



品味金色时光微信



云岭先锋微信

卷首语

P01 | 不要给老年人贴标签/欧阳小抒

时政

资讯

P04 | 庆祝香港回归祖国25周年大会暨香港特别行政区第六届政府就职典礼举行等9则

政策

P06 | 加强新时代老龄工作云南这样干



专题

党徽闪亮夕阳红

P10 | “示范党支部”如何炼成/欧阳小抒

P12 | 茶城“老报人”/谭江华

P14 | 猛虎乡“百变服务队”/刘宇 曾永会

热点

金色观察

P16 | “网约护士”来了，约不约/杨锡畅

P18 | “微型养老院”如何行稳致远/刘宇

金色视点

P20 | 如何看待“逆社会时钟”生活方式

故事

朝花夕拾

P21 | 我在军校入党/李仲

金色风采

P22 | “老红军”谱写新故事/曾永会 郝亚鑫

P24 | 李桂英：花灯“守艺人”的七十载坚守
/曾永会

好家风

P26 | 李祥云：“好女婿”孝亲传佳话
/曾永会 钱旺 冉龙向

养生

专家讲坛

P28 | 保护好血管的“内胎”/马琦琳 刘湘玮

P29 | 适合夏天喝的养生茶/田春洪 黄艳梅

名人养生

P31 | 石仰山的养生八字/邱德华

养生秘诀

P32 | 胃肠镜检查的八大误区/刘嘉娜

P34 | 服用中药为何要忌口/刘弘毅

P35 | 五大因素影响血管健康

P37 | 八旬奶奶的夏季养生经/陈元平

P37 | 退休“三乐”/李伯成

健康前沿

P38 | 云南省精神科专科联盟在昆成立等5则

文化

吟诗作对

P40 | 上期征稿选登、下期征稿启事