

法在身边 || 要求晚辈出钱请保姆 法官如何判

九旬老人不愿住养老院,也不愿与女儿、外孙女一起生活,只希望她们每月支付5000元聘请居家保姆照料。法院会支持老人对这笔保姆费的要求吗?江苏海安市人民法院对这起特殊的赡养纠纷案作出判决:尊重老人请保姆居家养老的意愿。

因保姆费起诉女儿、外孙女

张某94岁,与老伴育有一女林某。老伴2019年去世,给张某留下18万元存款和三间瓦房。2020年初,张某与女儿、外孙女签协议,约定将自己的住房赠与外孙女,但两人要给自己养老送终。2022年,张某将女儿和外孙女诉至海安法院。

张某称,自己身体每况愈下,需专业人员护理,但不愿去养老院,由于与女儿、外孙女生活习惯有较大差异,常因生活小事发生争吵,也不想与她们一起生活。为此,她要求女儿和外孙女每月支付自己5000元用于请保姆。

庭审中,女儿林某说,自己年幼时曾被张某抛弃,成年后才相认,她认为张某对自己没尽过抚养义务。且她的收入只有退休金2800元,支付不起保姆费。张某的外孙女称,自己并非赡养义务人,不应当也无力承担赡养费。两人都表示,可将张某接至家中生活。

法院:每月出1000元保姆费

法院审理认为,尊老爱幼是传统美德,成年子女对父母尽赡养义务,既是道义的责任,也是法定的义务。虽然张某年轻时抛弃过林某,但其后来也对外孙女予以尽心照顾,在一定程度上弥补了林某年幼时抚养的缺失。对外孙女而言,原本并无赡养义务,但房屋赠与协议具有遗赠抚养协议的性质,作为受遗赠人,应承担赡养义务。

法院认为,张某已九旬高龄,不适合独自生活,法院尊重其想请居家保姆的意愿,但考虑到其有一定的存款和政府补助,结合母女两人的经济状况,故最终判决居家保姆费由女儿负担400元/月、外孙女负担600元/月。该判决已生效。

子女赡养老人应尊重其意愿

该案承办法官孙翠燕说,子女对父母的赡养,并不以父母履行了对子女的抚养义务作为对价,亦不可约定其他前置性条件。从实践来看,子女履行赡养义务,可给付赡养费,也可将父母接至家中生活,或送至养老机构。赡养费的支付形式可以是金钱或实物,数额应根据父母的需要程度、当地物价水平、子女的赡养能力等确定。在离婚案中,对子女抚养问题应遵循最有利于未成年子女利益的原则;而赡养老人,亦应尊重老人意愿,遵循最有利于老年人权益的原则,让其更好地安度晚年。据《扬子晚报》

防衣服掉色用盐泡泡

用食盐。准备一盆清水,倒入适量洗涤剂和食盐搅拌均匀,将衣服放进去浸泡半小时(注意有的衣服标签上注明浸泡不能超过半小时),之后再洗,掉色就会减轻很多。

用白醋。白醋对于衣服有一定的固色作用,使用方法和食盐一样。

用柔顺剂。衣物柔顺剂主要是让衣服变得更柔软的,但也有亮白和护色作用。此外,衣服如果日晒时间太长,也容易褪色。李傅/文

消费指南 || 挑选胡萝卜 最好带泥土

胡萝卜营养丰富,是餐桌上的常见食品。市场里往往卖两种胡萝卜,一种是非常干净光滑的,另外一种则是带有泥土的。到底买哪一种好呢?

胡萝卜是长在土里的,所以难免会带一些泥土,商家为了能卖个好价钱,会对胡萝卜进行清洗处理,而且清洗过的胡萝卜卖相好,很多人会因为胡萝卜干净而选择购买。但胡萝卜在机器清洗的过程中,表皮难免会破损,因此,这种胡萝卜不耐放,需要冷藏保存,

否则2至3天就会水分流失。带泥的胡萝卜采摘后未经过任何处理,泥土成为保护层,能锁住胡萝卜的水分,有助于保鲜,在室温下保存1至2周都没问题。所以,挑选胡萝卜的时候,建议买带泥巴的,新鲜耐保存,吃起来也更放心。

除了看胡萝卜带不带泥,买胡萝卜还有这几个地方要注意。看外表,仔细观察胡萝卜外表有没有裂口,尽量选外表光滑且没有伤痕的。看大小,大小适中的胡萝卜更好,



太大的通常水分会比较少,吃起来不鲜嫩;太小的则没有成熟,营养价值相对不足。掂重量,如果很轻,说明放置时间比较长,已经失去水分了,沉甸甸的胡萝卜水分更充足,更新鲜好吃。看叶子,叶子翠绿的胡萝卜,会更新鲜。狄慧/文

熬小米粥时放把花生

数据显示,小米是我国消费量最高的全谷物。作为“五谷之首”,其在营养方面确实有不少优势。

蛋白质含量约为9.0克/100克,品质优于其他谷物;脂肪含量为3.1克/100克,多为不饱和脂肪酸;B族维生素含量丰富,其中维生素B1含量较为突出,为0.33毫克/100克,是大米的2倍多;含有一般粮食中没有的胡萝卜素,具有一定的抗氧化作用,并能在人体内转化为维生素A;维生素E含量相对较高,含有丰富的矿物质,如硒、钙、铜、铁、锌等;膳食纤维、酚类化合物含量也较高。

小米也有缺点——赖氨酸含量较低。这是一种人体必需的氨基酸,只有通过食物才能获得,如果缺乏会导致蛋白质利用率降低。熬小米粥时加一把花生能解决这个问题,花生蛋白质的含量在20%以上,其中赖氨酸含量较高,和小米搭配有助于提升蛋白质。此外,花生还含有大量维生素E、B族维生素、胆碱和钾、钙、铁、锌等矿物质。不过,花生热量较高,每天吃一小把就行。赵亮/文



老人洗澡须谨慎

洗澡时间不能过长不少老年人在洗澡时都喜欢在热水池中泡洗,这样长时间把全身浸泡在热水中,会引起全身皮肤血管广泛扩张,皮肤血流量增多,使血液集中在体表,而脑组织的血流量则相对减少。长时间泡热水澡,轻者会引起头晕眼花,严重者还可突然晕厥而跌倒,引起颅脑损伤及其他意外。

饭后不要立即洗澡进食后胃肠黏膜小血管扩张,血液分布集中在内脏胃肠,而脑组织血流则相对减少,如果此时立即洗澡,加上表皮血管扩张,

会使脑组织的血液循环减少,有可能会发生晕厥。老年人应在饭后1小时后洗澡为宜。

洗澡水不可过热有些老年人因为皮肤痒,往往用过热的水烫洗皮肤来止痒,这样虽然暂时能止一时之痒,但会加重皮肤干燥,甚至诱发老年性皮肤病。

患慢性病的老人别单独洗澡患高血压、冠心病、高血脂、高血糖及颈椎病、糖尿病的老年人,洗澡时容易发生意外,最好由专人陪护洗澡。

沈慧/文

好挂烫机要有“双保险”

在精致生活大潮的推动下,人们对衣物的护理更加精细化。织物蒸汽机(俗称挂烫机)因其能通过“拉”“压”“喷”等方式平整衣物,同时具有除尘、杀菌、消毒等功效,受到许多消费者的青睐。消费者在选购挂烫机时,应注意以下几点:

看商标。选购时不要一味追求低价,器具上应标有制造商、产品名称、型号、规格参数等信息,否则属于三无产品,有质量风险。购买商品后要开具发票,以保护自身合法权益。

看材质。挂烫机的外壳材质一般为ABS工程塑料或聚丙烯。ABS的耐腐蚀能力强,光泽度好;聚丙烯的质量轻,耐腐蚀强度高,韧性好。

有双重保护。购买的挂烫机要有双重断电保护,防干烧和无水自动切

断电源功能,这样的产品在使用时更安全。

此外,在使用和维护挂烫机时要注意:

1.使用前,检查产品所需电压是否与家用电压相符。

2.使用时水箱不要缺水,一般水装得越少蒸汽量越小,损坏机器的风险越大。

3.清洁时,应先拔掉插头,再用湿布擦拭表面;如表面有顽固污渍,可加点洗洁精擦拭,注意不要用强酸性液体,以免腐蚀机器。清洁干净后,用干布擦干。发现熨斗头里有水垢,可用挂烫机自带的自动清洗功能,无此功能的可用少量的醋兑水注入熨斗头,再用强力的喷射蒸汽方式去除水垢,最后将水箱清洗干净。叶至壮/文

