

# 新天地

尊重 温暖 健康

NEW HORIZON

光明日报 报业集团主管主办 原《老人天地》

2017

4

邮订 2-290



## 盘点全国两会民生热点

- 16 乔榛：我愿意是激流
- 20 竺可桢之子忆父：爱得刚刚好
- 34 抗日神剧与历史真实
- 56 老人当心肌少症

ISSN 1673-7857



总第449期 月刊·上 定价：5元

# 2017 目录 contents

## 敏感度

- 4 盘点全国两会民生热点
- 6 2017国务院《政府工作报告》:那些与老年人息息相关的事儿
- 8 让老干部工作充满温情和正能量
- 10 谁动了你的祭奠权
- 12 老人也要培养自立精神
- 13 敬老

## 名家秀

- 14 张志和:凭着乐趣写书法

## 心不老

- 16 乔榛:我愿意是激流
- 18 黄祖绪:以书为媒,传承好家训
- 20 竺可桢之子忆父:爱得刚刚好

## 情感吧

- 22 永恒的爱
- 24 母子两代守护抗战英烈
- 26 送老伴一座爱情桥
- 28 不离不弃,照顾瘫痪保姆26年
- 30 养生不要太痴迷
- 32 老夫妻 新矛盾



## 新史说

- 34 抗日神剧与历史真实
- 36 从“檀奴”到“小鲜肉”
- 38 春游食品记忆
- 40 哈密精神30年

## 快乐坊

- 42 北京窑台今何在
- 43 也傍桑阴学种菜
- 44 老人投资要警惕四大骗局
- 46 文化养老走出国门
- 47 给母亲放假
- 48 安装假牙的风波
- 49 晚年乐趣在助人
- 50 露天放电影 收获快乐多
- 52 “酱菜妈妈”和她的14个孩子
- 54 享受鲁迅故乡的浓郁文化
- 55 微信新功能 帮你回溯历史

## 养生道

- 56 老人当心肌少症
- 57 肌肉锻炼法
- 58 破解阿尔茨海默症认知误区
- 60 百岁身心似中年
- 61 4种方法抗癌魔
- 62 腰部保健操 消除久坐疲劳
- 63 清明降压怎么吃

## 看世界

- 64 新知岛



### 征订启事

邮发代号：2-290，可到各地邮局破季订阅；可汇款至杂志社邮购，每本5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。

### 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

养老助老政策解读、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：xtd2013@sina.cn  
联系电话：010-84258035