

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》

2018

9

邮订 2-290



保险版“以房养老”全国推广

- 08 “长者饭堂”温暖百万老人
- 12 史云兰：为传承“国粹”甘做园丁
- 36 70岁绽放爱美心
- 40 背妻去旅游 山川见证真情
- 54 脆弱心脏 合理运动

ISSN 1673-7857



9 771673 785181 0 9>

总第466期 月刊 定价：5元

敏感度

- 4 保险版“以房养老”全国推广
- 6 宠物官司“骚扰”老年人
- 8 “长者饭堂”温暖百万老人

心不老

- 10 申楚材：匠心雕国宝 磨砺制传奇
- 12 史云兰：为传承“国粹”甘做园丁



- 14 难忘“95世妇会”
- 16 改革春风吹过故乡
- 18 三代人的上学路
- 19 山乡巨变
- 20 “派饭”引发的小故事
- 21 渔阳今昔
- 22 发电报的“过去式”
- 23 亲历1987年教师“职改”

新史说

- 24 历史视野中的“龙王文化”
- 26 教师史话
- 28 穿越回古代，中秋怎么过
- 30 心里的月光
- 32 中秋节给母亲过生日
- 33 老字号 童年梦



快乐坊

- 34 我的非正式学习生涯
- 36 70岁绽放爱美心
- 38 “冠军奶奶”陈序华

情感吧

- 40 背妻去旅游 山川见证真情
- 42 歌声嘹亮,唱响亲情好时光
- 44 带着失智爸妈去上班
- 46 替身儿子善意“行骗”
- 48 天降横祸,如何心理自救
- 50 何用堂前更种花——我的为师奥秘
- 52 中俄老笔友 56年续前缘

养生道

- 53 自己是最好的医生
- 54 脆弱心脏 合理运动
- 56 心脏不好 饮食调养
- 57 捏捏手臂心脏好
- 57 益气凝神的心脏保健操
- 58 “颜值”变 心脏危
- 59 7种坏习惯,引发心脏病
- 60 3处都健康,长寿有意义
- 62 百岁老人 钟情书法50载
- 63 “电视迷”健身

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:北京西城区永安路106号
 《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: xtd2013@sina.cn
 联系电话: 010-84258035