

最新老年人健康实施方案(大全8篇)

活动策划需要考虑活动的整体流程、细节安排以及风险控制和应对策略。接下来，我们一起来看看一份优秀的项目策划案例，探讨其中的关键要素和成功因素。

老年人健康实施方案篇一

“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”自古有之。尊老爱幼是我们中华民族的传统美德，让少年儿童自小就懂得应该尊老敬老爱老，弘扬传统美德，也是爱国主义教育的体现。通过活动，让长辈有施教的平台，让少先队员有实践的环境，实现“教育一个少先队员，带动一个家庭，影响一个社区，文明整个社会”的目的，促进少先队员文明、家庭和睦、社会和谐，为建设团结互助、平等友爱、共同前进的林州城贡献力量。

携手共创文明城，敬老助老在行动

6月20日上午

老年公寓

林州八小六年级部分优秀少先队员代表及部分家长志愿者

- 1、给老人送糕点和水果。精神需求固然重要，但物质方面的帮助也不可少，给老人们送上水果，老人们一定会吃在嘴里，甜在心里。
- 2、帮助老人打扫卫生。通过扫地、拖地板、擦玻璃窗、洗被子衣物、铺床、晒被子，给老人们提供一个洁净的生活环境，使老人们身心愉快，减少疾病。
- 3、给老人洗头、洗脚、捶背、剪指甲、让老人出室外晒太阳，

老人腿脚不便、运动不多，身体容易疲劳，而洗头、洗脚及捶背是帮助老人们活络筋骨的有效办法。

4、陪老人聊天。老人最需要的心灵安慰，敬老院老人大多无儿无女，很多心里话无处倾诉，通过与老人聊天，让少先队员及家长倾听他们的心声，对老人来说是一种释放，同时对少先队员及家长也是一种教育。

5、开展各种小活动。听老人讲故事，唱歌曲，同时也为老人表演一些小节目，愉悦心情。

1、由专人提前与老年公寓相关领导联系。

2、活动前准备好水果等慰问品，做好横幅，要求少先队员穿校服、戴红领巾。

4、途中要列队前进，注意交通安全，进入老年公寓要主动向老人问好，不能追打喜闹。注重集体形象与学校形象，不可擅自行动。

5、少先队员及家长志愿者在与老人的交流中要注意语言的用词得体，保持一种积极乐观的心态，语气随和，明确交流目的，切忌让老人感到不愉快或难过的情绪。

老年人健康实施方案篇二

随着我镇工业化、城镇化以及农村居民生产生活方式的改变和社会经济发展，老年人慢性病呈现多发，高发，隐匿化发展，严重威胁老年人的健康和生命安全，也严重影响了经济发展和社会稳定。为提高我镇老年人的健康水平和防病治病能力，构建我镇居民家庭和谐和尊老爱老，促进我镇老年人健康。为此，永安镇委、镇政府根据《国家基本公共卫生服务规范（2011版）》相关项目要求，特制定本方案。

通过实施对全镇65岁及以上老年人健康保健项目，及时了解65岁及以上人群的健康状况，完善老年人健康管理，为全面了解掌握老年人疾病的分布特点和变化趋势奠定基础，做到无病早预防，有病早发现、早干预、早治疗，切实保障老年人身体健康。

（一）项目范围

全镇范围内65岁(1949年12月31日以前出生)及以上永安镇户籍居民，均应纳入项目管理范围，可自愿参加免费健康体检。

（二）项目内容

1、生活方式和健康状况评估

通过问诊及对老年人健康状态评价，了解其基本健康状况、体育锻炼、饮食、吸烟、饮酒、既往所患疾病、治疗及目前用药和生活自理能力等情况。

2、体格检查

包括体温、脉搏、呼吸、血压、身高、体重、腰围、皮肤、浅表淋巴结、心脏、肺部、腹部、肛门指诊等常规体格检查，并对口腔、视力、听力和运动功能等进行粗测判断。

3、辅助检查。

包括血常规、尿常规、肝功能、肾功能、血糖、血脂和心电图检测。

4、由主检医师完成健康评价，告知受检者健康体检结果，并提出合理化建议，开具健康教育处方，进行相应健康指导。

1、项目执行时间及工作流程。

项目从2015年4月9日开始。

(1) 宣传动员、摸底告知阶段。(4月9日-4月30日)

各村(居)委组织人员入户进行摸底登记,开展多种形式的宣传活动,使老年人认识到参加健康体检的重要性,积极主动参加免费健康体检;由村居委会干部会同村卫生室,完善辖区内65岁及以上老年居民登记册,并发放《65岁及以上老年人健康体检通知单》、《个人信息表》,凭通知单、身份证或户口簿填好基本内容的个人信息表,按规定时间到村(居)委会集中进行健康体检。

(2) 健康体检阶段。(5月1日起-12月15日)

参考各村(居)委会摸底登记名册,制定健康体检日程表,按先后顺序组织各村(居)委会老年人分批集中至村(居)委会进行免费健康体检;卫生院核对接受体检人员身份后,收取通知单和个人信息表,按要求实施体检工作,并就每人健康体检情况进行健康评价及生活指导。

(3) 汇总阶段。(12月15日-12月31日)

卫生院要按照有关要求,将健康体检情况进行统计分析,做出辖区65岁以上老人健康诊断,提出下一阶段老年人健康管理实施意见,并将工作开展情况及体检人员花名册一并上报至镇政府。

2、初步统计我镇常住人口中65岁及以上老年人约4109人。每位参加健康体检的老年人平均费用为168.5元。

1、加强领导,落实责任。为切实加强对本项目的管理,永安镇政府成立了由陆海伟任组长的领导小组,下设各职能小组,具体实施和协调本方案各项工作,各村居委按照方案要求,加强领导,落实责任,分工明确,确保任务按期完成。

2、永安镇卫生院是本项目的具体实施单位，要严格按照要求，规范开展健康保健项目工作，规范健康保健方法、标准和要求，优质高效地开展项目工作，建立老年人健康档案，将老年人的健康管理、慢性病管理、健康教育与健康促进相结合。

3、积极协调，确保工作顺利开展。各村（居）委会要积极与镇政府进行协调，及时沟通信息，明确各村（居）委会及村卫生室（站）的责任，确保在执行健康保健项目中无漏检或重复现象。未设立村卫生服务室（站）的辖区由村（居）委会全面负责。

4、加强安全管理，各村（居）委会必须做好体检的组织管理工作，确保体检安全，严防安全事故发生。

5、严肃纪律，加强管理。在体检过程中，要严格按照老年人健康管理服务规范进行工作，不得擅自缺项漏项，辅助检查项目单据保存完整，粘贴于个人健康体检表上。坚决禁止假冒虚报数字（每位参检人员必须留存通讯方式）。各部门不得以任何名义向群众收取任何费用，一经发现，严肃处理。

老年人健康实施方案篇三

为贯彻落实党中央、国务院加强新时代老龄工作的决策部署，协同推进积极应对人口老龄化国家战略和高质量发展建设共同富裕示范区，着力打造“浙里健康”“浙里康养”金名片，完善老年健康支撑体系，统筹推进老年健康促进行动，切实提高老年人健康水平，助力2025年基本建成健康浙江，特制定浙江省老年健康服务专项行动实施方案（2022—2025年）。

坚持“以健康为中心”，推进老年疾病预防关口前移，制定实施针对老年人视力功能、口腔健康、营养状况、认知功能、心理健康等早期筛查干预措施，建立老年人健康评估与功能维护机制，开发应用数字健康服务技术，提升老年人健康管理水平，促进健康老龄化。

自2022年起，逐步在全省开展老年人“光明”“口福”“营养改善”“失智老人关爱”和健康服务“智慧助老”五大行动；至2025年，全省完成老年糖尿病患者眼底筛查20万人以上，为200万以上的老年人建立口腔档案和营养监测档案，开展老年痴呆预防干预和心理关爱10万人以上，开发老年数字健康服务重大应用5项以上，老年人电子健康档案开放率达80%以上。

（一）老年人“光明”行动。县（市、区）组织开展老年糖尿病患者眼底筛查，以老年糖尿病患者为重点，开展眼底病的早筛早诊早治，降低老年人致盲率。依托城市医联体和县域医共体建立眼科专科联盟，推进基层医疗卫生机构慢性病一体化门诊建设，推动开展老年糖尿病患者眼底筛查，建立眼底照相“基层检查、上级诊断”服务模式。基层医疗卫生机构加强糖尿病患者的精细化健康管理，对眼底筛查结果异常的老年人，引导或帮助转诊到上级医院进一步检查、诊断、治疗，降低糖尿病眼底病变等并发症发生率。

（二）老年人“口福”行动。县（市、区）组织基层医疗卫生机构在老年人健康体检中开展口腔健康状况检查评估，建立老年人口腔健康档案，将普及口腔健康知识和防治口腔疾病相结合，加强老年人自我口腔健康管理。基层医疗卫生机构、口腔专科医疗机构、医院口腔科、公共卫生机构之间要建立职责分工明确、优势资源互补的合作机制，促进老年人牙周、口腔黏膜病变等疾病早诊早治，稳步提高老年人口腔健康水平。

（三）老年人营养改善行动。县（市、区）组织基层医疗卫生机构结合老年人健康体检，参照“老年人营养不良风险评估”标准，采用简易微型营养评估表进行筛查，结合老年人患病情况、血红蛋白等检验指标对老年人营养状况进行评估，为老年人建立营养监测档案。结合家庭医生签约服务、基本公共卫生服务项目等，对老年人给予膳食营养指导，提倡“减盐、减油、减糖”，引导老年人形成科学的膳食习惯，

降低老年人营养不良发生率；对筛查结果为营养不良的老年人及低体重高龄老年人，要引导或帮助转诊到上级医疗机构进行专项营养干预；发挥中医药特色优势，开展中医药治未病健康行动；逐步建立满足不同老年人群需求的营养改善措施，提高老年人群的整体健康水平。

（四）失智老人关爱行动。各级精神卫生医疗机构与基层医疗卫生机构建立工作队伍，结合实施国家基本公共卫生服务项目和老年人健康体检，以及民政部门组织实施的老年人自理能力筛查情况，对老年人开展慢性病自我管理、膳食营养、适宜运动等老年痴呆综合防控措施。对评估结果异常的老年人，引导或帮助转诊到精神卫生医疗机构做进一步诊断。对诊断为轻度认知障碍的老人，由基层医生开展常态化认知训练，减少和延缓老年人痴呆的发生和发展。对确诊老年痴呆的患者，对其家属和照料者开展培训，提高干预效果，改善生活品质。对有心理健康问题的老人提供心理咨询或及时帮助转诊。

（五）老年人健康“智慧助老”行动。各地要以老年人全周期健康管理为切入口，以区域全民健康信息平台为支撑，集成医疗和公共卫生系统数据，开发建设老年人健康监测、疾病筛查评估、健康管理方面的数字化应用，智慧化助力老年人提高健康素养和自我健康管理能力。省级制定老年数字健康服务相关应用的建设指南、规范、标准，推动市、县（市、区）建设开发人工智能[ai]随访、居家远程健康监测等老年数字健康服务重大应用，促进老年人电子健康档案开放共享。

（一）试点探索。2022年在海盐县先行试点基础上，在温州、湖州、嘉兴全市域和18个县（市、区）（名单见附件1）开展老年健康服务专项行动试点，结合民政部门组织的老年人自理能力筛查，有针对性地开展老年人分类分级健康管理，加强老年人功能维护，并实现数据部门共享。

（二）稳步扩面。在总结试点工作基础上，2023年起视情逐

步扩面推进，每年完成一定数量的老年人健康评价和健康管
理，不断完善工作流程和服务规范，建立起符合浙江实际的
老年人健康评估与功能维护机制，结合数字化改革，稳步推
进老年健康“智慧助老”行动。

（一）加强组织领导。老年健康服务专项行动是我省高质量
发展建设共同富裕示范区，打造“浙里健康”标志性成果
和“浙里康养”金名片的突破性抓手之一。各地要充分认
识实施老年健康服务专项行动的重要性，切实加强组织领导，
将专项行动列入共同富裕示范区建设的重点任务加以推进落
实。县级卫生健康行政部门要建立工作专班，集合医疗卫生
资源和工作力量，分解落实年度任务目标；县级财政部门要
加强经费保障，统筹公共卫生服务等经费，用于老年健康服
务专项行动。

（二）加强技术支撑。各级卫生健康行政部门要组织开展老
年健康服务专项行动基层能力培训，针对眼底镜筛查、口腔
检查、营养评估、膳食指导、康复指导等业务进行专题培训。
县域医共体牵头医院及城市医联体牵头医院要发挥技术辐射
引领作用；各级疾控机构、精神卫生中心等专业机构要指导
和支持基层医疗卫生机构落实各项筛查任务。

（三）加强信息化建设。各地要升级改造有关信息系统，在
老年人健康体检表中增加相应的筛查项目字段或评估表单，
承担服务的医疗卫生机构要及时将老年健康服务专项行动的
筛查评估信息录入系统，按时向省级卫生健康信息平台上传
数据。

（四）加强绩效评价。省级将老年健康服务专项行动目标指标
纳入“浙里健康”“浙里康养”评价体系，建立督查和绩效
评价机制，对县（市、区）老年健康服务专项行动实施情况
开展督查和定期绩效评价。

老年人健康实施方案篇四

为认真贯彻落实《国家公共卫生服务规范》，使人人享有均等公共卫生服务，按照市卫生局及区卫生事业管理中心的要求，在辖区范围内开展为65岁以上老年人、高血压、糖尿病等需要重点关注及提供预防保健和基本医疗服务的.人群（以下简称重点人群）免费健康体检，并建立健康档案活动，结合我社区实际，特制定本方案。

认真贯彻落实《国家公共卫生服务规范》，发挥社区卫生服务机构的公益性作用，落实公共卫生服务项目，开展65岁以上老年人、高血压、糖尿病人健康体检，建立健康档案，全面了解社区重点疾病的患病情况，分析评价老年人群疾病的变化趋势及其影响因素，进一步提高老年人及慢性病人群的健康水平和生活质量，推进和谐建设。

成立社区重点人群免费健康体检工作领导小组。

组长：

副组长：

成员：

领导小组下设办公室，办公室设在社会事业科。

办公室主任：

办公室成员：

本辖区重点人群免费健康体检以居委会为单位组织实施，分三个阶段进行。

第一阶段(方案制定阶段，7月上旬)：根据社区实际，制定具

体的组织实施方案。

第二阶段(组织实施阶段，7-11月份)：各居委会及小区物业公司要认真做好宣传发动工作，对辖区65岁以上及慢性病的常住居民（含居住6个月以上的流动人口）进行重点宣传。社区委和卫生服务中心根据社区实际，制定《免费体检时间表》，分阶段对辖区内的小区进行统一体检，《社区重点人群免费体检通知单》放在物业小区，由各居委会及物业小区通知重点人群到物业公司领取后，到社区卫生服务中心参加体检。中心要根据体检工作计划，合理安排医务人员和设备，认真开展体检工作，体检结果和健康指导意见反馈给被体检对象并将相关体检结果录入居民电子健康档案。

如各小区内未能及时参加本年度体检的，由居委会配合小区物业再次组织体检对象进行补检（具体时间由社区卫生服务中心协调安排）。

（一）体检对象社区重点人群：即社区辖区内凡65岁以上老年人或高血压、糖尿病的居民（包括户籍未转入社区但居住半年以上的流动人员）。

（二）体检原则本次免费健康体检活动采取自愿原则。

（三）体检内容

一般项目：体温、脉搏、呼吸、血压、身高、体重、腰围、运动功能。

体格检查项目：口腔、视力、皮肤、巩膜、心脏、腹部、四肢。

辅助检查项目：全血常规分析、尿常规分析、肝功能（谷丙转氨酶、谷草转氨酶、总胆红素）、肾功能（肌酐、尿素氮）、血脂（总胆固醇、甘油三酯、高密度脂蛋白、低密度

脂蛋白)、空腹血糖、心电图。

(四) 体检时间20xx年7月15日至20xx年11月30日。

(五) 体检流程

- 1、告知：通过物业张贴通知、社区悬挂条幅等形式，预约体检时间及发放体检通知单。
- 2、登记：医务人员核对体检人员身份并发体检表。
- 3、体检：医务人员按照体检项目要求实施体检，并填写健康体检表。对出现需转诊症状的疾病，及时转上级医院或急诊。
- 4、统计：体检结束后，由社区卫生服务中心发放给被体检者体检评估报告，同时进行相应的健康教育和健康指导。
- 5、汇总：按照有关要求将体检结果及时汇总，数据上报社区委。

(一) 高度重视，加强领导。各单位要高度重视此次健康体检工作，切实加强组织领导，明确分管领导和责任人，组建工作队伍，确保各项任务落到实处。

(二) 明确分工，加强协作。各单位要按照要求各负其责，将强部门沟通与协作。

- 1、各小区物业按照免费体检时间表上安排的时间段，负责将体检活动通知在每个楼梯口和宣传栏内张贴，在小区内悬挂宣传条幅，安排人员发放《社区重点人群免费体检通知单》。
- 2、各居委会要安排网格员到小区组织宣传活动，扩大体检活动的知晓率，对管辖范围内的重点人群进行摸底登记，入户宣传，组织人员参加统一体检，确保体检人员体检来回途中

安全，务求此项民生工程惠及所有人员，工作落实到位。

3、卫生服务中心负责做好群众体检工作，组建体检工作队伍，工作中要做到热情接待，认真检查，对于一些年龄较大，行动不便的老人，要提供上门体检服务，体检后要建立健康档案，对体检结果进行审核，出具健康体检评估报告，收集、核对、录入健康体检数据。

4、社区社会事务科及建设管理科负责此次体检活动的全程监督和考核，适时的依据实际情况，进行进一步的调整，确保工作顺利开展及有效完成。

1、社区委将根据每个小区派出所户籍人口数及计生全员人口数，按照一定的百分比确定每个小区参加体检的人数，根据平时宣传情况和参与体检到位率给予考核打分，对于宣传效果好，体检到位率高的小区，社区委将优先推荐该物业小区参加文明小区评比，并给予适当奖励；对态度不认真，工作完成差的小区，该物业公司将不能参加文明小区评比。

2、各居委会要做好网格员的工作安排，确保参加体检的老人安全，此次体检工作的考核综合各居委会辖区范围内所有的小区的考核情况，考核结果纳入居委会年终考评。

3、卫生服务中心接受社发局统一考核，若因服务态度不好而被群众投诉，社区将通报社发局，给予批评并扣除考核分值。

老年人健康实施方案篇五

为深入贯彻落实《茜市全民健身实施计划〔20xx—20xx年〕》，活跃我市老年人文化体育生活，营造良好的全民健身氛围，进一步推动我市老年人体育事业的发展。经研究，定于20xx年5月16日至6月20日在茜市体育馆举办第xx届茜市老年人运动会，请按各单项比赛的要求，积极组织队伍参赛。现将有关事项通知如下：

一、主办单位：

二、承办单位：

三、参赛单位：各镇（街道办）、市直和驻市各单位。

四、比赛项目：门球、太极拳（剑）、柔力球、毽球、乒乓球、健身气功、广场舞、国标舞、歌咏、曲艺、象棋、书法。

五、比赛时间、地点：10月16日至10月20日在茜市体育馆举行（各项比赛时间和地点，按各单项比赛规程执行）。

六、参赛办法：

1. 参加比赛的运动员必须身体健康（经医院体检证明），并购买比赛期间人身意外险以及签订《自愿参赛责任书》。

2. 参赛年龄：按各项比赛规程执行。

3. 运动员参赛时必须携带《身份证》原件备查。

4. 比赛项目，以单位组队，也可自由组队，但同一项目每位运动员只能代表一支队伍参加比赛。

老年人健康实施方案篇六

根据国家公共卫生项目要求和卫生局的统一安排，我院对xx镇的65岁以上老年人进行健康体检。

xx镇居民中65周岁以上老年人。包括流动人口中在当地居住半年以上的65周岁以上老年人。一般情况下要到卫生院体检，行动不便人员择期上门体检。

xx卫生院。

按着《健康体检表》中的相关要求，进行内科、外科、妇科、眼科、口腔科、耳鼻喉科等物理检查；心电图、胸透□b超（肝、胆）影像学检查；血常规、尿常规、肝功、肾功能、血糖、血脂等实验室检查。

xx年10月15日至xx年11月15日。具体各村体检时间以通知为准。

1、档案管理人员尽快将全镇65周岁以上老年人的档案检出来，并登记造册。各村卫生室尽快统计本行政村65岁以上老年人名单（未建档案部分），并及时上报卫生院办公室。

2、各村卫生室负责动员和组织工作，并一定要按时通知到本人。

3、通知时特别提醒：

（1）携带个人健康信息卡、身份证。

（2）体检当日空腹。

（3）体弱多病者由家人陪同。

（4）体检前一天晚上，少食油腻食品。

4、办公室负责老年人健康体检档案的管理工作，体检工作结束后将档案重新归档，并及时输入电子档案。

居民健康档案的建立和老年人健康体检工作是国家的惠民政策，是公共卫生工作，各村卫生室要提高认识，高度重视，认真做好前期动员工作，尽快将上级布置的老年人健康体检工作完成，并做好、做实。

老年人健康实施方案篇七

“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”自古有之。尊老爱幼是我们中华民族的传统美德，让少年儿童自小就懂得应该尊老敬老爱老，弘扬传统美德，也是爱国主义教育的体现。通过活动，让长辈有施教的平台，让少先队员有实践的环境，实现“教育一个少先队员，带动一个家庭，影响一个社区，文明整个社会”的目的，促进少先队员文明、家庭和睦、社会和谐，为建设团结互助、平等友爱、共同前进的林州城奉献力量。

携手共创文明城，敬老助老在行动

6月20日上午

老年公寓

林州八小六年级部分优秀少先队员代表及部分家长志愿者

- 1、给老人送糕点和水果。精神需求固然重要，但物质方面的帮助也不可少，给老人们送上水果，老人们一定会吃在嘴里，甜在心里。
- 2、帮助老人打扫卫生。通过扫地、拖地板、擦玻璃窗、洗被子衣物、铺床、晒被子，给老人们提供一个洁净的生活环境，使老人们身心愉快，减少疾病。
- 3、给老人洗头、洗脚、捶背、剪指甲、让老人出室外晒太阳，老人腿脚不便、运动不多，身体容易疲劳，而洗头、洗脚及捶背是帮助老人们活络筋骨的有效办法。
- 4、陪老人聊天。老人最需要的心灵安慰，敬老院老人大多无儿无女，很多心里话无处倾诉，通过与老人聊天，让少先队员及家长倾听他们的心声，对老人来说是一种释放，同时对

少先队员及家长也是一种教育。

5、开展各种小活动。听老人讲故事，唱歌曲，同时也为老人表演一些小节目，愉悦心情。

1、由专人提前与老年公寓相关领导联系。

2、活动前准备好水果等慰问品，做好横幅，要求少先队员穿校服、戴红领巾。

4、途中要列队前进，注意交通安全，进入老年公寓要主动向老人问好，不能追打喜闹。注重集体形象与学校形象，不可擅自行动。

5、少先队员及家长志愿者在与老人的交流中要注意语言的用词得体，保持一种积极乐观的心态，语气随和，明确交流目的，切忌让老人感到不愉快或难过的情绪。

老年人健康实施方案篇八

忆峥嵘岁月，看晚年幸福

凝聚中华民族孝道精髓，让天下父母晚年幸福

扩大老人的人际关系网;提供机会让老人交流和沟通;丰富老年人的生活，让老年人身心健康，感受爱之家温暖。

入住爱之家的老人自愿报名。

6到8人一组，每次2到3组。

每周五下午3:00到5:00

多功能厅

(待定)

第一周：

- 1、每一组老人自我介绍，互相熟悉。
- 2、个人才艺展示，加深彼此的印象和了解。
- 3、每人讲一小段小时候最有趣或印象最深刻的故事，规定时间五分钟左右。

第二周：

- 1、老年养生讲座30分钟左右。
- 2、根据讲座内容按小组进行知识竞答20分钟，并评出优秀小组，发小礼物作为奖品。
- 3、教老年人做一些养生操，例如五禽戏、八段锦、养生舞蹈、经络操等。

第三周：

- 1、重温一下第二周的养生操。
- 2、做游戏(任选一到两项)：

(1)玩索尼游戏机

(2)你我的歌(20到30分钟)：每位老人写两到三首自己会唱的歌，然后放一起抽签，唱自己所抽到的曲目，如果不会唱，可以现场求助，本组的人会唱本组接着唱，如果其他小组人员会唱由其他小组人员唱，但这位老人将归那个小组，最后小组人最多组获胜。

(3) 成语接龙(20到30分钟)

(4) 青蛙跳水(20到30分钟):

老人围着坐，第一个人开始说：“一只青蛙”，第二个人：“一张嘴”，第三个人：“两只眼睛”，第四个人：“四条腿”，第五个人：“扑通，跳下水。”第七个人：“两只青蛙”，以此类推。

(5) 小猴卖东西(20到30分钟): 女的一元，男的5角，主持人说多少钱，各组老人在最短的时间里拼出相应的价钱。

(6) 你来绘画我来猜：2人一组

(7) 相反对对碰，例，主持人说向左转，老人就做相反的动作。

1、服务人员要热情耐心;活动过程中如有老人不好意思，或忘词、跑掉等，要给予鼓励，增强其信心。

2、如果活动提早结束，鼓励老人进行其他的才艺表演，没有参加活动、比赛的老人也可以一起互动, 一起交流。

3、活动中老人情绪太激动可能会产生头晕、胸闷、晕倒等现象，我们要对老人的安全做好保护措施，现场要有医护人员。