

悦身心、展风采、促健康

12部门部署“乐享银龄”系列活动

为积极应对人口老龄化,丰富老年人精神文化活动,增进老年人身心健康,近日,民政部、中央宣传部、中央网信办等12部门联合印发《关于开展“乐享银龄”系列活动丰富老年人精神文化生活通知》(以下简称《通知》),自2026年上半年开始,以“悦身心、展风采、促健康”为主题,每年常态化组织开展“乐享银龄”系列活动。



泰州市海陵区综合养老服务中心,老年人跟着社区志愿者做手指操。



老人们在北京市西城区银龄老年公寓玩益智游戏。

新华社发

锚定多元服务 开启银发生活新场景

记者了解到,“乐享银龄”系列活动聚焦乐龄文艺、乐龄文创、乐龄阅读、乐龄健身、乐龄康养、乐龄科普六大核心板块,精准对接老年人多层次、多样化的精神文化需求,摒弃形式化、阶段性的短期活动模式,着力构建常态化、普惠化、品质化的长效服务体系,让精神滋养、健康守护、文化赋能贯穿老年生活日常。

文艺与文创赋能,让银发风采尽情绽放。各地将依托基层文化阵地,常态化开展老年文艺汇演、才艺展演、民俗节庆、戏曲传唱等群众性文化活动,覆盖城乡老年群体。鼓励老年人主动参与书画、摄影、非遗传承、短视频创作等文创实践,支持老年题材文艺作品创作传播,让老年人从文化活动的旁观者转变为创造者、传播者,在才艺展示、文化传承中收获价值感与归属感。

阅读与健身提质,让晚年生活充实康健。全国持续推广老年专题阅读活动,实施“银龄领读者计划”,融合线上适老数字阅读、线下书香服务等,打通全民阅读服务老年群体的“最后一公里”。健身服务则精准适配老年人特点,普及太极拳、八段锦、健步走等运动项目,开展乡镇、村层级健身赛事,引导老年人养成科学健身习惯,筑牢身心健康根基。

康养与科普惠民,精准破解老年生活痛点。立足老年旅居康养需求,各地优化银发文旅产品供给,打造游学康养、怀旧旅居等

精品线路,完善适老文旅配套服务,让老年人畅享高品质休闲生活。深入推进“智慧助老”行动,持续开展数字技能培训、健康科普、反诈宣传等服务,帮助老年人跨越数字鸿沟、守护健康与财产安全,全方位提升晚年生活安全感、幸福感。

各地结合地域特色开展探索,形成一批可复制、可推广的实践经验。上海市布局全域乐龄阅读阵地、搭建数字化服务平台,让书香养老扎根社区。江西省打造老年特色才艺品牌,激活老年群体红色文化传播活力。辽宁、重庆、山东等地深耕基层文体、健康科普服务,推动优质为老服务下沉一线、直达群众。

优化服务供给 激活品质养老新生态

据介绍,“乐享银龄”系列活动坚持民生为本、品质为先,在保障老年人精神文化权益的基础上,着力扩大老年文体、康养、文旅、科普等优质产品和服务供给,以高品质供给适配新时代老年群体的美好生活需求,培育健康可持续的银发产业生态,助力老龄事业与产业协同高质量发展。

新时代老年群体的生活理念、消费需求持续升级,不再局限于基础养老保障,更加追求有品质的晚年生活。本次活动立足这一核心变化,坚持需求导向,引导市场主体深耕适老领域,优化文化产品、康养服务、文旅线路、智能设备等供给,丰富老少同乐、宜居康养、非遗体验等多元化服务场景。

各地聚焦供给升级、服务提

质,积极开展探索创新。浙江省整合文旅、市集、研学资源,打造沉浸式银发体验场景,通过优质服务供给满足老年群体品质生活需求。

四川省优化银发旅游配套服务,开行专属旅游列车、配齐康养保障力量,提升旅居康养服务品质。各类市场主体聚焦老年人核心诉求,迭代适老产品、优化暖心服务,构建全方位、精细化的银发服务体系。

整体来看,“乐享银龄”系列活动的核心价值在于通过丰富优质的适老供给,拓宽老年人品质生活选择,让银发群体共享社会发展成果,真正实现惠民利民、提质增效。

汇聚多方合力 共建为老服务新格局

“乐享银龄”系列活动是一项系统性、长期性的民生工程,需要多方协同、全域发力。《通知》部署,活动要构建起“政府主导、部门协同、社会参与、全民行动”的工作格局,多部门立足职能优势联动发力,统筹城乡资源、聚焦基层一线,推动惠老服务精准落地、常态长效。

在政策统筹层面,各地紧扣活动要求,结合地域特色打造惠老品牌,聚焦农村老年群体、独居老人等重点人群倾斜服务资源,补齐基层老年精神文化服务短板。在社会参与层面,老年大学、基层老年协会、社会组织主动担当,广泛开展文艺培训、文化宣讲、公益帮扶等活动,激发基层为老服务末梢活力。企业、慈善组织积极参与,深耕适老化改造、数

字助老、康养服务等领域,以专业力量赋能银发生活。众多文艺工作者、志愿者下沉社区、乡村开展公益服务,让文化惠民、暖心助老蔚然成风。

从老有所养到老有所乐,一字之变,彰显了我国老龄工作理念的深刻革新,更彰显了社会文明进步。作为全国常态化推进的惠老品牌活动,“乐享银龄”系列活动以精神文化滋养银发岁月,以优质供给赋能晚年生活,以多元共治守护老年福祉。随着活动持续纵深推进,养老服务内涵将进一步丰富,积极老龄观、健康老龄化理念将更加深入人心,让每一位老年人都能享有有尊严、充实、快乐的金色晚年。

【相关】 “乐享银龄”六大核心板块

乐龄文艺:举办老年文艺汇演、才艺展演、戏曲传唱及基层群众性文化活动(如广场舞、票友会)。

乐龄文创:支持书画摄影展、短视频创作、非遗传承及老年题材文艺作品传播。

乐龄阅读:实施“银龄领读者计划”,融合线上适老数字阅读与线下书香服务。

乐龄健身:普及太极拳、八段锦、健步走等项目,开展乡镇、村级健身赛事。

乐龄康养:优化银发文旅产品,打造游学康养、怀旧旅居等精品线路。

乐龄科普:深化“智慧助老”行动,提供数字技能培训、健康科普及反诈宣传。

据《中国社会报》报道