

年老人对今後的認識及策劃

Nelson Mar

馬在莊

2015-3-26

Chinese American Association of Laguna Woods

前言

- 不是以專家身份來談這問題，只是經驗談；
- 自數十年前創辦亞美老人服務中心及親自照顧 Mary 的心得；
- 所談的不是老人如何打發退休後的生活，而是如何安排未來的下一步；
- 談得都是大家不願面對的事實，無法逃避，只能面對它；
- 痛苦的事實：
 - 照顧半賤友妻，Mary 的教訓；
 - 名大學教授的慘局；
 - 媽媽把女兒們弄慘了，女兒苦，媽媽也苦，母女關係壞了，怪誰？
 - 老年人對四週一切都不滿意，怪孩子不孝順及不照顧父母親；
 - 聽多了老年人的抱怨，也聽多了年青人的抱怨；
- 我們是特殊一代，**Sandwich Generation**；
- 古言“老而不死是為賊”對嗎？人活得更長久了，要以智慧來應對它！

提要

- 老年人對未來的正當認識；
- 未來可能發生的變數很大，而我們控制不了，只會愈來愈壞，如何來面對它？
- 計劃未來重要的三步曲：
 - **增加自己的知識**，瞭解自己的情況及社會能提供什麼？多學!!
 - **消化這些知識，從心理上瞭解它，接受它，有計劃及準備**；多想!!
 - 寫下你的選擇，與親友孩子們溝通，**按計劃施行，做好準備!!**
- 對 Living Trust 的基本認識及須常去 Update 它；
- 對“錢”處理的觀念，中庸之道不多不少；

老年人对自己未来之认识

- 老人愈老，問題及困難只會增加，更具復雜性，必須面對它；
- 千萬別做夢，缺乏知識的夢多半是錯的，會變成惡夢，最後會失望，以下的日子會更難過；
- 別全依靠孩子，你會失望的，養兒防老今天已變了，不一定管用；
- 我們的頭腦一天不如一天，盡早在頭腦清楚時來幫助自己吧；
- 心安須靠豐富的知識，在頭腦沒退化前用知識來計劃你的未來；
- 從今天到我們最後走的一天，可能有上千的可能性，只能尽力安排；
- 一般的錯誤想法；
 - 老年後買什麼樣的房子？住在那裡？以為一直會住下去的，我們真正能控制的嗎？
 - 孩子會為我們安排一切的，不一定；
 - 別去管它了，早晚會死，是的，是不是希望死前少吃苦？
 - 不實在的夢，去海邊退休村去，去台灣或上海退休；

住房是暫時性的

- 住在那裡只是一種暫時的需求，當身體好時，可買，可租；
- 再下去就必須靠適當的計劃；
- 合租房大家互助照顧養老，只能短時，並變數極大，good dream；
- 老年人退休社區是經精心設計的，如 Laguna Woods，它考慮到：
 - Independent living, 各種型式房子適合不同的需要；
 - 安全，方便，考慮到交通(Bus, golf cart)，氣候好的社區；
 - 四週有各種醫院，醫生，這是老人不可少的；
 - 各種活動可供選擇，以充實老人的生活；
 - 有近大城市之方便如吃中餐，機場，音樂院及Museums等；
 - 但只是適合身體健康的老年人住，但如果你身體或智力變壞了，怎麼辦？
- 身體或智力變壞的種類，程度，甚至速度都不是我們可控制的；
- 以後怎麼辦？想到過嗎？

可能發生的情況

- 可能性上百種，怎止上千種，只舉些通例：
- 獨身住，沒病，但需人燒飯及打掃房間；
- 身體開始壞了，洗澡需要幫助；
- 摔跤，骨折了，走路有問題；
- 大小便失控，廿四小時要人看顧；
- 半身不遂，活動不便，言語不清；
- 耳朵，眼睛不行了無法獨居；
- 神志不清，會走失，更不談自顧；
- 有糖尿病，須按時打針並看住食物；
- 病太多，吃十，二十種藥，需專人來管理；
- 失去開車能力，買菜，買藥，看病等；
- 各種不同癌症，需不同方法來照顧；

怎麼辦？

- 最好別想到孩子們來解決你的大問題，有孝心是不夠的，他們有事業及家庭，能力有限，並容易弄杯關係；
- 社會上(美國，大陸或台灣)提供許多種類及層面的服務：
 - 大陸或台灣請僱人便宜，但僱人非專業，並須考慮醫生及醫院，特別是新科技；
 - 美國請僱人難及貴，但醫學科技比較進步，如 **City of Hope** 等，及老人照顧的設施種類比較多，管理也比較嚴格；
 - 各有好壞，不可能十全十美，有各自的選擇，希望少吃苦；
 - 只能依各人不同的情況，收集知識及資料做最好的計劃及選擇；
- **Long Term Care**: 是一種保險制度，在合其規定條件下，他們會支付照顧之費用。 **Long Term Care eligible for benefits: bathing, toileting, transferring, dressing, continence, eating eligible**。

美國社會所提供的服務

- 獨立居住: Single house, apartment, condo, senior housing ;
- In home care giver - 短期僱人來家幫助 ;
- Assisted living – many types such as Freedom Village, The Regency ;
 - 種類很多，服務層面廣，價錢差別大；
 - 須親自去看，並在裡面吃中飯看其值量及住的人；
- Senior care – full ranges of care, 須仔細看及分析;
- Boarding care – 6 people in a private one level home ;
- Nursing home – facility with licensed nurse care, 身體情況最壞時 ;
- Special recovery facilities - 如骨折, 大手術後恢復 ;
- Memory care for Alzheimer disease or other dementias;
- Hospices ;

Resources

- www.ocgov.com/residents/health/seniors
- www.officeonaging.ocgov.com
- 我們應該收集這方面的資料以系統性提供華人使用；
- 美國社會中有許多資料，但多俱商業推銷性，須小心讀多思考；
- 不能全相信朋友之言，每人情況不同，他喜歡並不保證你會喜歡，親身去拜訪，查詢，Google 看顧客的意見等，直到你喜歡；

Living Trust

- 不幸 Living Trust 律師的好杯，只有在死後才能知道；
- 它非常重要，最重要是預防 **Probate Court**；
- 次重要是死後一切的安排：
 - 兩人如一人先走了，法律上如何安排？如過去的，AB or ABC Trust；
 - **Living Will** - 以後財產如何分配；
 - 如何減免或少交遺產稅？是否須買保險來付遺產稅？
 - 如 Incapacitated，如何處理它？
 - Directive to Physicians；
- 稅法經常改變，因此 Living Trust needs frequent update；
- 2013 及 2017 年 Tax Law 重要改革

稅改變了什麼？

- 老的 AB & ABC Trust 也許沒用了，因減不了什麼遺產稅；
- **Exemption and Portability** rule changed；
- Lifetime exemption changed from 2013 law \$5.6M/p to \$11.2M/p；
- Annual exemption changed to \$15,000/p；
- Good to 12/31/25, then back to 2013 law；
- Tax strategies changed；
- Facts:
 - OC Probate Court FY 2016-17
 - Total Filing 8,538
 - Trust filings up 15.4%
 - Probate filings up 13.2%
 - Conservatorship filings up 14.4%

对錢的觀念及認識

- 錢是生不帶來及死也帶不去的東西；
- 錢不能多也不能少，如何才是中庸之道；
- 錢是最好的潤滑油，老年人麻煩事多，化点錢可活得舒服一点；
- 最好别給孩子們你一身省下的錢， 當你需要時可能拿不回來；
- 對住的房子要有正確的觀念 - 教授的故事
 - 老年人最好是租房住，不必買房住，一般 **CPA** 都同意；
 - 買房子錢是不動產， 需要時不易轉為現金；
- 以手中現有的錢, 加上退休金, 減去目前正常開消, 再加上一個安全系数, 可大約計算出你開支的上下限及可以維持多少年, 有这認識可安心的活下去；

總結

- 人愈老問題愈多，必須面對它；
- 在神智清時，多學，多看，多增加知識；
- 從收集的知識中，去改變自己並調整自己的心理及心態；
- 再去為自己安排，以後去那理等，全在自己主控下；
- 對錢有正當認識，做適當安排；
- 做 Living Trust 以保護自己及家人；
- 其他只有聽天由命 !!!! 古言“生死由命, 福貴在天”有道理；
- 謝謝你