982人次参与,真正让体育成为老年人生活的“快乐源泉”。

社区还与卫生服务中心、养老机构等单位联合开展康乐活动,鼓励老年人借助智能手环、体脂秤、智能魔镜等工具,实时监测健康数据,实现“智慧健身”。

社区相关负责人表示,社区将坚持以老年人需求为导向开展老年人体育工作,积极探索,大胆实践,实现“老年人健身康乐家园”从“六有”到“六好”提升。