

新天地

NEW HORIZON

中老年人 心灵驿站 原《老人天地》

光明日报 报业集团主管主办 2013. 4 邮订 2-290



封面人物
孙健勤 63岁



“大部制”改善百姓小日子

手绘爱情60年

殡葬新观念：把骨灰倒进垃圾桶

照顾高龄父母，你准备好了吗

“春蚕奶奶”和“保姆孙女”

如沐春风孙健勤

ISSN 1673-7857



www.laobm.com

老爸老妈新天地网 月刊·上
定价：5元 万方数据



4月特别提醒

关于政策：

■《北京市食品安全条例》于4月1日施行，其中规定：工地食堂不得供应凉菜；夜市须远离学校幼儿园；民俗旅游户禁散养家禽；餐饮证吊销后5年严禁从业。

■武汉市大病保险于4月实施。根据初步拟定的方案，新农合和城镇居民医保的参保患者报销规定部分后，如果自费超过8000元，可再报销50%~70%。

关于生活

■老年人自己量血压，因为动脉硬化应以听诊器听到砰砰的声音突然减小时的数值为准，就是所谓的柯氏音听诊法。现在专业电子血压计是采用柯氏音法测量的。使用电子血压计时，要注意血压计的电子感应器对准动脉，最好一年左右调校一次血压计。

■老年人背包的重量不要超过3公斤，斜挎包背的时候最好把包放在腹部，不要放在身体两侧，肩带短的包不伤腰。

■日用品也有保质期，浴球、牙刷3个月换一次；毛巾最好4个月换一次；而床垫5~9年更换一次。

本月节日、节气、纪念日

- 4 清明节
- 7 世界卫生日
- 22 世界地球日
世界法律日
- 26 世界知识产权日
- 30 全国交通安全反思日

关于旅游：

■从3月29日~4月28日，黄山风景区对高铁游客实行半价优惠，凭本人有效高铁或动车车票和身份证件原件游览黄山景区，可享受黄山景区门票半价优惠。

■第30届潍坊国际风筝会开幕日期为4月20日，今年的主题活动比去年少6项，开幕式由往年的晚上改在白天，并与风筝放飞相结合。

■今年黄帝故里拜祖大典将于4月12日(农历三月初三)在河南省新郑市黄帝故里景区举行，主题仍为“同根同祖同源，和平和睦和谐”。

(责编：孙展)



光明日报 报业集团主管主办

新天地

2013年4月(总第353期)

社长/总编辑 田延辉
副总编 萧茵
本刊政策顾问 台恩普
本刊法律顾问 北京市冠腾律师事务所
 李瞻哲

广告策划 邵义松
编辑部主任 孙展
责任编辑 辛娅 孙展
美术编辑 海龙

国际标准刊号 ISSN1673-7857
国内统一刊号 CN11-5523/C
国内邮发代号 2-290
国际邮发代号 M736

社址 北京东城区和平里7区16号
 办公楼6层《新天地》杂志社

邮编 100013

投稿电话 010-84258035

服务电话 010-84257955

发行电话 010-64202560

广告电话 010-64200699

传真 010-64222910

电子信箱 xtd18@yahoo.com.cn

新天地网站 www.laobm.com

(实名:老爸老妈新天地)

开户行/账号 中国工商银行北京和平里北街支行
 0200004209200145465

户名 《新天地》杂志社

广告许可证 京东工商广字第0216号

国内发行 北京报刊发行局

国外发行 中国国际图书贸易总公司
 (北京399信箱)(100044)

印刷 北京华正印刷有限公司

出版日期 每月1日

零售价 5.00元

两会专辑

- 4 新一届中央领导集体
执政新方略 让中国梦照进现实
- 5 中国 朝着梦想再扬帆——2013年政府工作报告亮点解读
- 6 “大部制”改革 改善百姓小日子
- 7 养老助老代表委员出新招
- 8 期待“服务型政府”
养老金双轨制改革应有时间表
- 9 还是“轻车简从”好
当心新骗局

看人生

- 10 袁隆平:人生路不平
- 12 如沐春风孙健勤
- 16 神眼神手,让特体服装扬名世界
- 18 拾荒拾出来的草根作家
- 20 戏海沉浮“少剑波”

大视角

- 1 4月特别提醒
- 14 作品秀
- 22 照顾高龄父母,你准备好了吗
- 24 在养老院受伤谁赔偿
- 26 老同学聚会是件快活的事

清明专辑

- 27 推行“生态葬”需要一场观念革命
- 28 “我俩的故事”
- 30 请把我的骨灰倒进垃圾桶
- 31 我与庄则栋先生的两面缘
- 32 怀念老友王仲齐

征订启事 可到各地邮局破季订阅,邮发代号:2-290,每本5元;

可汇款至杂志社邮购,每本5元(含邮资)。

欢迎邮购2012年精装合订本,每套70元(含邮资)。

汇款地址:北京东城区和平里7区16号办公楼6层《新天地》杂志社,联系电话:010-84257955

情感吧

- 34 “春蚕奶奶”和她的“保姆孙女”
- 36 为了同窗兄弟的嘱托
- 38 前妻“设计”让他“精神病”
- 40 也许,两个儿子不该那么出色

快乐坊

- 41 副部长张保庆退休之后玩文学
- 42 妈妈拉拉队 越老越值钱
- 44 身边的雷锋关大姐
我为盲人忙
- 45 编绳之趣
- 46 喜乐,你在哪里
- 47 家有一宝名“三币”
- 48 平时付出一滴水 难时拥有太平洋——我的理财心得

心驿站

- 49 为啥活得很憋屈
- 50 找啊找啊找朋友

自助医

- 51 打拳 吃素 不吵架——百岁老夫妻的长寿秘诀
- 52 春季感冒很危险
- 54 重视细节,服药才安全

观天下

- 56 国外如何处理“剩宴”

封面人物

孙健勤 63岁

北京印刷学院退休后现任新丝路模特机构培训事业部总监、
北京市劳动局第九十职业技能鉴定所副所长(摄影:朱勇)

免责声明 稿件凡经本刊使用,即视为作者同意授权本刊代理其作品在互联网的传播,
如无电子版方面的特殊声明,本刊支付的稿费已包括上述使用方式的稿费。

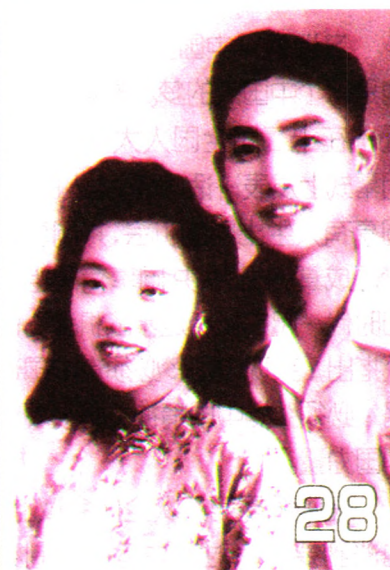
征稿启事 养老助老政策解答、心理情感追忆抒怀、养生休闲好办法、小窍门,均在欢迎
之列。投稿邮箱: xtd18@yahoo.com.cn 联系电话: 010-84258035



10



22



28



34