



尊重 温暖 健康

新天地

NEW HORIZON

光明日报 报业集团主管主办 原《老人天地》

2018

4

邮订 2-290



政府工作报告中的“养老”关键词

24 “马拉松伉俪”跑到九十九

44 网络遗产怎样继承

50 撕纸胜丹青

58 警惕：颈动脉粥样硬化

ISSN 1673-7857



9 771673 785181

总第461期 月刊 定价：5元

敏感度

- 4 政府工作报告中的“养老”关键词
- 6 乐做“大棚里的活雷锋”

心不老

- 8 妇产科医生于载畿:莫道桑榆晚,为霞尚满天
- 10 古籍医生杜伟生
- 12 特型演员刘劲:扮演周恩来的日子

新史说

- 14 习仲勋在长葛的135天
- 16 热血化慨慷,亲历渡江战役
- 18 古代墓葬故事:移山填海的盗墓手法
- 20 中华铁锅发展史



情感吧

- 22 院士夫妻演绎传奇
- 24 “马拉松伉俪”跑到九十九
- 26 千篇“带孙日记”打造幸福一家人
- 28 孝心女儿为老爸拍摄纪录片
- 30 你抄谱来我唱歌
- 32 11年报恩路
- 34 陪读奶奶史玉英
- 36 刘永行：看重善良教育
- 38 清明雨 忆先人
- 39 念亲恩
- 40 走出丧偶的心理重创
- 42 别把餐桌当战场

快乐坊

- 44 网络遗产怎样继承
- 46 厨师博物馆里的五味人生
- 48 一把剪刀“剪”出快乐生活
- 49 为时尚老人点赞
- 50 撕纸胜丹青

养生道

- 52 摔倒有个“正确姿势”
- 53 10种走步法 走出健康来
- 54 少主食、回笼觉 老医生保养有术
- 55 洋葱：最廉价的“血管支架”
- 56 百岁老中医的“飘逸”人生
- 58 警惕：颈动脉粥样硬化
- 59 动脉硬化危害全身
- 60 别忽视3个老年失智警报

看世界

- 61 耄耋老翁 驰骋泳池
- 62 霍金的故事
- 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