

2026年青岛市“敬老月”活动计划表

序号	活动主题	活动内容	活动时间	活动地点	主办单位
1	“我们的节日·重阳”主题文化活动	以尊老敬老、孝老爱亲为主题，举办登高、赏菊、吃长寿面等传统民俗活动，组织文明实践志愿者走进社区、敬老院，开展家政服务、养生保健、文体娱乐等志愿服务活动，倡导尊老、敬老、爱老风尚。	2026年10月	崂山区	青岛市委宣传部、青岛市文明办
2	“惠策暖心 共筑康湾”基本公共卫生服务政策宣讲暨健康科普进社区活动	在市南区八大关街道香港西路社区开展政辅讲堂上门讲政策之“惠策暖心 共筑康湾”活动，通过政策宣讲、现场义诊、家庭医生签约服务、健康体检、科普互动等形式，让社区居民近距离了解免费公共卫生服务内容，助力中国康湾建设。	2026年9月	山东省慢性病医院健康管理中心（一区）	青岛市政府办公厅、青岛市人民政府新闻办公室、青岛市卫生健康委
3	2026年“敬老月”活动暨银发消费季主题活动	举办2026年“敬老月”活动暨银发消费季主题活动，发布敬老惠老活动清单、便民措施及敬老商户名录，开展各项银发促消费活动。	2026年10月 （银发消费季活动持续至12月）	台东步行街（暂定）	青岛市民政局、青岛市老龄办、青岛市商务局、青岛市文化和旅游局、中国人民银行青岛市分行
4	养老服务“开放月”系列活动	推出养老机构“银龄试住周”，鼓励养老机构推出低价试住、免费短期体验等惠民举措。组织养老服务机构面向社会公众开放参观体验，展示养老服务设施建设运营成果，宣传养老服务惠民政策，提升社会对养老服务的认知度和满意度。	2026年10月	市南区、市北区、李沧区、崂山区、西海岸新区、城阳区、胶州市45家养老机构	青岛市民政局
5	“芳华正当时”2026年青岛市全民敬老文化艺术节	举办“芳华正当时”2026年青岛市全民敬老文化艺术节，展示老年人“老有所为”的精神风貌，讲好敬老爱老故事，助力老年友好社会建设。	2026年10月	青岛市广播电视台	青岛市民政局、青岛市老龄办指导，青岛市广播电视台主办
6	老年人红歌大合唱活动	广泛发动老年人、文艺爱好者积极参与，主会场设在中山公园，同步联动各区（市），依托辖区公园、广场等公共活动空间开展红歌联唱，展现新时代老年群体昂扬向上的精神风貌。	2026年10月	中山公园	青岛市民政局、青岛市老龄办主办，青岛市广播电视台承办
7	“银发亦风华·镜头见生活”2026主题摄影展和秋季体育交流赛	举办主题摄影展，通过摄影作品，展示新时代中老年人的美好生活，用镜头记录多彩人生，以影像见证岁月成长；组织台球、乒乓球、棋牌等比赛，加强中老年体育交流。	2026年10月	青岛市老年活动中心	青岛市老年活动中心
8	全市退休干部乒乓球比赛	组织全市退休干部参加乒乓球比赛。	2026年10月21日-10月22日	青岛市老干部活动中心	青岛市委老干部局

2026年青岛市“敬老月”活动计划表					
序号	活动主题	活动内容	活动时间	活动地点	主办单位
9	“赓续红色血脉，争做时代新人”青岛市老干部走进青岛西海岸新区红军小学开展志愿服务活动	组织青岛市老干部走进青岛西海岸新区红军小学开展志愿服务活动，演出《十送红军》《诗行里的长征》《红军不怕远征难》《共圆中国梦》 等作品。	2026年10月29日	青岛西海岸新区红军小学	青岛市关心下一代工作委员会、青岛市委老干部局、西海岸新区关心下一代工作委员会
10	“检护夕阳红”系列活动	举办刑事民事等涉老普法宣传活动。	2026年10月	部分养老机构	青岛市检察院、青岛市民政局
11	“执法蓝”守护“夕阳红”	1.银龄咨询“直通车”行动。对老年人法律法规咨询绿色通道行动，提供有温度的适老化执法服务咨询。在社区广场、公园等老年人聚集地设立咨询台，提供集中服务。2.银龄诉求“VIP”行动。对于60岁以上老年人反映的噪声扰民、邻里违建、摊位纠纷等问题，实行“优先受理、优先调查、优先答复”。对于行动不便的涉老诉访“一对一”专办与上门回访。	2026年10月15日	市北区	青岛市城市管理局
12	“一张票根游青岛”敬老活动	依托“一张票根游青岛”850余家商户，面向持有山东省老年人电子优待证、琴岛通敬老卡（实体卡）的银发群体，推出景区、酒店、餐饮、购物、健身、娱乐等多元消费优惠。微信搜索“一张票根游青岛”小程序，上传相关票证，即可享受联盟商家专属优惠。	2026年10月-12月	全市范围内	青岛市文化和旅游局
13	“健康惠桑榆 科普暖夕阳”主题活动走进青岛市老年活动中心	在青岛市老年活动中心，面向老年大学学员，举办健康知识讲座、专家义诊及中医药文化体验等活动。	2026年10月中旬	青岛市老年活动中心（南昌路96号）	青岛市卫生健康委、青岛市民政局、青岛日报报业集团
14	青岛市居民健康素养知识“老年健康知识”主题有奖竞答活动	组织开展居民健康素养知识“老年健康知识”主题有奖竞答活动，答题问卷通过“青岛卫生健康”微信公众号、健康大学堂微信群等平台广泛转发宣传，设幸运奖600个。	2026年10月中旬	线上	青岛市卫生健康委
15	“敬老护老·放心消费”主题普法宣传活动	开展“敬老护老·放心消费”主题普法宣传活动，旨在为老年人消费安全保驾护航。	2026年9月	王哥庄大集	青岛市市场监管局
16	开展医疗保险和长期护理保险政策宣传	做好医疗保险和长期护理保险政策解读。结合居民医保集中征缴期工作实际，重点加强参保登记、困难居民医疗救助和异地就医备案等待遇政策解读和经办服务指南宣传。	2026年9月-10月	“青岛医疗保障”微信公众号；社区	青岛市医保局

2026年青岛市“敬老月”活动计划表					
序号	活动主题	活动内容	活动时间	活动地点	主办单位
17	“老有所e” 敬老助力志愿服务	组织反诈宣传、爱心义诊、义剪、拍照留念等专项青年志愿服务进社区，弘扬敬老爱老的中华传统美德，增强敬老助老意识。	2026年10月上旬	城阳区、即墨区	共青团青岛市委
18	情暖夕阳·敬老暖心志愿服务系列活动	组织青少年志愿者走进社区或者养老机构开展敬老志愿服务，弘扬尊老敬老传统美德。在莱西市开展“小手绘健康，服务暖人心”周末志愿行动；在平度市组织青少年志愿者走进社区或者养老机构，陪伴关爱老年人，同时让青少年在实践中学会感恩奉献，传递社会爱心正能量。	2026年10月下旬	平度市、莱西市	共青团青岛市委
19	老年人趣味运动会	举办老年人趣味运动会，丰富社区老年居民们的业余文化生活，增强幸福生活指数，增进居民邻里之间的交流，推动老年人健身活动的开展，营造健康、和谐、文明、美丽的新时代社区。	2026年10月下旬	胶州市	共青团青岛市委
20	纪念红军长征胜利90周年文艺演出	由老年大学学员和艺术团各团排练演出节目，纪念红军长征胜利90周年。	2026年10月18日下午	青岛市老年大学	青岛市老年大学
21	“银龄舞韵 情暖重阳” 青岛市老年大学系统舞蹈展演活动	由各校报送节目统一参加展演，由青岛市老年大学组成专家评审团现场对每个节目进行点评。	2026年10月16日下午	李沧区老年大学	青岛市老年大学
22	重阳节敬老活动	开展书画笔会和文艺演出。	2026年10月15日	泰康之家·琴园	青岛市老干部活动中心
23	“老干部大讲堂” 健康养生专题讲座	邀请市立医院为退休干部讲有关健康养生方面专题讲座。	2026年10月	青岛市老干部活动中心	青岛市老干部活动中心
24	银龄嘉年华	军休干部棋牌类、球类比赛。	2026年9月	各分中心	青岛市军队离休退休干部服务中心
25	荣军敬老爱心大集	为军休干部提供助老便民服务。	2026年9月	同和路院区	青岛市军队离休退休干部服务中心
26	法治伴银龄 平安护晚年	开展敬老护老普法宣传活动。	2026年10月	崂山区金家岭街道颐都社区	青岛市公共法律服务中心
27	“农技助农 情暖重阳” ——青岛市农技中心老干部志愿服务活动	组织开展老干部志愿服务活动。	2026年10月上旬	燕儿岛路10号	青岛市农业技术推广中心
28	社保待遇资格认证政策宣传	实地到养老机构进行待遇资格认证宣传和现场认证。	2026年10月中旬	市北区养老机构	青岛市社保中心

2026年青岛市“敬老月”活动计划表					
序号	活动主题	活动内容	活动时间	活动地点	主办单位
29	老年人合理用药、老年痴呆防治知识科普	邀请专家面向基层医疗卫生机构、医养结合机构照护人员开展老年人合理用药、老年痴呆防治技术培训，面向老年人开展合理用药、老年痴呆防治知识科普。	2026年10月	青岛市疾病预防控制中心设主会场，各医养结合机构设分会场	青岛市疾病预防控制中心
30	老年人健身广场舞大联动活动	结合“九九重阳”和喜迎国庆，举办形式多样的广场舞大联动分会场活动。	2026年9月-10月	主会场在市南区汇泉广场，10个区市开展分会场活动	青岛市老年人体育协会
31	老年人太极拳交流活动	老年人太极拳剑交流。	2026年9月	莱西体育馆	青岛市老年人体育协会
32	老年人持杖健步行交流活动	老年人持杖健步行接力、健身操比赛。	2026年10月27日	即墨体育馆	青岛市老年人体育协会
33	科普场馆敬老活动	青岛海底世界、海尔世界家电博物馆、海信探索中心、青岛啤酒博物馆、山东海丽应急安全培训中心、明月海藻世界、青岛滨海学院世界动物自然生态博物馆、青岛贝林自然博物馆、青岛艾山天文台等科普场馆面向老年群体推出敬老活动，详情可咨询相关科普场馆。	2026年10月	部分科普场馆	青岛市科学技术协会
34	养老银发领域政策宣讲及融资对接活动	开展“走企业 讲政策 促落地”活动，组织银行机构针对老年用品、智慧康养、康复辅助器具、老年消费、老年旅游等产业，开展养老银发领域专题银企对接活动。依托银行基层支行、网点等，为老年群体普及适老金融知识，开展老年反诈专项宣讲。	2026年9月-10月	全市范围内	中国人民银行青岛市分行、青岛市民政局
35	“反假货币乡村行”系列活动	组织辖区银行业金融机构通过金融大篷车车队巡展模式，走进县域活动广场、乡镇集市等场景，为县域地区老年人群体提供反假货币宣传、人民币知识科普、零钞残钞兑换等服务。	2026年9月	黄岛区、即墨区、胶州市、平度市、莱西市	中国人民银行青岛市分行
36	“现金服务移动工作站进社区”系列活动	组织14场“现金服务移动工作站进社区”活动，深入金融机构网点覆盖不到位的地区，利用现金服务移动工作站为周边社区的老年人提供零钞残钞兑换、“零钱包”兑换以及人民币知识宣传等服务。	2026年10月	部分街道、社区	中国人民银行青岛市分行

2026年青岛市“敬老月”活动计划表					
序号	活动主题	活动内容	活动时间	活动地点	主办单位
37	“敬老月”优惠观演活动	10月24日（周六）19:30青岛大剧院音乐厅《意大利经典》、10月31日（周六）19:30 青岛大剧院音乐厅《纪念肖斯塔科维奇诞辰120周年系列V》，以上两场演出门票原价40元/张，60岁及以上老年人凭有效身份证明至青岛大剧院售票厅线下购票，立减30元，可享受10元/张的优惠活动。	2026年10月	青岛大剧院	青岛大剧院管理有限公司
38	“九九重阳，情暖桑榆”系列活动	开展宣传讲座，重点宣传60岁以上老年人意外伤害险、老年人助餐、居家服务、中度以上失能老年人消费补贴等相关政策；举办游园活动、文艺演出，举办老年声乐课堂，专业老师带领老年人一起学习声乐、一起唱歌。	2026年9月-10月	各街道、社区	市南区
39	“情暖重阳·知老敬老”系列活动	结合中秋节、重阳节，通过举办人口老龄化国情知识竞赛、老年健康义诊、防非反诈宣传、文体活动、公益服务等活动，丰富老年人精神文化生活，维护老年人合法权益，积极营造敬老爱老助老社会氛围。	2026年9月-10月	各街道、社区	市北区
40	“弘扬孝善文化 守护银龄安康”系列活动	开展老年文艺展演，组织广场舞、戏曲、合唱等文艺汇演，丰富老年人精神文化生活。进行防范养老诈骗专题宣传，提升老年人防骗意识。	2026年9月-10月	各街道、社区	李沧区
41	笔墨光影绘华章 银龄礼赞新征程	以书画、摄影艺术为载体，搭建银龄艺术展示交流平台，集中展现全区离退休老同志红心向党、初心如磐、逐梦奋进的昂扬精神风貌，以笔墨光影凝聚全区老同志奋进新征程、建功新时代的强大精神力量。	2026年9月-10月	崂山美术馆	崂山区
42	“乐崂山海 幸福颐养”系列活动	开展特殊困难老年人入户探访、养老机构老年人慰问、金融反诈以及老年人意外伤害险宣传；到养老机构为入住老年人进行义诊服务。	2026年9月-10月	各街道、社区，养老机构	崂山区

2026年青岛市“敬老月”活动计划表					
序号	活动主题	活动内容	活动时间	活动地点	主办单位
43	“情系桑榆晚 义诊送安康”系列活动	开展老年人健康科普知识宣讲（饮食、运动、用药指导等）、金融反诈宣讲等；常见病的基础诊疗、查体报告解读、测血压血糖等义诊服务。组织学校围绕重阳节开展主题教育实践活动，举办重阳节主题班会，宣讲重阳文化，分享孝心故事，进行传统文化沉浸式教育；倡导学生陪长辈下棋写字、捶背洗脚、陪伴散步，进行孝亲实践；组织学生参与敬老助残、扶贫帮困等文明实践志愿服务，引导学生把孝心爱心转化为实际行动。	2026年9月-10月	各镇（街道）、村（社区），学校	西海岸新区
44	“弘扬孝亲敬老美德 共建老年友好社会”系列活动	情暖金秋，开展走访慰问系列活动，为社区老年人提供免费问诊、健康检查、用药指导等服务，联合青岛电视台，参加“健康在线”、“生活有伴”节目进行健康科普宣传，走进社区、机构举行文艺汇演、游戏互动等，进一步增强老年人的幸福感与归属感。	2026年9月-10月	各街道、社区	城阳区
45	“敬老爱老·共度重阳”系列活动	联合养老服务机构进社区提供义剪、义诊等服务，举办孝亲敬老文艺表演，开展歌舞、戏曲、器乐等多样的表演活动，营造敬老爱老的节日氛围。	2026年9月-10月	各镇（街道）、村（社区）	即墨区
46	“隆信瑞享杯”2026山东省老年文化艺术展演大赛	开展山东省老年文化艺术展演。	2026年9月上旬-10月上旬	胶州市隆信瑞享康养服务中心	山东老年开放大学、山东广播电视台广播音乐生活节目中心、青岛大沽河省级生态旅游度假区管理委员会、胶州市民政局
47	“情暖敬老 乐享银龄”系列活动	立足弘扬尊老敬老、爱老助老的中华传统美德，组织党员干部深入辖区部分困难老年人家中开展走访慰问，围绕老年人关心的消费维权、防骗识骗等内容进行现场讲解，帮助老年人增强法律意识和自我保护能力；围绕孝亲敬老、重阳文化等内容，开展文艺汇演、普法宣传、政策宣传、探访关爱等活动，走进残疾人托养中心、养老机构，开展义诊、义剪等送温暖服务。	2026年9月-10月	各镇（街道）、村（社区）	平度市

2026年青岛市“敬老月”活动计划表

序号	活动主题	活动内容	活动时间	活动地点	主办单位
48	“重阳添暖意·桑榆系情深”系列活动	举办“重阳添暖意·桑榆系情深”敬老系列活动，开展健身养生小课堂传授保健操与穴位按摩，组织义诊义剪提供健康检查与便民服务，开展科普、法律、反诈相关银龄科普系列课堂，举办文艺汇演，丰富老年人精神文化生活，并安排茶话会等交流环节、手工制作环节，让老年人动手动脑、乐在其中，欢度健康温馨重阳节。	2026年9月-10月	各镇（街道）、村（社区）	莱西市

注：具体活动安排以主办单位官方发布信息为准。