

黄建南 白 皋 主编



给 老 爸

GEI LAO

BA



上海科学技术文献出版社

幸福健康生活必

给老爸

GEI LAO BA

祝老爸永远年轻、潇洒,幸福健康生活每一天!

黄建南 白 皋 主编

上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

给老爸/黄建南等主编. -上海:上海科学技术文献出版社, 2007. 4
ISBN 978-7-5439-3089-6

I. 给... II. 黄... III. 科学知识—普及读物
IV. Z228

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第026693号

责任编辑: 胡德仁

给 老 爸

黄建南 白 皋 主编

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市武康路2号 邮政编码200031)

全国新华书店经销

江苏常熟人民印刷厂印刷

*

开本830×1050 1/16 印张24 字数598 000

2007年4月第1版 2007年4月第1次印刷

印数: 1—6 000

ISBN 978-7-5439-3089-6 / R · 853

定价: 38.00元

<http://www.sstlp.com>



当今社会流行着一首歌曲，唱得非常好，歌词大意是：“常回家看看，常回家看看，哪怕是给老爸老妈捶捶背，洗洗碗……”

这首歌唱得好，它提醒当代年轻人事业有成，成家立业之后，不要忘记父母亲的养育之恩；同时充分体现了我们大中华龙的传人五千年的古老文化——尊老、爱老、敬老的传统优良美德。

我们年轻人，在自己工作之余，节假之日，携着妻子（丈夫）、带着孩子经常回家看看老爸老妈，不仅要在物质上给老爸老妈提供适量的生活必需品，更应给老爸老妈提供必要的精神关心与关怀，为老爸老妈在工作、生活、娱乐活动、医疗保健、健康生活等诸多方面提供必需的精神食粮，让他们的生活过得更加美好与快乐。

为了配合年轻人的这一需求，体现年轻人的一片孝心，我们组织有关专家编纂了这部系列丛书——《给老爸》、《给老妈》。

这部丛书刊载了《请用法律维护自己的权益》、《心理保健也很重要》、《请您“性福”生活愉快》、《请您发挥家庭和睦艺术吧》、《祝您幸福健康长寿》等 20 多个篇章，每篇短文用非常精炼、通俗易懂的语言，深入浅出地集中解答了中老年人急于了解、知晓的 2000 多个热门话题。我们坚信，这些短文，对中老年人如何提高生活质量有一定的指导意义。

我们殷切地希望，广大年轻人在各大书城、图书市场为自己进行知识充电、作智力投资的同时，别忘记给自己的老爸、老妈捎上本书，送给他们，为老爸老妈的身体健康，精神富裕，生活质量提高而祝福，祝老爸永远年轻、潇洒；祝老妈永远年轻、漂亮！

作者

老爸：您辛苦了，儿女为您祈福！

总 目 录

老爸：	请用法律维护自己的权益	(1)
	请多加强生理保健	(9)
	心理保健也很重要噢	(11)
	谢谢您呵护着全家幸福生活 ...	(17)
	祝您“性福”生活愉快	(34)
	请您发挥家庭和睦艺术吧	(46)
	愿您的事业心想事成	(52)
	请巧妙运用社交礼仪	(53)
	愿您的外在形象更潇洒	(70)
	别疏忽饮食营养哦	(75)
	请您露一手美味厨艺吧	(85)
	请多加强运动锻炼噢	(108)
	养生保健千万别忘记了	(119)
	请科学合理滋补营养	(131)
	休闲养性能使您更年轻	(148)
	旅游观光能增添您的情趣	(194)
	请组合投资理财财更旺	(216)
	生活窍门能更添幸福	(236)
	幸福生活也有禁忌哦	(280)
	下岗没关系，咱们重新来	(310)
	医疗保健万万不能疏忽	(315)
	祝您幸福健康长寿	(363)
	您是家庭安全大使	(372)

老爸：请用法律维护自己的权益

LAOMA: QINGYONG FALU WEIHU ZIJI DE QUANYI

- 2/我国公民享有哪5种主要民事权利
- 2/应怎样写申诉状
- 2/递交民事上诉状有哪4条规定
- 2/哪6项民事诉讼不能起诉
- 2/应怎样保护隐私权
- 2/承担民事责任的10种方式
- 2/哪5种情况应请律师
- 3/哪4类案件法定免收诉讼费用
- 3/当事人应怎样申请公证
- 3/什么叫非法同居
- 3/什么是重婚罪
- 3/哪些中国公民不能与外国人结婚
- 3/港澳同胞或者华侨与国内人结婚应持哪些证件
- 4/妻子遭丈夫殴打，丈夫是否犯罪
- 4/如何办理离婚手续
- 4/婚姻登记机关在何种情况下不受理当事人登记离婚申请
- 4/离婚诉讼到什么法院起诉
- 4/哪些是夫妻共同财产
- 4/父母离婚，父母与子女关系变吗
- 4/离婚时在分割夫妻共同财产中，女方有什么利益照顾
- 4/女方在什么时候可以拒绝男方提出离婚
- 5/女性的继承权与男性平等表现在哪些方面
- 5/案件为何私了不好
- 5/不要超过诉讼时效
- 5/如何办理复婚手续
- 5/夫妻离婚时对其共同生活期间所负债务应如何清偿
- 5/离婚后，发现一方有伪造债务，另一方应怎样追偿
- 5/中国公民与外国人结婚有哪些法律规定
- 6/想收养子女应怎样办理手续
- 6/监护人在监护未成年人期间负有哪4项责任
- 6/应怎样立合法遗嘱
- 6/《继承法》规定哪6种人可接受遗产
- 6/哪5种情况可以不按遗嘱处理遗产
- 6/海外有遗产，中国公民怎样进行继承
- 6/“父债子还”有法律依据吗
- 7/违反合同要承担哪4种民事责任
- 7/企业被兼并后，原劳动合同是否无效
- 7/职工连续工作满10年，能否要求签订无固定期限劳动合同
- 7/企业办理退工手续错误，谁来承担责任
- 7/职工仅仅有失职行为，公司可以立即解除劳动合同吗
- 7/劳动者违反了服务期约定，要负违约责任吗
- 7/侵害劳动者权益，劳动者提出解除劳动合同能得到经济补偿吗
- 7/劳动者辞职后，用人单位能以未交接工作为拒绝退工吗
- 7/劳动者与用人单位发生劳动争议时，由谁负担举证责任
- 7/职工上下班发生交通事故可以认定为工伤吗
- 8/“离岗退养”职工可享受哪些待遇
- 8/“买断工龄”买断的是指什么
- 8/用人单位能以资金周转困难为由拖欠工资吗
- 8/合伙企业中的合伙人退伙后，还要承担合伙债务吗
- 8/外商投资企业中劳动合同怎样签订和履行
- 8/外商投资企业公司能以结婚为由，解除女性的合同吗
- 8/应怎样申请交通事故伤残鉴定

我国公民享有哪5种主要民事权利

①财产所有权。②与财产所有权有关的财产权,包括对国家土地和其他自然资源的使用权;经营承包权;采矿权;全民所有制企业的财产经营权。③债权,主要包括合同之债;不当得利之债;无因管理之债。④知识产权,主要包括著作权、专利权和商标权。⑤人身权,主要指生命健康权、姓名权、肖像权、名称权、荣誉权、名誉权、婚姻自主权和性别身份权等。

应怎样写申诉状

①申诉状是当事人、被害人及其家属,或其他公民和民事案件中的当事人或其法定代表人,对已发生法律效力判决或裁定,认为有错误或有异议而提出的书面申诉,有利于维护申诉人的合法权益。②申诉状的提出,不受时间限制,不能停止判决、裁定的执行。③应将申诉的理由写得准确、具体、充分、有一定说服力。④如果申诉人书写有困难,申诉状也可由申诉人口述,由工作人员帮助记录。⑤申诉状由人代写后,申诉人应在上面签字或按指印加以确认。⑥申诉状是能够使有权提起审判监督程序的特定机关和国家有关工作人员,得知人民法院已发生法律效力判决和裁定有正确的重要信息来源之一,对于维护法律的尊严和公平、公正是十分重要的。

递交民事上诉状有哪4条规定

①递交民事上诉状的必须是有权提起上诉的人,包括当事人、第三人和他们的诉讼权利的承担人,以及当事人、第三人的法定代理人。②当事人不服地方法院在一审中做出的判决或裁定,并有上诉请求的,才可递交民事上诉状。当事人认为一审判决或裁定有错误的,有权向上一级人民法院提起上诉。③当事人只有在上诉期限之内提起上诉,其民事上诉状才具有法律效力;超过上诉期限的民事上诉状,无法律效力。④人民法院必须依法保障当事人对于民事上诉状的递交、受理和上诉权的行使。对于合法的上诉,任何人不得限制和刁难。

哪6项民事诉讼不能起诉

①以事实为依据,客观上不存在的纠纷不能起诉。②案件不归人民法院审理的不能起诉。③案件正在人民法院审理的不能起诉。④案件已经由人民法院审理过的不能起诉。⑤依法在一定时期内不得起诉的案件,不能进行起诉。⑥依法判决不准离婚的案件,在6个月之内又没有新理由的,不能起诉。

应怎样保护隐私权

①隐私权是公民的人格权,是公民就个人私事、个人信息等个人生活领域的事情不为他人知悉、禁止他人干涉的权利。②隐私权主要包括:隐私隐瞒权;隐私利用权;隐私支配权;隐私维护权。③我国最高人民法院《关于贯彻执行〈民法通则〉若干问题的意见》第140条明确规定:“以书面、口头等形式宣扬他人隐私,或者捏造事实公然丑化他人人格……应当认定为侵犯公民名誉权的行为。”④依照《民法通则》的规定,当自己的隐私权受到侵犯时,有权要求侵权者停止侵害,并进行赔礼道歉或经济赔偿或精神赔偿;必要时可向当地人民法院提起诉讼,依法保护自己的合法权益。

承担民事责任的10种方式

《民法通则》规定的承担民事责任的10种方式:①停止侵害;②排除妨碍;③消除危险;④返还财产;⑤恢复原状;⑥修理、重做、更换;⑦赔偿损失;⑧支付违约金;⑨消除影响,恢复名誉;⑩赔礼道歉。

哪5种情况应请律师

①咨询。各律师事务所均有接待处。可询问有关法律方面的问题,请律师给以讲解或出主意,提建议。②代写法律事务文书。向律师说明事实真相,提出自己要求,并提供有关资料。一经律师同意,可代你书写相关的法律事务文书。③委托律师担任刑事案件的辩护人或刑事自诉案件和刑事案件被害人的代理人。④委托律师担任民事案件的代理人或非

诉讼案件的调解人或代理人。当事人可以到律师事务所自行聘请。⑤聘请法律顾问。个人办企业、公司，为了及时、合理解决在日后的经济运行中可能产生的经济纠纷或为企业决策提供法律依据。

哪4类案件法定免收诉讼费用

①追索赡养费、扶养费、抚育费、抚恤金和劳动报酬的案件。②依照民事诉讼法规定的特别程序审理的选民名单案件、宣告失踪人死亡案件、认定公民无行为能力案件和认定财产无主案件。③人民法院依照审判监督程序进行再审、提审的案件。④人民法院认为应当免交诉讼费用的案件。以上案件，找法院打官司时，免收诉讼费用。对公民个人交纳诉讼费用确有困难，可申请缓交、减交或免交，但须由人民法院审查决定。

当事人应怎样申请公证

①当事人申请公证时，应亲自到公证处提出书面或口头申请。②当事人委托他人代理的，应提交有代理权的合法证件。③申请公证委托、声明书、收养子女、遗嘱、签名印鉴的，不能委托他人代理。④办理公证前，当事人应接受对其身份、行使权力、履行义务的能力，以及申请公证的事实、文书、文件等真实性的审查。⑤当事人提供的证明不完备或有疑义时，公证机关有权通知当事人进行必要的补充。⑥公证书应一事一证，以确保所证内容的准确、清楚。⑦公证书中如果需要证明年龄和出生日期，应该使用公历。⑧公证书一般应由当事人签字，不会签字的可改为盖章或按手印。⑨对于学历证明、经历证明一类的公证书，应贴被证明者的免冠照片。⑩公证书要求书写的字迹清楚，用词恰当，文句通顺。⑪公证员对所办理的公证书所包含的内容应给予保密。⑫经审查核对，对不真实、不合法的事实与文书应拒绝给以公证。

什么叫非法同居

最高人民法院《关于人民法院审理未办结婚

登记而以夫妻名义同居生活案件的若干意见》第3条规定：“自民政部新的婚姻登记管理条件实施之日起，未办理结婚登记即以夫妻名义同居生活，按非法同居对待。”1994年2月1日民政部新的《婚姻登记管理条例》第24条规定，未到法定结婚年龄的公民以夫妻名义同居的，或者符合结婚条件的当事人未经结婚登记以夫妻名义同居的，其婚姻关系无效，不受法律保护。

注意：1994年2月1日之前以夫妻名义同居的，即便到1994年2月1日以后，仍按事实婚姻对待。若同居发生在1994年2月1日以后，一律按非法同居对待。

什么是重婚罪

重婚罪，是指有配偶而又与他人结婚，或者明知他人有配偶而与之结婚的行为（参阅刑法第180条）。

哪些中国公民不能与外国人结婚

根据《中国公民同外国人办理婚姻登记的几项规定》，以下中国公民不能与外国人结婚：①现役军人、外交人员、公安人员、机要人员和其他掌握重大机密的人员。②正在接受劳动教养和服刑的人。

港澳同胞或者华侨与国内人结婚应持哪些证件

华侨需持证件：①我国驻该国使、领馆颁发的本人护照；②经我驻该国使、领馆认证的居住国公证机构出具的本人无配偶证明，或我驻该国使、领馆出具的本人无配偶证明。港澳同胞需持证件：①港澳居民身份证，港澳同胞回乡证或海员证；②我司法行政机关委托的香港律师辨认的香港婚姻注册处出具的婚姻状况证明，以及经该律师证明的申请人作出的在其他任何地方从未登记结婚声明书；③澳门行政局或警察局出具的婚姻状况证明。我国驻港澳机构的工作人员和港九工会联合会、香港中华总商会、香港教育工作者联合会、澳门工会联合会、澳门中华教育会和澳门中华总商会的会员，持所在机构或社团出具的婚姻状况证明，可免交上述②、③两项证明。内地公民一方应持证件：①本人户口所在地公安派出所出具的户口证明；②所在工作单位或市、镇街道

办事处、农村乡(镇)人民政府出具的本人出生年月、民族、职业和婚姻状况证明。

此外,华侨、港澳同胞在申请结婚登记时,还须持有在国外和港澳从事的职业或有可靠经济来源的证明;婚姻登记机关指定的县级以上医院出具的婚前健康检查证明。不在原籍登记结婚的港澳同胞还须持有原籍(或原驻地、原工作单位)乡(镇)人民政府、市、镇街道办事处出具的本人婚姻状况证明,或内地两个了解情况的亲友为其出具的无配偶证明。

妻子遭丈夫殴打,丈夫是否犯罪

妻子经常遭丈夫打骂,丈夫犯有虐待罪。

如何办理离婚手续

我国《婚姻法》规定:“男女双方自愿离婚的,准予离婚。双方必须到婚姻登记机关申请离婚。”“男女一方要求离婚的,可由有关部门进行调解或直接向人民法院提出离婚诉讼。”

婚姻登记机关在何种情况下不受理当事人登记离婚申请

①未办理过结婚登记的。②一方或者双方当事人为限制民事行为能力或者无民事行为能力。③一方要求离婚的。一方要求离婚,而另一方不愿意离婚的,要通过法院解决。④双方要求离婚,但对离婚后有关事项未达成协议的。例如,对子女的抚养、财产及债务处理、住房安排、一方有困难的经济帮助等等事项未达成协议。若双方要求离婚,对有关事项又未达成协议,可以通过法院解决。

离婚诉讼到什么法院起诉

根据《民事诉讼法》规定:“对公民提起的民事诉讼,由被告住所地人民法院管辖;被告住所地与经常居住地不一致的,由经常居住地人民法院管辖。”“基层人民法院管辖第一审民事案件。”由此可见,提起离婚诉讼,应到被告方居住的区、县、镇人民法院起诉。

哪些是夫妻共同财产

夫妻双方婚姻关系存续期间所得的财产

称为共同财产,包括:①一方或双方劳动所得收入和购置的财产;②一方或双方继承、受赠的财产;③一方或双方由知识产权取得的经济效益;④一方或双方从事承包、租赁等生产、经营活动的收益;⑤一方或双方所取得的债权;⑥一方或双方的其他合法所得。根据《妇女权益保障法》规定:“妇女对依照法律规定的夫妻共同财产享有与其配偶平等的占有、使用、收益和处分的权利,不受双方收入状况的影响。”

父母离婚,父母与子女关系变吗

《婚姻法》第36条规定:“父母与子女的关系,不因父母离婚而消除。离婚后,子女无论由父或母直接抚养,仍是父母双方的子女。”双方与所生子女之间的权利义务仍然存在。

离婚时在分割夫妻共同财产中,女方有什么利益照顾

为了保证妇女不因经济问题影响其行使离婚自由权利,离婚时,在财产份额的划分上,不能采取绝对平均主义的分配方式。《婚姻法》第39条规定:“离婚时,夫妻的共同财产由双方协议处理;协议不成时,由人民法院根据财产的具体情况,照顾女方和子女权益的原则判决。”《妇女权益保障法》第44条规定:“国家保护离婚妇女的房屋所有权。”《关于人民法院审理离婚案件处理财产分割问题的若干具体意见》规定:“人民法院审理离婚案件对夫妻共同财产的处理,应依照《中华人民共和国婚姻法》、《中华人民共和国妇女权益保障法》及有关法律规定,分清个人财产、夫妻共同财产和家庭共同财产,坚持男女平等,保护妇女、儿童的合法权益,照顾无过错方,尊重当事人意愿,有利于生产、方便生活的原则,合情合理地予以解决。”

女方在什么时候可以拒绝男方提出离婚

《婚姻法》规定:“女方在怀孕期间、分娩后一年内或中止妊娠六个月内,男方不得提出离婚。女方提出离婚的,或人民法院认为确有必要受理男方离婚请求的,不在此限。”《妇女权益保障法》规定:“女方按照计划生育的要求中止妊娠的,在

手术后六个月内,男方不得提出离婚”。

女性的继承权与男性平等表现在哪些方面

根据我国继承法规定,继承权男女平等的原则主要表现在以下几个方面:①被继承人和继承人不分性别,有同样处分自己遗产的权利和继承遗产的权利。②夫妻之间有相互继承遗产的权利。③子女可以平等地继承父母的遗产。④女子取得应继承财产后,即得到了该项财产的所有权,有权携带该项财产结婚或再婚,任何人不得干涉和阻挠。⑤对已出嫁的女儿,其继承权不得因其出嫁而予以剥夺。⑥兄弟姐妹间的继承,尊卑亲属间的继承代位继承或遗嘱继承,均不应因性别而有所差异。

案件为何私了不好

当妇女的人身和财产受到侵害时,应及时向公安机关报告,而不应采取私了的办法。尤其是一些强奸案件,犯罪分子或其家属为了逃避法律的制裁,向被害人送钱送物,希望达到私了的目的。受害妇女为了顾全面子、名声而不愿打官司,宁愿私了。这么做不利于打击犯罪行为,增加了犯罪分子的侥幸心理。一旦犯罪分子认为风头过去了,会抓住被害人的弱点,对受害妇女进行威胁、敲诈等,使被害人的人身权利得不到保护,身心受到摧残。而犯罪分子没有受到应有的惩罚,使其逍遥法外,为其再次犯罪提供了可能。

不要超过诉讼时效

诉讼俗称“打官司”,它是当事人通过国家机关保护自己权利的一种途径。我国《民法通则》规定:“向人民法院请求保护民事权利的诉讼时效期间为2年,法律另有规定的除外。”2年的时间可以保证公民有足够的时间行使其民事权利。公民了解这一规定后,如果要打官司,注意不要超过诉讼时效,才能依靠法律,行使自己的权利,保护自己的合法权益,避免超过诉讼时效而丧失胜诉权。

如何办理复婚手续

①男女双方离婚以后,经过认真反思,希

望能够破镜重圆,重归于好,这种做法会得到社会的谅解和有关部门的支持。②按照《婚姻法》的有关规定,男女双方复婚时,应依照结婚的正常程序办理相关手续,并同时退回双方各自保存的离婚证件。③办理复婚登记。

夫妻离婚时对其共同生活期间所负债务应如何清偿

根据《婚姻法》规定:“离婚时,原为夫妻共同生活所负的债务,应当共同偿还。共同财产不足清偿的,或财产归各自所有的,由双方协议清偿;协议不成时,由人民法院判决。”最高人民法院《关于人民法院审理离婚案件处理财产分割问题的若干具体意见》也规定,在离婚时,夫妻共同债务应当以夫妻共同财产清偿;夫妻一方的个人债务,应由一方以个人财产清偿。“根据上述规定,对夫妻共同债务,夫妻双方负连带清偿责任,离婚时以共同财产清偿;在未清偿夫妻共同债务时,不得先行分割夫妻共同财产。”

离婚后,发现一方有伪造债务,另一方应怎样追偿

根据《婚姻法》规定:“离婚时,一方隐藏、转移、变卖、毁损共同财产,或伪造债务企图侵占另一方财产的,分割夫妻共同财产时,对隐藏、转移、变卖、毁损夫妻共同财产或伪造债务的一方,可以少分或不分。离婚后,另一方发现有上述行为的,可以向人民法院提起诉讼,请求再次分割夫妻共同财产。”“人民法院对前款规定的妨害民事诉讼的行为,依照民事诉讼法的规定予以制裁。”

中国公民与外国人结婚有哪些法律规定

①我国《婚姻法》没有规定禁止中国人同外国人结婚的条文,男女双方只要真正出于完全自愿,并且符合两国婚姻法规中关于结婚条件的规定,以及其他有关法律规定,就可以向当地政府申请结婚,别人不得干涉。对同外国人结婚的中国人,在政治上、工作上不得歧视。②外国人来华同中国人结婚登记,应具有居住

地的司法公证机关的无配偶证明,并须办理必要的入境手续。③应在国外有正当职业。④应持有我国县级以上医疗单位的健康检查证明。⑤我国公民同外国人结婚,需要具有所在单位(学校、乡政府、街道办事处)的证明。

想收养子女应怎样办理手续

①《婚姻法》规定:“国家保护合法的收养关系。”②收养人必须是成年人,年过30周岁,结婚多年无子女,经医院检查鉴定不能再生孩子的。③被收养人一般应是未成年人。④收养必须双方同意。收养人双方、送养人双方、被收养人能表达意愿的,都应同意,免得日后出现纠纷。⑤收养时,须到国家公证机关办理收养公证,经过公证的收养关系才是合法的,才能产生养父母与养子女的权利与义务关系。⑥解除收养关系,也要办理解除收养的公证。

监护人在监护未成年人期间负有哪4项责任

根据《民法通则》规定,监护人在监护未成年人期间,负有以下四项责任:①监督教育被监护人,照顾被监护人的生活。②管理被监护人的财产,维护被监护人的合法权益。除为被监护人的利益外,不得处理被监护人的财产。③代理被监护人进行民事活动和民事诉讼活动,为被监护人取得民事权利,承担民事责任。④对因为被监护人的不法行为而造成他人被损害的,承担民事责任。

应怎样立合法遗嘱

根据《继承法》规定,立合法遗嘱有5种形式:①公证遗嘱。公证遗嘱由遗嘱人经公证机关办理。②自书遗嘱。自书遗嘱由遗嘱人亲笔书写,签名,注明年、月、日。③代书遗嘱。代书遗嘱应当有两个以上见证人在场见证,由其中一人代书,注明年、月、日,并由代书人、其他见证人和遗嘱人签名。④录音遗嘱。以录音形式立的遗嘱,应当有两个以上见证人在场见证。⑤口头遗嘱。遗嘱人在危急情况下,可以立口头遗嘱。口头遗嘱应当有两个以上见证人在场见证。危急情况解除后,遗嘱人能够用书面或

者录音形式立遗嘱的,所立的口头遗嘱无效。

《继承法》规定哪6种人可接受遗产

①被继承人的配偶。②被继承人的子女、非婚生子女、养子女以及有抚养关系的继子女。③被继承人的父母,包括生身父母、养父母、有抚养关系的继父和继母。④被继承人的兄弟姐妹、养兄弟姐妹以及有抚养关系的继兄弟姐妹。⑤被继承人的祖父母和外祖父母。⑥被继承人在遗嘱中明确写人的受遗赠人。

哪5种情况可以不按遗嘱处理遗产

①被继承人死后,遗嘱继承人放弃了继承权或者受遗赠人放弃了受遗赠的。②按照《继承法》规定,遗嘱继承人已丧失了继承权的。③遗嘱继承人或受遗人先于被继承人而死亡的。④遗嘱无效部分所涉及的财产。⑤在遗嘱中未处分的遗产。

海外有遗产,中国公民怎样进行继承

根据《继承法》规定:中国公民继承在中华人民共和国境外的遗产或者继承在中华人民共和国境内的外国人的遗产,采用分割原则,即动产继承适用被继承人住所地法律;不动产继承适用不动产所在地法律。而我国《民法通则》又进一步加以规定,遗产的继承,动产适用被继承人死亡时住所地法律,不动产适用不动产所在地法律。根据《婚姻法》规定:“父母和子女有相互继承遗产的权利。”《继承法》也规定,子女包括婚生子女、非婚生子女、养子女和有抚养关系的继子女,他们的继承权是平等的,发生继承时,他们不再分先后顺序,而是同时继承。

“父债子还”有法律依据吗

根据《继承法》规定:“继承遗产应当清偿被继承人依法应当缴纳的税款和债务,缴纳税款和清偿债务以他的遗产实际价值为限。超过遗产实际价值部分,继承人自愿偿还的不在此限。继承人放弃继承的,对被继承人依法应当缴纳的税款和债务可以不负偿还责任”。同时,最高人民法院《关于贯彻执行〈中华人民共和国继承

法》若干问题的意见》中提出：“继承人中有缺乏劳动能力又没有生活来源的人，即使遗产不足清偿债务，也应为其保留适当的遗产，然后再按继承法和民事诉讼法规定清偿债务。”综上所述，父债子还是有条件的，只有儿子继承父亲遗产时，才在该遗产范围内偿还其父生前所欠的债务，若儿子放弃继承父亲的遗产，则有权不偿还其父生前所欠的合法个人债务。

违反合同要承担哪4种民事责任

根据《民法通则》规定，违反合同要负四种民事责任：①继续履行。②采取补救措施。③支付违约金。④赔偿损失。如果双方都违反了合同，就要各自承担各自的民事责任。

企业被兼并后，原劳动合同是否无效

我国一些地区，有一些相关的法规对此作出了明确规定，如《上海市劳动合同条例》中规定：“用人单位合并、分立的，劳动合同由合并、分立后的用人单位继续履行；经劳动合同当事人协商一致，劳动合同可以变更或者解除；当事人另有约定的从其约定。”企业解除劳动合同是可以的，但依据《劳动法》的规定，原企业应当给劳动者经济补偿金以多及履行1个月的义务（多付1个月的工资）。

职工连续工作满10年，能否要求签订无固定期限劳动合同

依据《劳动法》规定：“劳动者在同一用人单位连续工作满十年以上，当事人双方同意续延劳动合同的，如果劳动者提出订立无固定期限的劳动合同，应当订立无固定期限的劳动合同。”

企业办理退工手续错误，谁来承担责任

依据有关法规规定，办理退工手续的责任主要由用人单位来承担。其用人单位逾期（规定7日内）不给予办理退工手续造成职工损失的，用人单位应当承担相应的经济损害赔偿。

职工仅仅有失职行为，公司可以立即解除劳动合同吗

职工仅仅有失职行为，但并未造成公司重

大损害的，公司不能解除劳动合同。

劳动者违反了服务期约定，要负违约责任吗

根据有关规定，劳动者违反合同中有关服务期的约定行为，应该承担违约责任，劳动者应赔偿公司的违约金。

侵害劳动者权益，劳动者提出解除劳动合同能得到经济补偿吗

根据最高人民法院《关于审理劳动争议案件适用法律若干问题的解释》有关规定：“用人单位有下列情形之一，迫使劳动者提出解除劳动合同的，用人单位应当支付劳动报酬和经济补偿，并可支付赔偿金：①以暴力、威胁或者非法限制人身自由的手段强迫劳动的。②未按照劳动合同约定支付劳动报酬或者提供劳动条件的。③克扣或者无故拖欠劳动者工资的。④拒不支付劳动者延长工作时间工资报酬的。⑤低于当地最低工资标准支付劳动者工资的。”

劳动者辞职后，用人单位能以未交接工作为由拒绝退工吗

根据《劳动法》有关规定，劳动者应提前30日以书面形式通知用人单位，经过30日即解除。用人单位与劳动者解除或终止劳动关系时，同样需按时（7日内）办理相关手续。显然，劳动关系消灭时，用人单位的一项附随义务就是退工义务。所以，用人单位以未交接工作为由拒绝退工是不能成立。

劳动者与用人单位发生劳动争议时，由谁负担举证责任

根据《最高人民法院关于民事诉讼证据的若干规定》，对用人单位在劳动争议中应该负担的举证责任作出了明确规定：“在劳动争议纠纷案件中，因用人单位作出开除、除名、辞退、解除劳动合同、减少劳动报酬、计算劳动者工作年限等决定而发生劳动争议的，由用人单位负举证责任。”

职工上下班发生交通事故可以认定为工伤吗

根据劳动和社会保障部《企业职工工伤保

险试办法》的规定,由于“在上下班的规定时间和必经路线上,发生无本人责任或非本人主要责任的道路交通机动车事故而负伤、致残、死亡的,应当认定为工伤。”

“离岗退养”职工可享受哪些待遇

根据《国内企业富余职工安置规定》明确规定:职工退出工作岗位休养期间,由企业发给生活费,生活费标准不得低于省、自治区、直辖市人民政府规定的最低标准;职工退出工作岗位休养期间达到国家规定的退休年龄时,按照规定办理退休手续。职工退出工作岗位期间视为工龄,与其以前的工龄合并计算。

“买断工龄”买断的是指什么

“买断工龄”是一个专有名词,其实指的就是当企业因某些原因(如兼并、出售等)与职工解除劳动关系,根据工龄长短等给予职工一笔经济补偿金,即买断的是工龄,但不能终止职工的社会保险关系,今后职工再就业时,能重新计算工龄和保险金缴费年限。

用人单位能以资金周转困难为由拖欠工资吗

根据《劳动法》和劳动和社会保障部发布的《违反和解除劳动合同的经济补偿办法》明确规定:克扣工资或无故拖欠职工工资应承担相应的法律责任,即在规定时间内全额内全额支付劳动者工资报酬,并加发相当于工资25%的经济补偿金。

合伙企业中的合伙人退伙后,还要承担合伙债务吗

根据《合伙企业法》规定:“合伙协议未约定合伙企业的经营期限的,合伙人在不给合伙企业事务执行造成不利影响的情况下,可以退伙,但应当提前三十日通知其他合伙人。”还规定:“退伙人对其退伙前已发生的合伙企业债务,与其他合伙人承担连带责任。”

外商投资企业中劳动合同怎样签订和履行

根据劳动部、外经贸部《外商投资企业劳

动管理规定》中有关规定,劳动合同由职工个人同企业以书面形式签订;劳动合同的内容,应符合国家有关法律、行政法规;劳动合同签订后,应当在1个月内到当地劳动行政部门鉴证。劳动部办公厅下发的《关于贯彻〈外商投资企业劳动管理规定〉有关问题的复函》进一步规定:企业与职工签订劳动合同。须用中文书写,也可同时用外文书写,但中、外文必须一致,中文合同文本为正本。在外资企业工作的劳动者,应当按照法律、法规的规定与单位签订劳动合同并认真履行。

外商投资企业公司以结婚为由,解除女性的合同吗

外商投资企业公司的做法是没有法律依据的。首先,“不得结婚”这一劳动合同条款与《婚姻法》保障婚姻自由的条款相抵触的;《妇女权益保障法》中规定:“任何单位不得以结婚、怀孕、产假、哺乳等为由,辞退女职工或者单方解除劳动合同。”因此,外商投资企业公司不能以结婚为由解除女性的合同。

应怎样申请交通事故伤残鉴定

①被评定人应携带加盖办案单位公章和办案人签字的伤残评定申请书。②携带县级以上医院的诊断证明,检查结果以及损伤初期和治疗终结后的CT、X片及诊断报告。③从治疗医院借阅有关手术病历和检查记录。④对被抚养人的劳动能力进行评定时,还应携带评定人的身份证及户籍证明和有关政府部门的说明。⑤评定时应以事故直接所致的损伤或确定的并发症治疗终结为准,对治疗尚未终结,因调解需要提供赔偿依据的,在申请书中说明。⑥评定者需要亲自接受检查并缴纳规定的评定费用。由具有资格的伤残鉴定机构评定伤残等级。

老爸：请多加强生理保健

LAOBA: QINGDUO JIAQIANG SHENGLI BAOJIAN

9/身心健康的八条标准

9/男性健康的生理特征

9/中年人的生理变化

10/男性生理上有哪些弱点

10/男性与女性生理上有哪些差别

10/中年男性生理上有哪些变化

10/中年男性衰老的生理表现有哪些

身心健康的八条标准

联合国世界卫生组织(WHO)最近具体提出了身心健康标准,它包括肌体和精神的健康状态。肌体健康用“五快”来衡量,其“五快”为:①食得快。吃饭时有很好的胃口,能快速吃完一餐饭而不挑剔食物,食欲与进餐时间基本一致,这证明内脏功能正常。②便得快。有便意时,能很快排泄大小便,且感觉轻松自如,在精神上有一种良好的感觉。③睡得快。晚间定时有自然睡意,上床能很快入睡,而且睡得深;醒后头脑清醒,精神饱满。④说得快。说话流利,语言表达正确。说话内容有中心,合乎逻辑,能根据话题转换随机应变。⑤走得快。行动自如、协调,迈步轻松、有力,转体敏捷,反应迅速,动作流畅。精神健康用“三良”来衡量,其“三良”为:①良好的个性。性格温和,言行举止别人在心理上能够认可,能够在适应环境中充发发挥自己的个性特点,没有经常性的压抑感和冲动感。意志坚强,自我发展目标明确,工作、学习具有自觉性和持续性。②良好的处世能力。看问题客观现实,具有自我控制能力,与人交往的行为方式能被大多数人所接受。③良好的人际关系。有与他人交往的愿望,有选择地交朋友,珍视友情,尊重别人的人格。

男性健康的生理特征

①眼睛有神。②呼吸微徐。③二便正常。

④脉象缓匀。⑤形体壮实。⑥面色红润。⑦牙齿坚固。⑧双耳聪敏。⑨腰腿灵便。⑩声音宏亮。⑪须发润泽。⑫食欲正常。

中年人的生理变化

据研究报道,人到中年以后,人的各种生理功能和精力开始衰退,即全身各种器官都开始出现纤维化,从而引起各项功能逐渐变弱、减退。其生理变化主要体现在以下方面:①人体细胞的再生能力、免疫功能开始逐渐减弱。内分泌腺,特别是性腺的功能正在逐渐下降。②心率可能发生或慢或快的变化,甚至发生心律失常。心脏排血能力随着年龄的增高而逐渐降低,血液输出量平均每年减少0.75%~1.0%。③呼吸道黏膜纤毛上皮开始萎缩、脱落,使黏液与纤毛系统清除功能受到障碍,加之免疫功能的下降,容易引起下呼吸道遭受损伤的因素。④皮肤由于受风吹、日晒和寒冷的侵袭及经常受到损伤,要比机体其他部位衰老得快些。随着年龄的增加,皮肤变薄,弹性逐渐丧失,皮下脂肪减少,逐渐形成皮肤皱褶,尤其是眼睛和嘴唇周围皱纹增多。⑤因血管弹性下降,血压随着年龄的增加而增高。⑥眼球晶体弹性逐渐丧失,眼球的自然调节能力逐渐减弱,视力下降,产生花眼。⑦膀胱储备能力降低,出现尿频和夜尿等。⑧脑力的减退主要表现为近期和机械性记忆力的下降。⑨因代谢及内分泌的变化,腰部和腹部脂肪增加,开始“发福”。⑩胃肠功能有所下降,随着年龄的

变化,逐渐导致全身营养状况减退。①心脏和肺的应变能力降低,常常导致不能再胜任年轻人的体力劳动。

男性生理上有哪些弱点

①心脏:全世界患心肌梗死的病人中,男性占大多数,治愈率也很低。②肝脏:在肝病病人中,男性为女性的2倍,原因是男性比女性饮酒多。③胃:由于男性暴饮暴食、吸烟饮酒比女性多,所以患胃炎、胃溃疡者多。④直肠:直肠癌多见于男性。⑤前列腺:男性患慢性前列腺炎者较普遍。⑥睾丸:外伤、疾病、手术等许多因素都可造成其萎缩与功能损害。⑦头发:男性脱发较女性多见。⑧性欲:男性性欲强烈,但许多男性都满足不了女性的性需求。

男性与女性生理上有哪些差别

①男性身材高大,肩宽膀壮;女性相对显得苗条、瘦小。②男性血液浓,红细胞比女性约多20%。③男性比女性需要红细胞,因男性不能像女性迅速地制造血液。④男性比女性需要更大的供氧量。⑤男性身体中40%是肌肉;女性是35%。⑥男性的脂肪分布与女性不同,缺少皮下脂肪。⑦男性骨骼比女人大,结构也不一样,因此男女走路姿势不大相同。⑧在恶劣条件下,男性的耐力不如女人持久。⑨男性用力时,体重的90%都会转化为力量;女性只有50%。⑩男性的肌肉力量比女性大,所以善于干重活。⑪男性的体力比女性强。⑫男性的疾病免疫力比女性弱。⑬男性的痛病感阈值比女性低。⑭男性对痛苦更敏感,更脆弱。⑮男性激素会使血压升高,所以男性易患心脏病。⑯男性夜晚的视力不如女性。⑰男性口吃的比例比女性大。⑱男性的色盲比率为8%,女性只占0.5%。⑲男性手淫的比例比女性大。⑳男性同性恋的比例比

女性高。㉑男性比女性夏天更怕热,冬天更怕冷。㉒男性比女性更善于伪装、说谎及偷窃。㉓男性的感情比女性更脆弱,更容易陷入情网。㉔男性在爱情失败后,自杀的人数是女性的3倍。㉕男性的性欲比女性强。㉖男性的大脑是专业化的,左右两个半脑分工明确;而女性的大脑没有专业化,解决问题时,右半脑和左半脑一起工作。㉗男性使用右半脑比女性有效;女性以使用左半脑为主,语言比较灵活。㉘男性比女性较早衰老,平均寿命比女性少8~10岁。

中年男性生理上有哪些变化

①进入35岁以后,机体细胞数目开始逐渐减少,致使各种生理功能发生变化。②骨骼中无机物含量增高,则骨骼的弹性、韧性明显降低,易发生骨折和骨质增生。③脂肪组织不变,脂肪不断上升,因此人到中年往往会发胖。④肺泡壁间质纤维量增加,使肺的可扩张性、肺活量和最大通气量均有减少。⑤消化功能与代谢功能均有下降趋势,使人的消化功能下降。⑥心血管功能具有明显的增龄性改变,使心脑血管发病年龄趋于年轻化。⑦脑神经细胞数目随年龄的增加而不断减少,但脑力活动和思维能力并不见衰退。⑧胰岛功能减退,使胰岛素的分泌减少,因而血糖容易偏高。⑨“机械记忆”能力有所下降,但远期记忆较好。

中年男性衰老的生理表现有哪些

中年男性衰老的生理表现有:①记忆力缓慢下降。②视力逐渐衰退。③头发渐稀。④心跳逐渐减慢。⑤听力辨别能力变弱。⑥耐力越来越低。⑦呼吸渐难。⑧脂肪堆增多。⑨性冲动次数减少。⑩勃起不挺。⑪肌肉逐渐萎缩、软弱,骨骼退行性变化。

老爸：心理保健也很重要噢

LAOBA:XINLI BAOJIAN YEHEH ZHONGYAO DEO

11/心理健康的十项标准

11/心理健康有哪些特点

11/中年人有哪些心理特点

12/拥有“六心”保持心理健康

12/应怎样加强自我心理保健

12/男性心理保健十二法

12/男性心理成熟有哪些特点

12/中年人应怎样保持心理健康

12/男性应怎样进行心理调整

13/应怎样调整男性的心理卫生

13/保持心理平衡的诀窍

13/男性应怎样消除孤独

13/男性应怎样才能振作精神

13/要使心理开心，用什么方法调整

13/如何消气愉悦的窍门

13/中年男性保护良好心境的方法有哪些

13/中年人面对心理压力应怎样自我调节

14/中年人心理减压二十法

14/轻松解压九法

14/中年人应怎样防止心理老化

14/怎样才能防止心理疲劳

14/中年男性如何避免心累

14/中年男性如何消除偏激心理

14/中年男性应怎样矫正“气量小”心理

14/中年人遇到挫折时应怎样保持心理平衡

15/男性抑郁症有哪些症状

15/怎样克服抑郁症

15/不良心理状态如何判定

15/男性心理障碍有哪些先兆

15/男性心理危机有哪些表现

15/中年男性情绪健康失调有哪些行为表现

15/防治忧虑有哪些方法

15/怎样调适男性灾难心理

16/延缓中年知识分子精神老化有哪些诀窍

16/男性有哪些不良性格

16/怎样矫正不良性格

16/保持乐观情绪有哪些秘诀

16/消除烦躁情绪有哪些诀窍

16/中年期“病态固执”应怎样纠正

16/防治“灰色”心理病的窍门

心理健康的十项标准

根据联合国世界卫生组织制定心理健康的十项标准：①有足够的自我安全感。②能充分地了解自己，并能对自己的能力做出适度的评价。③生活理想切合实际。④能保持人格的完整与和谐。⑤能保持良好的人际关系。⑥不脱离周围现实环境。⑦善于从经验中学习。⑧能适度地发泄情绪和控制情绪。⑨在符合集体要求的前提下，能有限度地发挥个性。⑩在不违背社会规范的前提下，能恰当地满足个人的基本要求。

心理健康有哪些特点

心理健康有5个显著特点：①能正确地面对现实。②了解自己，有自知之明。③与人为善，乐于与人交往。④情绪乐观，心胸豁达，情绪稳定，热爱生活。⑤自尊自重，谦而不卑。

中年人有哪些心理特点

①生理上已完全成熟，并经过复杂的社会生活和沉重的个人生活洗礼，心理进入成熟阶段。②智力发展达到高峰期，能理智地判断和创造性思维，独立解决问题。③独立自主地观

察和思考问题,情绪趋于稳定,能自我控制,自我调适情绪和心境。④情感更加丰富,在交友、婚姻、家庭关系中,均表现得像懂得“方圆”之道的男子汉。⑤待人处理能够宽容大度,心胸豁达,具有较强的应变能力。⑥更加了解自己,有自知之明,善于扬长避短,选择适于自己的社会职业和角色。⑦敬业爱家,尊老爱幼,处在社会和家庭中承上启下、继往开来的中间地位,责任心强,严格要求自己,更富有人情味。⑧长期的人生阅历,其性格大都由“血气方刚”变为“老成持重”。⑨比青年人表现出更自觉、更坚毅、更顽强和更果断的自制力。⑩由于商品经济造成的剧烈竞争,心理压力较大,心理矛盾较多,造成身体和精力常常处于透支状态,即所谓透支健康。应妥善处理,以确保心理健康,否则易患多种疾病。中年人不希望生活中出现大的波动,也不希望感情和情绪再起风波。

拥有“六心”保持心理健康

①信心:对生活抱有充足的信心,这种信心能产生强大的生命力,能勇敢坚定,不怕困难。②善心:与人为善,助人为乐,好事做过,心里坦然;同时,能博取别人的相助和关照,保持良好的人际关系,宽松生活环境。③粗心:日常生活中,能将就则将就,不挑剔,不刁难,不计较,宽容待人,忍让当先。④舒心:家家都有难念经,人人都有烦恼事,要学会自我调节,将烦恼化成快乐,转忧为乐,难经顺念。⑤童心:要像孩童一样,天真活泼,纯洁无邪,无忧无虑,无怨无恨,并向上进取,不甘落后于人。⑥欢心:心胸豁达,常喜无愁,一切都顺心如意,纵有不快,也一笑了之。

应怎样加强自我心理保健

①活到老学到老,进取不分老和少;积极处世解矛盾,竞争奋斗得荣耀。②修身养性,练体练性;不能无欲,但要无私;命在性中,才在德中;净化心灵,身心同健。③不要烦,莫要恼,烦恼多易衰老;人间事物难得全,计较得失添烦恼。④他人犯我我不气,一旦生气中他

计,气出病来身无力,气出病来实可惧。及时反省可弥补,心平气和则益体。⑤与人和,与人善,诚待人,宽人过,开朗宽容好处多。⑥得失恩怨不计较,谦让克制是美德,知足则常乐,和谐就幸福。⑦人不快活痛苦多,心胸窄小杂症扰,快乐永远伴随你,乐观豁达疾自消,修心养性塑个性,防病治病健身心。⑧博学多才充自身,正直友善得人心,为人处事明哲理,善解烦恼免伤身。⑨人的一生坎坷多,难防祸福难测风,嫉恨报复存疑心,思绪不宁自煎熬。

男性心理保健十二法

①精神胜利法:永不服输。②永不满足法:充实生活。③返老还童法:永葆青春。④亲身实践法:言行一致。⑤巧思创新法:充满自信。⑥平心静气法:遇事不怒。⑦当机立断法:排解忧愁。⑧异想天开法:寻找欢乐。⑨劳逸结合法:学会休息。⑩扩大交际法:善交朋友。⑪助人为乐法:大公无私。⑫幽默风趣法:轻松愉快。

男性心理成熟有哪些特点

①努力工作,爱岗敬业。②情绪稳定,品德高尚。③着眼未来,目标远大。④自我定位,客观实际。⑤勇敢坚定,不怕困难。⑥适应生活,接纳现实。⑦了解自己,理解他人。⑧喜欢交友,关系和谐。⑨有同情心,心地善良。⑩兴趣广泛,有些专长。

中年人应怎样保持心理健康

①热爱生活,善于生活。②保持愉快而平稳的情绪。③保持广泛的业余兴趣爱好。④坚持运动锻炼。⑤有病早治,无病早防。

男性应怎样进行心理调整

①调节工作节奏,找到一种放松状态。②合理安排劳逸结合,规律生活。③保证充足的睡眠。④保持平常心态,制定合理目标,胜败不要长存于心。⑤关照家庭,多多沟通,创造和谐的家庭环境。⑥培养良好的心态,凡事向积极的方面想,对困难做好思想准备。⑦大小