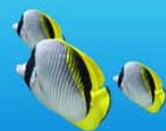


歡迎來到柏志鴻為您準備的

# 客戶園地

2011年8月刊



柏志鴻 Alan

**服務種類：**

- 個人保險 一般保險
- 商業保險 基金投資
- 家庭信托 教育儲蓄
- 移民投資 房屋保險
- 團體醫療 強積金/公積金

**敬業感言：**

我組專注為你策劃達成財務自由  
我組專注保障您的財富跨代延續

## 本期內容

如何選擇優質的療養院 .....	2
測試你的投資直覺靈敏度 .....	4
你會像對待好朋友一樣對待 金錢嗎？ .....	8
大學生的財務誤區 .....	11
老年人的飲食黃金法則 .....	13
鼓勵孩子多讀書的閱讀計劃 .....	16



## 如何選擇優質的療養院

當今，很多 65 歲以上的老人因為老年病症需要時刻有人照顧。因此，專門為老年人設計的療養院如同雨後春筍般層出不窮，而這些療養院也成為年紀大、生活無法自理的老人年選擇的去處之一。但是，想為需要照顧的父母或是祖父母選擇一間好的療養院卻沒有那麼簡單，除了要研究其設備、環境、看護人員之外，現在另外一個隱患又成為要顧慮之一：老人的安全。原因是：有些療養院出現了虐待老人和置老人於不顧的特殊案例。本來需要照顧的老年人就是一個弱勢群體，如果照顧不善則後果很難想像。那該怎樣選擇呢？下面的這些步驟會幫助你盡可能地篩選最好、最適合的療養院。



### 第一步：列出選擇

尋找療養院的第一步就是看看都有哪些可以作為備選。尋找備選的方式可以是：網路、周邊打聽等。從網路上查找一些口碑較好的療養院，以及從周圍人中聽到的一些較為不錯的地方，將它們記錄下來。

### 第二步：價格分析

當你在前期列出了幾個備選後，就可以開始研究它們的價格了。據研究表明，老年人中女性在療養院的平均時間為 3.7 年，男性則為 2.2 年，那麼再根據你研究到的價格來計算一下，在這些年中所需要的花費。因為療養院的等級不同，價格會有很



大的差距，你可以根據家人的需求再來決定，是選擇那些帶有醫療人員以及醫療設施的，還是選擇那些一般看護的療養院。一般來說，有配備醫療人員和設施的專業療養院的價格都會高一些。當然，如果你的親人有長期照護保險或者是醫療保險的話，那麼你可以諮詢一下你的業務員，療養院的費用是否涵蓋在內，有多少是包含在保險保障中的。

### **第三步：實地考察**

拿著經過備選和價格選擇後整理好的清單，對每一個療養院都進行幾次實地考察，但不要多次在同一時間去同一個地方。確保你能在傍晚的時候去考察一次，這是工作人員較為鬆懈的時候，你可以從他們的表現中看出他們真正的服務質量。在每次的考察中，你可以主要觀察工作人員：是否微笑著對待老人們？是否知道老人的名字？是否友善？並且，你也可以停下來詢問幾個住在裡面的老人，看他們對這裡的服務人員和食物等的態度如何。



### **第四步：與重要人物會面**

你所愛的家人在療養院裡是否得到精心的照料，還是要看其工作人員。所以多見一見工作人員有助於你全面了解這家療養院。確定一個時間去見見這三個人：看護主管、員工管理者和醫療主管，詢問：他們的專業資格，經驗和每天的工作生活如何，以及他們員工的辭職率和工資水平等等。理想中的工作人員是有五年類似服務老人的工作經驗，並且有專業資格和對待工作積極的人。但是，一個具有高辭職率



的療養院一定是你要淘汰的選項。對於其工資水平，他們基本上不會告訴你詳細內容，但是你可以問一下大概的範圍，因為一個工資水平非常低的療養院基本上留不住人，並且留下的人也並不是最好的。

有了上面這幾步之後，你就大概可以看得出哪些是你想要保留，而哪些又是你想要淘汰的療養院。之後你可以進一步地調查你所選擇的療養院中是否有出現過虐待和忽略老人的情況，你可以通過網路，甚至是政府的相關機構等查詢。一個好的療養院是你的親人晚年時候的家，因此，尋找這樣的療養院所付出的努力都是必要的。

### 測試你的投資直覺靈敏度



投資是一門學問，在學習過程中，有人能夠拿到高分，有人卻非常失敗。除了精明和努力之外，還有一個因素就是：直覺。靈敏的直覺也會成為成功的一個關鍵。想知道自己的直覺靈敏度如何嗎？開始下面這個測試吧。

1. 股票市場急劇下滑，你該怎麼做？
  - A. 確保自己所持有的投資項目的多樣化，然後保持冷靜觀望狀態。
  - B. 把所有的投資轉化成現金和債券。



2. 如果投資市場持續低迷，你認為最明智的做法是什麼呢？
  - A. 把所有的資金取出，你不想要損失過多的錢。
  - B. 不做任何的投資舉動。
  - C. 買進便宜的股票。
3. 下面哪一種投資方式最多樣化？
  - A. 黃金。
  - B. 公司股票。
  - C. 共同基金。
4. 作為僱員，如果你們公司允許你以 8.5 折的價錢來購買公司股份，並且會給你提供購買公司股票的投資補助，這樣的條件你認為如何？
  - A. 太棒啦！能投多少資金就投入多少。
  - B. 很好！但是會考慮好要拿出多少錢投入到公司裡。
  - C. 不好！不接受這個提議。
5. 一種投資方式：每隔一定時間，投入固定量的資金，你認為這種方式是適合哪一種人呢？
  - A. 傻瓜。
  - B. 智者。
6. 假如，你投資一項基金很長時間了，而且它也一直很讓人滿意。但是你突然收到基金經理要離開的消息，而且新來的經理要改變這個基金的投資方式，你會怎麼做？
  - A. 堅持住，因為你已經投資了很長時間了。
  - B. 考慮要放手。





7. 某一種股票現在走勢非常好，你會選擇把投資幅度從 10% 上升到 80% 嗎？

- A. 會，這是明智之舉。
- B. 不會。



8. 你習慣長線投資，將資產的 90% 放在股票中。但是你計劃在五年後退休，這個時候你會怎麼做呢？

- A. 維持原狀。
- B. 開始減小投資風險度。
- C. 完全退出股票投資。

9. 你擁有 20 種共同基金，所以你認為你的投資方式很多樣化？

- A. 是的。
- B. 不一定。

答案與解析：

1. 答案：A

現在是時候去重新評估自己所持有的投資項目了。長期投資者們應該將自己的投資總數的 70% 投入到股票和基金中，並且要分散於幾個不同的公司中。而且這個時候最忌恐慌，要遏制住想要拋售所有股票和基金的想法。

2. 答案：C

聰明的投資者往往會抓準走低的市場，購買價格下滑的股票，因為他們清楚有些股票是不會一直處於低迷狀態的，總有一天會重新上漲。這也要求了投資者有準確的眼光，可以觀察到哪一些公司是有回升的潛力。



3. 答案：C

共同基金就像一盒巧克力一樣，在這一盒中有多種多樣的巧克力。這樣，你的回報率就不會只取決於某一個公司了。

4. 答案：B

不能把雞蛋都放在同一個籃子裡，你不應該把帳戶中超過 10%到 15%的錢都放在一個公司裡，尤其是你所在的公司。如果公司運轉不利，你的錢全部會付之東流，而且你也有面臨裁員的可能。因此，你可以拿出一定量的錢來購買公司股份，也同時要保持投資的多樣性。

5. 答案：B

這其實是一種很聰明的投資方法，它雖然不能使回報率暴增，這種方法受到市場衝擊力較小。因為不能預計市場走向，因此選擇這樣的投資方式會減小風險。

6. 答案：B

這種跡象說明你需要重新評估你的投資，研究新來經理的記錄，然後問自己，他所採用的新投資方式是否符合你的投資計劃。如果這種投資方式不能滿足你的需求，那麼就要及時放手。





7. 答案：B

一味追求高回報率，結果終究會是一場空。因為好時光不會一直保持的，沒人知道這類股票是否能持續走高。而且投資的最佳策略是保持投資組合的多樣性，以便將承擔的風險保持在較低水平。

8. 答案：B

即將退休，你則需要將風險投資轉換成較為保守的投資方式，但是並不是全部。你可以將 40% 留在股票市場，再將剩下的 60% 放入保險、基金等穩定的投資方式中。這樣的方式可以給予你退休生活更穩定的保障。

9. 答案：B

擁有很多基金並不代表你保持了投資的多樣性，你可以查看一下你的基金類型，因為有時基金投資方向很有可能重疊。

### 你會像對待好朋友一樣對待金錢嗎？



你對待金錢的態度是怎樣的呢？雖然很多人都覺得錢當然是越多越好，但是卻並不都能如願以償。而另一些人不是很關心金錢，覺得它只是一個工具而已，卻不得不時刻經受財務帶來的壓力。無論是癡迷還是忽略都不是正確對待金錢的方法，這些方法反而會讓你離金錢更遠或者是受到更多的壓力。這裡有一個簡單





的方式可以讓你與金錢更好地相處：像對待最好的朋友一樣對待金錢！試想一下，你是怎樣對待好朋友的呢？你不會忽略他們，不會不信任不關心他們，對嗎？一個真正的好朋友知道你愛他，並且他也愛著你。

下面有四個簡單的方法可以幫助你像對待好朋友一樣對待金錢。

**說：“我愛你，我關心著你。”**

是的，你要對自己的賬戶、錢包等等金錢存在的地方說這樣的話，就像你對朋友說的一樣。換句話說，你如果不表達對金錢的喜愛之情，它為什麼要留在你身邊呢？開始讓自己相信，金錢是值得去關心和愛護的，當然這些都是正確而積極地喜愛，而不是偏執或瘋狂地迷戀。這樣的做法是為了給自己心理暗示，因為你喜愛金錢，會積極主動地去爭取它，也會付出十分努力地去追求它。

### **約會**

你會為好朋友抽出時間，與他共進午餐。因為，與要好的朋友一起見面會讓雙方都心情愉悅，並且從對方那裡得到支持和鼓勵，同時還能得到一些雙方身邊的新資訊等等。所以，開始與你的金錢約會吧！在日程表中找出一個時間，專門關注金錢。因為你表達了對它的在乎之情，你就要拿出些時間來培養與它的關係。這個時間可用來：支付所有的賬單，查看賬戶中的數字，或是查看一下你們部門的業績，或是自己公司的績效等等。要常常給予金錢一定的關注才能讓你們之間的關係維繫得更好、更長久。





### 慶祝成功

相信每個人都喜歡跟自己最好的朋友一起慶祝成功，一起分享喜悅。那麼現在你也要與你的金錢做同樣的事情：與它慶祝成功。你可以在：獲得了新的業務、信用卡債務還清、車貸還清、公司銷售業績上升等這些時候來慶祝。不要因為收穫的成功太微不足道而忽略不計，通常每一次慶祝都會帶給你無限的動力，讓你努力去獲取更多的成功。



### 給予鼓勵

你會對好朋友說，他是一個失敗者並且什麼事都做不成嗎？當然不會！但是大多數人對待金錢的時候卻是這樣做的，這也就是為什麼它不願意留在你身邊了。在每次有金錢上的損失的時候，你的做法是什麼呢？抱怨還是鼓勵呢？如果你能夠像對待朋友一樣，鼓勵一下你的金錢朋友，那麼這種關懷會讓你和金錢都振作起來，重新拾起信心繼續加油努力。

以上這些並不是傳統意義上幫助你賺錢的策略，但是它們會帶給你一個積極向上的心態和更多的好運，並減輕由財務所帶來的壓力。為什麼不嘗試一下呢！



## 大學生的財務誤區

當下很多大學生，對金錢的概念恐怕只有“取之父母”。由於家庭經濟條件優越，大學生的金錢觀念已經發生很大的變化。但是，在幾年的大學生活結束後，面臨他們的卻是赤裸裸的現實生活：工作、生活、房子、朋友和未來的計劃，一樣一樣擺在他們的眼前，不容小覷。因此，想要畢業後壓力小些，那麼他們在大學時代一定要避免犯下面的錯誤。作為他們的父母或是長輩，你要告訴他們哪些財務誤區是不可以進入的。



### 負債累累

如今，大學生信用卡的存在給他們也平添了許多便利。有些東西父母不會買給自己，而且又沒有足夠的零用錢來購買，那麼信用卡則成為最好的依賴對象。一、兩次的透支雖然可以用下個月的零用錢補給，但是正值青春的大學生們對滿眼琳琅滿目的商品和奢侈品自然是抵抗力不足，持續購買能力範圍外的物品的現象會非常普遍。因此，導致信用卡中負債累累。帶著一身債務畢業，這個負擔如果父母不為其承擔，大學生自己如果不努力還清，當需要貸款買房時，信用卡的債務則會影響到房屋貸款的申請。

解決方法：

- 第一，在讀期間要適當節儉，要有長遠的眼光，不能只顧眼前的享受；
- 第二，努力還清，無論是在校期間還是畢業後，一定要優先把信用卡的債務還清。



### **認為還不到省錢和投資的時候**

當然，大學生們會認為自己沒有額外的錢去節省或投資。但是，要知道，等待的時間越長，以後需要節省和投資的錢就會越多，那個時候壓力反而會更大。而且在校期間，大學生也需要有自己的緊急備用資金，以防父母不能及時提供生活費，或是自己需要用錢的時候，例如，生病或旅行等。

解決方法：如果省錢對於大學生來說很困難，可以試著將每個月生活費的 2% 強制放入零存整取的帳戶中，或是投入到可購買的基金中，讓錢來“生”錢。如此會慢慢地形成自己的應急資金和儲蓄金。



### **不願意學習理財知識**

如果大學生的專業不是理財相關，那麼對於理財知識的學習是非常必要的。但是大部分大學生對理財十分陌生，並且認為沒有必要去學習理財知識。

解決方法：尋找一些特別的理財技巧，通過其特殊性來提高自己的興趣。有時理財知識也是十分有趣的，並不是想像中的那麼公式化。同時，大學生們也可以組成一個理財興趣小組，大家一起學習和研究，會促進每個參與者的興趣和熱情。

理財是不分年齡的，對大學生來說，理財更尤為重要，因為對他們來說，這時候是一生理財的起點。因此，不要讓上面的誤區影響大學生的未來，及時幫助他們改正錯誤的財務觀念吧。



## 老年人的飲食黃金法則

當你度過了中年時代，即將走入老年生活時，你是否需要改變你的飲食習慣呢？雖然這個答案是肯定的，但是這個改變卻不一定是你所認為和熟知的改變。魚龍混雜的飲食變化說法層出不窮，有時很難區分真假，尤其是經常聽到的一些說法，更讓人信以為真，不會產生任何懷疑。下面我們就一起看看下面這四個被大家所熟知的老年人飲食習慣是否是正確的黃金法則。

### 1. 隨著年齡的增長，你應該減少進食量。

答案是：正確。

人們隨著年齡的增長，對能量的需求量則會減少。杜克大學醫療中心的研究表明：當人們年齡增長，身體的動作量減少，肌肉量降低，同時人們的新陳代謝率也會隨之減小。因此對進食量的需求變少，但是，隨著進食量的減少，老年人面臨的另一個問題則是對每種食物的營養含量要求會變得更高。



### 2. 年齡增長，營養需求減少。

答案是：錯誤。

人們通常認為因為年齡增加，體內所需要的卡路里相對會減少，因此不需要太多的營養。這種說法是不正確的。其實上了年紀的人們的身體需要等量的蛋白質、維他



命和礦物質，有時甚至需要更多營養。例如，維他命 B-12，過了 50 歲，人們身體對這種維他命的吸收功能下降，原因是胃酸在不斷減少（胃酸的作用是從食物中分解並幫助吸收 B-12）。同時，皮膚也會隨著年齡增長而漸漸失去從陽光中轉化維他命的作用，因此會影響身體吸收鈣質，從而導致骨質酥鬆。綜上所訴，老年人每天都需要為身體供給複合維他命和礦物質，同時也需要詢問你的醫師，你是否需要額外的營養元素。

### 3. 如果不餓，可以不吃。

答案是：據情況而定。



如果，一周有一次這樣不餓而不吃的情況，是完全沒問題的。但是，如果這樣不餓的情況常常發生，則不可不吃。年齡增長而導致適量減小是很正常的，因為神經或是身體機能的變化，使人們對待大腦傳來的飢餓感不能常產生回應。但是，常常不吃飯，則容易使營養缺失。人們的身體需要規律地供給蛋白質，和保證正常新陳代謝及強健骨骼的營養元素。試著每隔幾個小時進食一次，無論是吃些小點心還是正餐都可以。但是要保持進食習慣來維繫身體的營養供給。

### 4. 老年人需要少攝入液體。

答案是：錯誤。



即使老年人不會常覺得口渴，但是這並不代表身體不需要水分。隨著年齡的增長，人們不會常常對大腦傳來的口渴感產生回應，因此即使你已經處於脫水狀態，你也不會覺得口渴。建議老年人每天喝六杯水，再攝入一些其他的液狀食物。

相信在了解了上面幾個情況之後，你對老年人真正的飲食需求也有了進一步的認識。因此，不要再讓錯誤的資訊誤導你，阻礙你幸福的退休生活。

### 鼓勵孩子多讀書的閱讀計劃

鼓勵孩子多讀書，是幼兒初期教育的項目之一。因為讀書的好處很多，包括活躍思維、激發想像力、增加知識和培養文學素養等等。家長們則需要幫助孩子，在兒童時期形成主動讀書的習慣。逼著孩子讀書是行不通的，你要採取一些積極有效的方法來培養讀書興趣，一起看看都有哪些方法吧。

#### 加入兒童讀書小組

上網查看哪些幼兒學校有舉辦讀書小組，或哪些圖書館會有兒童讀書活動等，看到合適的就立刻報名吧。這些興趣培訓活動會召集一群小朋友一起參加，會讓小孩覺得輕鬆有趣，自然讀書的興致也會更高。如果你的孩子已經上了中學了，那麼可以選擇年齡層同等的讀書會。





### 讀書比賽獎勵制

可以採用比賽獎勵制度來激勵小孩，例如，跟孩子同班同學的家長們商量，每週讓孩子們閱讀，然後在周末的時候檢查誰讀的最多，則給他獎勵。以一個小比賽的形式來給予孩子一點動力去讀書，慢慢培養他的興趣。如果沒有其他小孩一起，也可以給孩子設定一個目標，達到了則獎勵。

### 為孩子樹立榜樣

家長就是孩子的啟蒙老師，孩子會模仿父母的一舉一動。喜愛讀書的父母，通常孩子對書籍和文學都會有一定的興趣。你可以每天帶著孩子一起讀書，為他樹立一個榜樣。如果孩子看到你閒暇時間用來讀書，那麼他們很有可能也願意加入你的讀書行列。



### 讓孩子自己選擇書籍

雖然你童年時很喜歡某一本書，但是你的孩子就是不喜歡，那麼一定不要繼續推薦他去讀這本書了。如果你強迫他讀你喜歡但是他不喜歡的書，反倒會讓孩子對讀書產生厭惡感。你可以帶孩子去兒童圖書館，讓他們自己選擇喜歡的書來讀。當然，種類也可以擴展到圖書、雜誌、畫本等等。

讀書對喜歡的人來說是一種樂趣，培養孩子的讀書興趣，讓他體會到從書裡得到的快樂吧。