



发布

12部门联合印发通知 开展“乐享银龄”系列活动——

绘就老年体育价值升级新图景



资料图片 来源网络

近日,民政部等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的通知》,明确自2026年上半年起,以“悦身心、展风采、促健康”为主题,每年常态化开展六大系列活动。

悦身心:由疾病应对转向主动健康

“悦身心”是老年体育的基础价值。长期以来,老年体育的功能多被限定于增强体质和疾病干预,对其调节情绪、充实生活和增强自我效能的作用关注不足。进入老年阶段后,身体机能变化往往与退休适应、角色转换等问题相互交织。适宜的体育活动既能维持身体功能,也能帮助老年人建立稳定的生活节律,在持续参与中获得积极体验。

“乐龄健身”不能停留于场地开放和活动组织,还应建立运动能力评估、项目适配、专业指导和效果反馈相衔接的服务机制。上海体育大学将依托中国体育科学学会老年人体育工作委员会,围绕老年人运动能力评估、科学健身指导和数字化运动干预深化研究,推动科研成果转化为老年人听得懂、学得会、用得上的健身方法,为老年体育由经验指导走向科学服务提供支撑。

展风采:由个体展示转向社会交往

“展风采”是老年体育社会价值的集中体现。它不仅意味着运动能力和精神面貌的展示,更指向社会交往空间的拓展、社会关系的重建,以及老年主体价值的实现。进入老年阶段后,退休、迁居及身体功能变化可能使部分老年人的交往范围逐渐

收缩。体育具有共同在场、持续互动和协作参与的特点,能够以共同兴趣为纽带,为老年人创造稳定且低门槛的交往场景。

老年人不应只是活动的观看者和服务的接受者,还可以成为团队组织者、健身指导者、志愿服务者和体育文化传播者。上海体育大学依托社会体育指导与管理国家一流本科专业建设点,推进老年人体育微专业建设,完善社会体育指导员培训,培养既懂科学健身、又善于活动组织和关系协调的基层骨干力量,带动老年人由“参加活动”走向“融入社群”。活动评价也应由参与人数进一步延伸至持续参与程度、社会交往频率和社区角色获得,使老年体育成为拓展社会交往、增强社区归属和实现银龄价值的重要渠道。

促健康:由部门分治转向协同供给

“促健康”是老年体育的目标归宿。12部门联合发文的深层意义,不是参与部门数量的简单增加,而是推动职责、资源和服务场景由分散配置走向系统协同。老年体育横跨养老、健身、教育、文化、旅游和科普等领域,需要建立“需求识别—能力评估—方案制定—过程指导—效果反馈”的完整服务链条。民政部门应加强资源统筹,体育部门完善项目供给与专业指导,教育、文化和科普等机构拓展服务内容,社区组织负责日常动员与活动承接。同时,应健全运动评估、适老指导、赛事安全和应急处置规范,使多部门协同真正转化为常态化、可持续的制度安排。

来源:中国体育报

新闻动态:

二级及以上公立中医医院 要普遍设置老年病科

国家中医药局、国家发展改革委日前联合印发《中医药振兴发展“十五五”规划》,其中明确,加强中医医院老年病科、儿科建设,二级及以上公立中医医院普遍设置老年病科。

《规划》要求,完善高质量中医药服务体系。依托地市级及以上公立三级中医医院设置老年中医药健康中心,提升老年病救治和中医药健康服务能力,优化服务模式,辐射带动区域老年中医药健康服务。壮大中医药健康服务新业态。

推动体育基础设施 适老化改造

国家体育总局近日发布《体育强国建设“十五五”规划》,明确要统筹城乡体育基础设施一体化建设,推动场地设施适老化、适儿化、无障碍建设和改造,不断满足全人群健身需求。

《规划》指出,要推动全民健身与全民健康深度融合。常态化开展国民体质监测、国家体育锻炼标准达标活动和全民健身活动状况调查。开展老年人、青少年、残疾人、慢性病患者等重点人群非医疗运动健康干预服务。推动体卫融合,提升运动促进健康服务的科学化、精准化水平。

引导家政企业参与 长期护理服务体系建设

近日,商务部等9部门联合印发《关于促进家政服务业高质量发展的若干政策措施》,其中明确,引导家政企业参与长期护理服务体系建设,支持符合条件的家政企业提供长期护理保险居家服务,鼓励家政服务人员积极参加长期照护师职业培训和职业技能等级认定。

《措施》提出,修订完善家政服务相关职业(工种)国家职业标准,优化职业技能等级认定方式。鼓励家政服务人员向商务部家政服务信用信息平台上传商业保险公司投保记录、长期照护师、养老护理员和巾帼家政服务人员等信息。

来源:中国老年报