

党史知识

P30 | 两碗饭和十个鸡蛋/端和巧

🌀 养 生

专家讲坛

P31 | 带您了解广泛性焦虑障碍 /赵兴蓉

名人养生

P33 | 姚希贤：心宽人长寿 吃好体健康 /高继明

养生秘诀

P34 | 穴位按摩可抑制早期白内障发展
/宋伟涛 戴旻晖 孙铃钰等

P35 | 老年人需要有哪些健康素养

P37 | 关于八段锦的小知识/杨彦斌

P38 | 早期识别带状疱疹很重要/张 敏 杨燕梅

P39 | 老人“六慢”益身心/白素菊

P39 | 夏日养肺五招/张小六

健康前沿

P40 | 世界首款类脑互补视觉芯片研制成功等5则

🌀 文 化

经典剧目

P41 | 舞剧《阿诗玛》：再现“东方的天鹅湖”
/谭宗慧

人生百味

P43 | 师恩难忘/王玉春

P44 | 咬紧牙关/李 仲

P45 | 陪娃“练嘴”/田 蓉

吟诗作对

P46 | 上期征稿选登、下期征稿启事

P41 舞剧《阿诗玛》：再现“东方的天鹅湖”



🌀 交 流

工作动态

P48 | 省委老干部局以精准化理念提升离退休干部
服务管理质效等5则

活动之窗

P50 | 三展下基层 翰墨助怒江等2则

信息速递

P51 | 信息10则

他山之石

P52 | 浙江出台养老服务操作办法等5则

🌀 服 务

老年大学

P53 | 乘交通工具时如何拍摄/赖 萍

以案说法

P54 | 未成年人在校内受伤谁担责/蒋 颖

P55 | 反对加装电梯的业主有使用权吗/李宏刚

每月一乐

P56 | 数独游戏、趣味猜谜等

封面 中国康复医学会终身成就奖获得者 劳汉昌

封二 艺术欣赏

封三 摄影园地

封底 孟连娜允古镇