# 最新重阳节活动方案策划老年人 重阳节活动方案(优秀15篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-08-04

*无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。那么方案应该怎么制定才合适呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。重阳节活动方案策划老...*

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。那么方案应该怎么制定才合适呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

**重阳节活动方案策划老年人篇一**

为进一步弘扬中华民族尊老爱幼的传统美德，增强少年儿童的社会责任感，引导少年儿童树立良好的家庭美德观念，我校特在重阳节之际，开展以“百善孝为先，童心暖重阳”为主题的重阳节感恩活动。

百善孝为先，童心暖重阳。

10月xx日—10月xx日。

全体学生。

活动一：爱的表达。

每位学生准备一张漂亮的贺卡，将自己想要对长辈表达的关心以及祝福、感谢写到贺卡上并送给长辈，和爸爸妈妈一起打电话给远在他乡的爷爷奶奶或外公外婆送上关心与祝福。

活动二：爱的行动。

和爸爸妈妈共同商议，为爷爷奶奶或外公外婆等设计过节活动，如为老人做一顿饭，带老人秋游，给老人爱的拥抱、按摩等等。

**重阳节活动方案策划老年人篇二**

农历九月初九是我国古老的传统节日之一，古人把“九九相重”叫重阳节；“九”是数学当中最大，“九九”与“久久”同音，包含着长久长寿的含意。

19xx年，我国把农历九月初九定为“老人节”，将传统与现代巧妙地结合，成为尊老、爱老、助老的“老人节”。平日，许多年轻的父母由于忙于工作，把照顾孩子的重要大事全权托给爷爷、奶奶或外公外婆，老人们冒着寒风酷暑，不管风吹雨打接送宝宝孙子，为孩子的冷热饥饱操劳，他们无怨无悔，乐于奉献。而孩子们一直熟视无睹，觉得理所当然，有的还向老人家发脾气。本活动旨在为丰富孩子的社会知识，培养孩子敬老、爱老、助老的美德。

1、帮助孩子了解重阳节的来历、传说、习俗风情，丰富孩子的社会知识；

4、举办亲子活动，让家长和孩子观山秋游、开阔视野、交流情感、锻炼身体，在亲情中回归自然、淘冶热爱祖国大好山河的情操。

重阳节前后x天

3、活动中的原始材料于重阳节后x天上交，做好活动记录。

**重阳节活动方案策划老年人篇三**

农历九月初九是我国古老的传统节日之一，古人把“九九相重”叫重阳节;“九”是数学当中，“九九”与“久久”同音，包含着长久长寿的含意。

将传统与现代巧妙地结合，成为尊老、爱老、助老的“老人节”。平日，许多年轻的父母由于忙于工作，把照顾孩子的重要大事全权托给爷爷、奶奶或外公外婆，老人们冒着寒风酷暑，不管风吹雨打接送宝宝孙子，为孩子的冷热饥饱操劳，他们无怨无悔，乐于奉献。而孩子们一直熟视无睹，觉得理所当然，有的还向老人家发脾气。本活动旨在为丰富孩子的社会知识，培养孩子敬老、爱老、助老的美德。

1、帮助孩子了解重阳节的来历、传说、习俗风情，丰富孩子的社会知识。

2、让孩子走进情感世界，感受长辈对自己的爱，并把长辈的爱“迁移”身边每一位老人和敬老院的老人，感受与老人联欢的快乐，同时让老人们享受到被关怀的快乐，让老人为孩子的成长感到欣慰与骄傲。

3、通过制作老人礼物(贺卡、红花等)“说祝贺话”、“夸老人”(一分钟分享)、“我为老人做好事”等活动，让孩子以不同的形式表达对老人的爱，培养孩子的动手能力、表达能力、想象能力。

4、举办亲子活动，让家长和孩子观山秋游、开阔视野、交流情感、锻炼身体，在亲情中回归自然、淘冶热爱祖国大好山河的情操。

重阳节前后\_天。

1、1-2年级各班举行一次“故事会”活动;在重阳节\_天每个学生送一件自制小礼物给爷爷奶奶或爸爸妈妈;帮父母做一月家务。开展孝亲从我做起的争做“小孝星”活动。

2、3-5年级各班举行一次“孝亲主题班会”活动;在重阳节\_天每个学生自制贺卡一件送给爷爷奶奶或爸爸妈妈;开展“讲一个故事”、“唱一首歌”、“做一件事”、“揉一次肩”、“捶一次背”、“做一月家务”、“写一篇孝亲作文”、“看一本孝亲故事书”八个一活动。

3、活动中的原始材料于重阳节后\_天上交，做好活动记录。

**重阳节活动方案策划老年人篇四**

重阳节，又称登高节、重九节、九月九、茱萸节、菊花节等，是汉族的传统节日。时在农历九月初九日，故又称九九重阳，与除夕、清明节、中元节三节是中国传统四大祭祖大节，也是流行于汉字文化圈诸国的传统文化节日。

《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故曰重阳，也叫重九。重阳节早在战国时期就已经形成，自魏晋重阳气氛日渐浓郁，倍受历代文人墨客吟咏，到了唐代被正式定为民间的节日，此后历朝历代沿袭至今。

重阳节自古就有出游赏景、登高远眺、赏菊、遍插茱萸、吃重阳糕、饮菊花酒等习俗。流传至今，经久不衰。 20xx年10月21日(农历9月9日)，又是一年重阳节，重阳登高结队爬山，从古是节日主要习俗。\"登高\"受人重视，特别是受老年人重视的另一个原因，是\"高\"有高寿的意思，因此人们认为\"登高\"可以长寿。在这特别的日子里，让大家走进大自然，即能锻炼身体，陶冶情操，还能丰富老年人的精神生活，享受天伦之乐。

主办单位：龙游县慈善总会龙游县义工总会

冠名单位：xxx

赞助单位：xxx

欢迎各爱心企业，爱心人士对本次活动的大力支持

(赞助请与协会秘书长翁老师联系)

“孝满天下，爱在重阳”

10月18日

湖镇三叠岩

比赛设老年男组(55-65岁)、老年女组(50-60岁)、青年男组(18岁-30岁)、青年女组(18岁-30岁)、亲子组一大一小(孩子6-12岁)，各组分别设置一、二、三等奖，优秀奖。一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，优秀奖。预计100人参赛，老年人占50%，届时将邀请衢州市，县各相关领导，各大媒体全程报道。邀请社会知名人士及企业家共同参与。

具体活动：

1.“遍插茱萸登高，共扬重阳传统”――文化弘扬行动。所有活动参与者佩戴茱萸，并在活动中解读传统，弘扬重阳节传统文化。

2.“老少携手同上，共享健康人生”――健康生活行动。青少年户外运动社团与老年登山队结伴登高，强身健体，共同倡导健康生活方式。

3.“重阳公交出行，共推低碳节能”――绿色出行行动。要求统一乘公共交通参加活动，倡导低碳出行。

4.“山区设立路牌，共发环保提示”――环保引导行动。在山路上树立环保提示牌，号召户外运动参与者亲近自然、保护自然。

5.“登山捡拾垃圾，共护青山秀水”――文明登山行动。登山者随地清理垃圾，并宣传节水观念，为户外活动做示范，倡导文明登山。

6.“爱心饺子宴，浓浓敬老情”――弘扬敬老爱老的传统美德。中餐统一到雪狼拓展包饺子，让孩子们学习中国传统美食，为老人们提早过重阳节，共享天伦之乐。

活动安排：

上午登山比赛，

8：00统一在仁礼书院集合，统一出发

9：00比赛正式开始，

10：30在三叠岩停车场统一集合，中餐在雪狼户外拓展基地亲子包水饺，

下午亲子团队活动

13：00亲子团队活动，所有参赛人员统一分组，老年组，青年组，亲子组临时组合家庭，每个家庭六人，进行团队活动。

15：30结束，统一坐大巴车回龙游。

1、所有参赛人员，要求身体健康，状况良好，能承受一定程度的激烈运动，参赛时必需出示体检合格表，方可参赛。如在活动有不适请及时向主办方工作人员通报。

2、主办方为所有参赛人员统一购买意外保险，请参赛人员报名时提供正确的身份信息。

3、所有参赛人员必需服从主办方工作人员安排与指挥，不得擅自行动。否则后果自负。

4、请参赛人员，参赛时穿休闲运动服装，运动鞋等，秋季早晚温差较大，请大家注意保暖。

老年男组：第一名xx，第二名xx，第三名xx，优秀奖xx

老年女组：第一名xx，第二名xx，第三名xx，优秀奖xx

青年男组：第一名xx，第二名xx，第三名xx，优秀奖xx

青年女组：第一名xx，第二名xx，第三名xx，优秀奖xx

亲子组：第一名xx，第二名xx，第三名xx，优秀奖xx

一叶不足以密林，一鸟不足以繁音，关爱老人需要每个人的力量。“老吾老以及人之老”，关爱今天的老人，就是关爱明天的自己。让我们携起手来，共同为“关爱老人义工服务行动”献出自己的一份爱心。让我们伸出援助之手，多关爱一下这些曾经为我们今天的幸福奉献出青春的老人们吧!本次比赛纯属公益活动，欢迎爱心企业、爱心人士对本次活动的大力支持!

**重阳节活动方案策划老年人篇五**

九九重阳节\"即将来临，为了向辖区老年人表达节日的祝福，五里墩街五春里社区拟组织向老年公寓、孤寡空巢老人展开走访慰问及免费健康义诊活动，营造浓厚的\'尊老、敬老社会风气。

届时，社区将联合辖区单位卫生服务站、墨水湖中百仓储、第一技术学校开展慰问活动。并以此次活动为契机，积极展开\"参与志愿献爱心\"招募志愿者宣传活动，引导更多居民参与志愿者队伍，帮扶、关心社区孤寡、空巢老人，发扬中华民族敬老爱老的传统美德，促进社区和谐发展。现将活动方案制定如下：

弘扬敬老美德参与志愿献爱心；

20xx年10月05日（星期三上午9：00）；

桃花岛老年公寓；

老年公寓老人及辖区孤寡空巢老人；

1、为辖区老年人送上节日的祝福；

2、对社区困难、空巢老人进行入户慰问；

3、开展\"参与志愿献爱心\"招募志愿者活动；

4、为老人献爱心、送温暖，免费健康义诊、咨询。

xx社区

**重阳节活动方案策划老年人篇六**

菊品为尚，情浓重阳，礼敬老人送上温馨送上健康

xx年x月x日

1、为配合重阳节的气氛，在正门外摆放大型菊花花坛，并在门外的两棵立柱之间悬挂“菊品为尚，情浓重阳—\_餐厅赏菊会”的主题横幅。

2、在正门入口处堆放九层的大型“重阳糕”，配放小装饰“灯”，取“步步登高”之意。

3、餐厅内张贴重阳节主题吊旗。

4、在各楼层显着位置摆放不同品种的名贵菊花，供人赏闻。

重阳节，也是中国的“老人节”。近年的重阳节，逐渐掀起了一股“团圆风”。回家跟爸妈说说知心话，陪辛劳了一辈子的父母出门走走，逛逛，渐渐成了重阳节里儿女们送给父母最特别的礼物。因此，本方案主要从儿女孝顺、合家欢乐的角度进行活动策划的。

活动一：“情暖金秋”老年点餐特卖

活动期间，餐厅准备好适合老人的套餐，点套餐可进行折扣优惠。

活动二：

重阳节推出适合老年人口味的菜点，时逢秋季养生的好时机，老店推出了养生佳品，及各色重阳套餐。

活动三：

1、重阳节当天向60岁以上用餐的老人赠送养身滋补汤一份。

2、当天过生日的宾客凭生日蛋糕或本人有效证件可获赠长寿面一份。

活动四：

举办“百叟宴”。凡年满60岁以上(凭有效证件)的老年人可享受每位99元的“九九重阳优惠套餐”(仅限100人)，额满为止。席间，有民乐、变脸、舞狮子等表演助兴。

活动五：

“重阳节”特价酬宾。

保健酒类、保健品类、保健食品类。

其它老年用品等

1、硬广：晚报周三10半彩，快报周四半版彩。

2、软广：特别企划活动邀请媒体参与，发布软文。

**重阳节活动方案策划老年人篇七**

孝德自古是中华民族的传统美德，更是小学生思想品德教育的突破口。为弘扬中华孝德文化传统，教育和引导学生从小树立孝德观和正确的世界观、人生观、价值观，养成高尚的思想品质和良好的道德情操。我班响应学校号召，开展了为期一个月的孝德教育，收到了良好的效果。

孝德在不同的社会不同的时代，有其不同的含义，新时期孝德有着更深厚的内涵。领悟孝德教育是推进中小学生素质教育的重要措施之一，同时也是引导学生懂得什么是孝德，感悟我国传统文化，热爱祖国灿烂文化，修身养性，做一个健康成长的合格人才，因此本次活动做到：

（一）、加强家校联系，充分调动了学生家长的助教积极性，全面促进孩子和父母的交流和沟通。每周以下发孝行卡的方式，与家长沟通孩子在家的表现。

（二）、学校树立榜样。周一早自习总结孩子们在家孝德表现，双管齐下，让孩子学习身边的故事。

（三）、把孝德教育与学校的德育工作相结合，与学校的课题研究工作相结合，发挥道德建设作用。利用一切活动和机会，让学生在实践中体验和感悟孝之心、孝之行、孝之道。

（四）、开展了以“尽孝心，做新人”为主题的班队活动。

（五）、通过让孩子们收集孝的故事、诗歌等形式，一方面让孩子感受孝德，一方面把诗歌打印成文字，贴在黑板报上，让孩子们分享更多孝的故事和感动。

（六）、利用重阳节的特定节日，让孩子学习孝敬父母和老人。

（七）、通过孝德班会，让学生观看二十四孝德故事，学习《游子吟》的诗歌，让学生进一步感受孝德，学习孝德。

总之、通过这些活动的开展，生对“孝德”有了更深的理解。它不仅从心灵上塑造了学生，更通过学生自身的表现带动了其家庭，乃至整个班级“孝德”风气的形成。

**重阳节活动方案策划老年人篇八**

弘扬中华民族尊老敬老的传统美德，丰富他们的精神文化生活，给他们送去一份关爱和温暖。通过此次活动，希望更多的`热心人关注老人、敬老爱老、让他们时刻感受社会大家庭的温暖。

1、xx年9月30日星期五农历九月初四敬老院

2、xx年9月30日星期五农历九月初四校三楼小会议室

1、到敬老院帮助老年人打扫房间、整理床铺、清理敬老院内卫生等。

2、举行退休教师及校外辅导员座谈会。

将爱心精神广泛传播，关爱老人，让同学们懂得中华民族的传统美德，让大家学会怎样去关心老人，关爱老人。同时展现了社会对老人的关爱。也给同学们一个关爱别人的舞台。

1、学校团委、初二年级（9）班和班主任。

2、学校领导、工会领导和退休教师、校外辅导员。

1、准时到达集合地点。

2、活动期间服从安排，实实在在做事，勿打闹嬉戏。

3、进入敬老院，见到老人一定要微笑打招呼，这是对老人的一种尊重与认可。

4、清扫房间时一定要将物品放回原处，不要改变它们的原来布局。

5、在整个活动的过程中要注意自身安全及老人的安全。

**重阳节活动方案策划老年人篇九**

1、知道农历九月初九是我国的重阳节，了解相关的重阳节知识。

2、能大胆地用自己的歌声、动作、语言表达对爷爷奶奶的关爱，从小有敬老爱老的美德。

1、介绍重阳节

（1）关于重阳节

老师：今天，我们中一班的小朋友和爷爷奶奶一起过节了，知道我们要庆祝什么节吗？每年的农历九月初九是重阳节，是我们中国的传统节日，也是我们爷爷奶奶的节日。你们知道重阳节又叫什么节吗？“老人节”，是老年人的节日。

爷爷，奶奶，今天就是您们的节日，让我们小朋友先一起向您们问声好，提早祝爷爷奶奶节日快乐！健康长寿！永远快乐！

（2）重阳节的习俗

小朋友们在重阳节那天，人们通常要做什么呢？

重阳节有登高，插茱萸，吃重阳糕，饮菊花酒，拜访老人等多种习俗，也是一个多姿多彩的节日。

2、和爷爷奶奶同乐

（1）爷爷奶奶和幼儿同表演节目。

（2）亲近爷爷奶奶：剥橘子

师：以前在家里，都是爷爷奶奶剥橘子给我们吃，现在我们长大了，会做很多事情了，今天，我们也来剥个橘子给敬老院的爷爷奶奶吃，看一看，哪个小朋友最会剥橘子，剥的最快。

（3）为爷爷奶奶敲敲背捶捶腿。

3、送祝福

（1）小朋友们、爷爷奶奶们，让我们永远记住今天欢乐的时光！今天的活动就到这里结束了。

（2）与爷爷奶奶道别，再次祝愿爷爷奶奶身体健康！一切都好！

**重阳节活动方案策划老年人篇十**

xx年xx月xx号上午9点

教室

1、初步了解重阳节是爷爷奶奶的节日。

2、使宝宝从小有关心爷爷奶奶的意识，为爷爷奶奶做力所能及的事。

3、喜欢爷爷奶奶，愿意表达爱爷爷奶奶的情感。

糖果、重阳糕等

1、介绍重阳节：

2、老师妈妈亲亲宝宝

宝宝真乖，老师妈妈亲亲你（老师随意亲宝宝），老师妈妈亲宝宝开心吗？

3、爷爷奶奶妈亲宝宝

宝宝的爷爷奶奶亲过宝宝吗？亲在什么地方呀？（宝宝随意说），

4、宝宝亲爷爷奶奶

爷爷奶奶亲宝宝开心吗？那我们宝宝也来爷爷奶奶。（播放亲亲我录音）。鼓励每位宝宝去亲亲自己的爷爷奶奶。

6、吃重阳糕

鼓励宝宝先把重阳糕给爷爷奶奶，随后和他们一起品尝

7、唱\"hello grandpa，hello grandma。\"歌曲。

引导宝宝和老师一起边唱边做动作。

8、放\"亲亲我\"音乐

请爷爷奶奶和宝宝一起听着音乐亲亲、抱抱。

9、爱爷爷奶奶：

为爷爷奶奶做一件小事情，如：宝宝长大了，自己走不要爷爷奶奶抱。为爷爷奶奶捶捶背等。

**重阳节活动方案策划老年人篇十一**

西津渡尚清大戏台、伯先公园

1、徒步登上云台山赏菊怡情看美景相约古渡吟诗作画。

2、欢度重阳看大戏摄影作画留记忆（以从老年人的视角把古城的变迁与发展，通过摄影、书画、作诗词等形式表达老年人对家乡十年来变化的感慨）。以上活动中，摄影、书画、诗词创作，主办方将邀请我市的专家学者进行评比并颁奖。

3、表彰10名热心支持社区工作，积极参与社会公益事业的健康老人。

xx社区老年代表、社会各阶层的老年同志、市区内的老年摄影、书画、诗词爱好者。（参加登高活动的年龄：xx50―70之间且身体健康者，70岁以上必须有家属或有组织上的陪同方可参加）

xx金山街道西津古渡社区

西津渡建设发展有限公司

1、登高：xx26日下午1：xx30在伯先公园门口集中从东路口往山顶走，一路上参加的老人可用照相机、书画、诗词创作等形式表达古城的变迁，参与人员须在四天内（30日下午6：xx00前将摄影电子稿，书画、诗词创作稿送到社区办公室，由社区统一制作成展牌，邀请专家点评、评出一、二、三等奖）。

2、表彰：xx下午3：xx20在在西津渡二期工程尚清大戏台前的.广场，有冠名单位的领导，来社区参与活动的各单位领导，向获十佳“社区文明健康老人”的老同志颁发荣誉证书。

3、看大戏：xx下午3：xx30开始在西津渡二期工程的尚清大戏台，由社区戏曲队、歌舞队、时装队表演节目。

xx市第二干休所，市、区老干部局，市、区老龄委，市外事办公室，市文明办、市退管中心、区委组织部、区总工会。

另邀请市民及参加我市举办的“友谊、合作、发展――我们的城市更美好”镇江市国际友好城市交流大会的西班牙埃纳雷斯堡市、釜山江西区、日本津市、仓敷市、韩国益山市、德国曼海姆市、雷根斯堡友好协会、美国坦佩市姐妹城市协会、爱尔兰卡罗市的代表参加社区的重阳节活动。

**重阳节活动方案策划老年人篇十二**

大家七嘴八舌，意见大致为三种：

（1）送一些适合老人的礼物给老人们；

（2）为爷爷奶奶们表演节目；

（3）为老人劳动。

2、进一步商量：

（1）怎样的礼物才是适合老人的礼物呢？

大家一起出谋划策：

（吃的）麦片、豆奶粉、牛奶、蛋糕等；

（用的）毛巾、肥皂、热水袋、围巾、手套等；

（娱乐的）xx象棋等。

总之，送出的礼物要是符合老人年龄特点以及身体状况的。

（2）可以为老人们表演什么节目呢？

同学们手到擒来：唱歌、跳舞、表演小品、朗诵诗歌、说笑话、陪老人玩。

3、联系敬老院。

为了充分利用每一个机会锻炼同学们的能力，特请住在敬老院附近的同学负责和敬老院的负责人员进行联系。反馈：负责敬老院的叔叔在了解了我们的心意后，非常欢迎。联络小组的任务顺利完成。

4、同学们自由准备慰问老人的物品和节目。

5、赴敬老院慰问老人。

**重阳节活动方案策划老年人篇十三**

家家有老人，人人都会老。不知不觉中，他们的头发开始变得花白，坚强直挺的背影在岁月中淡去，脚步也变得逐渐缓慢和蹒跚起来。他们需要的也许并不是物质回报，而是晚辈们深情的问候在这个特殊的日子里，让我们真诚体验与长辈间浓浓的亲情。

结合本学期感恩亲情主题开展重阳节各项活动，旨在培养学生敬重老人、关心老人的良好品质，让学生懂得孝敬长辈，尊老敬老是每个人应该遵守的道德规范。设置简单的节日探究活动，让学生感受、积淀、传承中国的传统文化。

20xx年10月22日10月26日

活动一：小鬼当家 亲情回报活动

1、学说感恩话：在日常生活中请记得对家人说感恩的话，如：给不在身边的爷爷奶奶、姥姥姥爷打个电话，道一声问候，当爷爷奶奶做饭或帮你做其他事情说谢谢，平时做到不与家人顶嘴等等。

2、学做家务活：为长辈做力所能及的家务事，学会一项家务小技能，为家人减一份辛劳，添一份惬意，送一份亲情，做快乐的、有责任感的家庭成员。

具体说明：一、二、五、六年级完成以上两项感恩小作业;三、四年级学生在本次活动后和老人共同完成一次亲子通信，对本次活动进行简单总结，加深对亲人的理解。该材料可由班主任收藏，在亲情互动主题班队会上进行分享和交流。也可将活动成果在各班文化展示区做以展示和宣传。

活动二：最美夕阳红 节日探究活动

具体说明：学生了解重阳节这一传统节日的的习俗、故事等，设计一份手抄报或创作一幅儿童画。每班上交3份。

活动三：别样的亲情 亲情公益活动

家家有老人，人人都会老。作为晚辈，请让我们发扬敬老爱亲的传统美德，把别样的亲情送到老人们的身边吧!

**重阳节活动方案策划老年人篇十四**

xx年10月5日下午3：00~4：00点

小班各班教室

1、初步了解重阳节是爷爷奶奶的节日。

2、使宝宝从小有关心爷爷奶奶的`意识，为爷爷奶奶做力所能及的事。

3、喜欢爷爷奶奶，愿意表达爱爷爷奶奶的情感。

香蕉、胸花、自制礼物――项链等

1、介绍重阳节：

2、老师妈妈亲亲宝宝

宝宝真乖，老师妈妈亲亲你（老师随意亲宝宝），老师妈妈亲宝宝开心吗？

3、爷爷奶奶妈亲宝宝

宝宝的爷爷奶奶亲过宝宝吗？亲在什么地方呀？（宝宝随意说），

4、宝宝亲爷爷奶奶

爷爷奶奶亲宝宝开心吗？那我们宝宝也来爷爷奶奶。（播放亲亲我录音）

鼓励每位宝宝去亲亲自己的爷爷奶奶。

6、为爷爷奶奶戴胸花，放背景音乐

7、在欢快的音乐声中喂爷爷奶奶吃香蕉。

（放“亲亲我”音乐

请爷爷奶奶和宝宝一起听着音乐亲亲、抱抱。）

8、爱爷爷奶奶，自制礼物――项链

9、结束语：为爷爷奶奶做一件小事情，如：宝宝长大了，自己走不要爷爷奶奶抱。为爷爷奶奶捶捶背等。

备注：儿歌：“重阳到，重阳到，爷爷奶奶节日好，我们非常感谢您，向你们节日问个好。”

**重阳节活动方案策划老年人篇十五**

xxxxxxx

xx大学在校学生

20xx年10月20日周日（考虑到许多同学下周一的时候都有课，可能把时间调整到周日）

xxxxxxxxx

早上8：00在公园门口集合

早上8：30准时上山，目的地xx山顶

早上9：30左右到达目的地

9：30——12：30在山上组织游戏等活动（时间根据现实情况变动）

1，双人传气球（大家围成一个圈坐下，气球必须由一个人的脖颈传给下一位，期间不允许用手，如果在哪个地方失败了，哪两个人就要同时受到惩罚，具体惩罚的办法由大家定什么样的刺激，就定什么样的）。

2，背摔（危险系数稍高，到时候根据情况而定是否玩，首先由6个人互相手握手腕，搭建成一个稳固的台子，然后另一个人站在一米高的台子上，背朝大家，然后直直的后仰并倒下，倒到先前大家有手搭好的台上，体验下潇洒的感觉！）

大家想想还有什么活动，继续往下填充。

1，桌布

2，湿纸巾

3，酒精棉球

4，创可贴

5，胃药等（根据人数定，费用大家aa制）

乘车路线：xx线，xx路，大家可以选择就近的公交线到xx站下

请准备参加活动的人员及时的报名，以及准时到达活动地点，若有突发情况请第一时间告知；活动是主要是登高，请大家穿上好运动装备，蹬山需要消耗大量的体力，请各位校友自备好饮用水以及食物，我们的午饭将在山上解决。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找