市场星报
07~08
2025年5月28日 星期三
编辑 吴笑文
组版 阮 进 校对 刘 洁

相 约 美 好 乐 享 生 活
健康养老周刊
安徽省养老协会 指导
市场星报电子版
www.scxb.com.cn
安徽财经网
www.ahcaijing.com

未履约，赠与可以撤销吗？

以案说法

现实生活中，不少老人与子女签订了附条件的赠与协议，要求获得房产的子女在尽到法定赡养义务的同时还要承担更多的义务。如果子女未按照约定完成义务，赠与的房产还能要回吗？近日，北京市东城区人民法院审理了一起撤销赠与合同案。

儿孙未完全履约 老人要求撤销赠与

杨老太与老伴儿有3个儿子，2018年老伴儿去世后，共有房屋由杨老太单独继承。2021年，考虑到自己年事已高，需要人照料，杨老太与居住在同一栋楼的二儿子及其子签订了赠与协议，约定杨老太自愿将其名下位于北京市大兴区的房屋赠与二人，但杨老太继续在该房屋内居住生活，二人需照顾杨老太的饮食起居，保障其生活水平及生活质量不降低，承担其医疗费、生活费、护理费等一切开销，否则杨老太有权撤销该赠与。协议签订后，二儿子查出身患癌症，房屋登记到其子一人名下。

此后两年多时间里，杨老太饮食起居均由二儿子一家照料。后二儿子一家欲搬至东城区居住，便向杨老太提出在东城区为她租住房屋继续进行照顾。但杨老太认为，自己已经80多岁，需要长期稳定的居所，遂拒绝了租房的提议。双方多次协商未果，二儿子一家给杨老太留下30万元后，搬至东城区居住。不久后，杨老太搬去与小儿子共同居住。

半年后，杨老太将二儿子及其子诉至法院，以二人未依照协议约定履行照顾自己的义务为由，要求撤销对二人的赠与。起诉后不久，杨老太因病去世。其另外二子作为杨老太的法定继承人，申请作为原告参加诉讼，法院依法追加二人为原告。

法院支持撤销部分赠与份额

庭审中，二儿子表示，其一直在尽心尽力照顾杨老太的生活起居、就医看病，即使自身身患癌症，也未懈怠。孙女到了上学的年纪，儿子夫妻俩都在上班，也需要老人的帮助。为了解决问题，其向杨老太提出雇佣保姆照顾或为其租住房屋，但遭到拒绝。杨老太提出让其子辞职、一家专职照顾以履行约定，该要求不符合现实情况，超出合理预期。

法院审理后认为，赠与附义务的，受赠人应当按照约定履行义务。不履行赠与合同约定的义务，赠与人可以撤销赠与。本案中，杨老太与二儿子及其子签订的赠与合同，将案涉房产赠与二人，同时约定了二人对杨老太的扶养义务。二儿子及其子在协议签订后的两年多时间里与杨老太相邻生活并进行赡养照顾。后二人因生活所需，提出租住房屋以便照料等方案，被杨老太拒绝，二人遂搬离，未再依约履行义务，故杨老太有权行使撤销权。但在合同履行中，杨老太提出让孙子辞职、一家专门照顾她等赡养要求，已超出合理可行的范围，且孙子仍多次陪同杨老太就医。此外，二儿子及其子负有约定的义务并不排斥其他子女对杨老太进行赡养，也不排斥杨老太按照自主意愿生活。

综合考虑上述情况，法院判决部分撤销杨老太与二人签订的赠与协议中对房屋50%份额的赠与。目前该判决已生效。

所附义务应当合法合理、切实可行

本案中，在受赠人已经履行了部分义务的情形下，从公平原则和维持家庭和谐的角度出发，应结合受赠人的义务履行情况来确定撤销赠与的范围。因此，法院最终判定部分撤销杨老太对二人赠与房屋的份额。

法官提醒，老人在将自己的财产赠与子女时，最好签署书面赠与协议，写清居住权设立、子女承担的义务等内容，以更好地保障自身权益。赡养老人系每一个成年子女应承担的法定义务，作为受赠人，更应依照赠与协议履行自己的义务，做到经济上供养、生活上照料、精神上慰藉，尽己所能照顾好老人，让老人能安享晚年。在附义务赠与中，可能发生子女与父母对赡养标准或者方式理解不一的情况，此时对义务的设定，应综合考量老人的养老需求、子女经济实力、现实情况等，尽量达成一致意见，确立合理可行的义务。 据《人民法院报》

生活指南

可凉拌可做熟 紫甘蓝营养又美味

一到夏天，很多人都没有胃口吃饭。有一种蔬菜不仅颜值高，营养丰富，最重要的是凉拌着吃还很美味，它就是紫甘蓝。

生吃凉拌：紫甘蓝洗干净后切成细丝直接凉拌着吃。对于没有甲状腺疾病的健康人，偶尔一天生吃100克紫甘蓝对甲状腺健康不会有危害。

烹调做熟吃：有些人不习惯生吃紫甘蓝的味道，喜欢把它做熟了吃。紫甘蓝做熟后往往会变成蓝色或黄色，其中的花青素容易发生热降解，这也会导致紫甘蓝中花青素含量降低。如果喜欢吃做熟的紫甘蓝，推荐使用汽蒸的烹饪方式。想尽可能地保留紫甘蓝的鲜艳颜色，可以尝试放一些醋或柠檬汁。 据科普中国

发酵茶就是发霉的茶吗

茶叶发霉是因为受了青霉、曲霉等微生物的污染。喝了轻则会引起呕吐、腹泻等症状，重则可能会引发肝、肾等器官病变。

一些人误认为发酵茶就是发霉的茶。大错特错。拿普洱熟茶举例，普洱熟茶的渥堆发酵过程是一种由微生物参与、复杂的生化反应过程。在适宜温度和湿度条件下，茶叶中的多酚类物质在微生物作用下发生氧化、聚合和分解等反应。这个过程是可控的，可以通过调整温度、湿度等参数来控制茶叶的发酵程度和品质。 据CCTV生活圈

动态快讯

肺活量20-25岁后开始“走下坡路”

西班牙一项研究首次揭示了人的肺活量在20-25岁达到峰值，之后就开始“走下坡路”。该研究结果发表于最新一期《柳叶刀·呼吸医学》，为评估肺部健康提供了新的基础框架。

研究表明，女性一秒用力呼气量（FEV1）在20岁左右达到峰值，男性在23岁左右达到峰值。研究发现，肺活量在峰值之后没有稳定阶段，而是在峰值之后立即开始衰退。持续性哮喘和吸烟都会影响肺活量，但影响方式与之前认为的不同。患有持续性哮喘的人FEV1峰值出现得更早，且一生中的水平都较低，而吸烟则与35岁起肺活量的更快衰退有关。 据《科技日报》

低风险卒中患者监测频率可减半

卒中是我国致残和致死的首要病因，急性缺血性卒中（AIS）约占我国全部卒中人群的70%。根据当前治疗指南，静脉溶栓治疗后24小时内需对AIS患者进行37次密切监测。监测次数是不是必须要高达37次？复旦大学领衔跨国研究表明，对于低风险急性缺血性卒中患者，将传统监测频率减半至17次不仅安全可靠，还能显著优化医疗资源配置。

研究显示，两组低风险卒中溶栓患者在90天不良预后、脑出血发生率及严重不良事件等关键指标上均无显著差异。值得注意的是，采用低强度监测的美国医院ICU入住率降低30%，有效缓解护理人力资源压力。 据《新民晚报》

“公园治愈指南”发布 置身自然放松身心

即便不运动，在公园待上20分钟，也能放松身心、恢复能量——这种说法被称为“公园20分钟效应”。

前不久，北京市公园管理中心发布首个“公园治愈指南”，推出30处适合阅读小憩、品茗放空的游园场所和休闲空间。

心理学研究表明，个体对清澈的水体、广阔的草原、茂密的树冠等景观，有与生俱来的审美偏好和积极的情感反应。在公园漫步，能降低人的皮质醇，20分钟达到良好减压效果。 据《人民日报》

解锁高质量休息 不止躺平那么简单

在现代社会的快节奏中，人们常把“休息”等同于躺平或消遣，然而真正的高质量休息并非如此。如何高质量休息？

心理边界的设定：在物理空间与时间维度建立明确区隔，具象化的边界能触发心理暗示，帮助大脑切换至休息状态。关键在于通过仪式感行为（如关闭电子设备、更换衣着）强化“此刻属于自己”的心理认同。

情绪能量的转化：情绪休息并非消除负面感受，而是建立与情绪的对话机制。觉察情绪而不评判，如将焦虑想象为飘过的云朵。在情绪波动中寻找成长性体验，将“疲惫感”转化为需要自我关怀的信号。 据朝阳心理健康