

# 2023年老龄工作计划及目标(优秀7篇)

计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 老龄工作计划及目标篇一

20xx年，是中国^v^承上启下的重要一年。协会全年继续围绕以社区文化建设为中心，以满足会员身心健康为宗旨开展各项工作。

第一季度：以“迎新春”为主题，于1月中旬举办全体会员迎春茶话会。各团队可准备节目登台表演，力求热闹温馨。

第二季度：以“庆五一”为主题，于4~5月份组织一次会员周边游，力求旅游线路适合老年人特点，并注重文化内涵。

第三季度：以“迎国庆”为主题，于9月底在小区内组织一次会员趣味游园活动，力求办得丰富多彩。

4、组建老年羽毛球队；

5、科学安排活动场所；

6、配合社区办好邻里节。

近几年，协会在组织会员开展旅游活动方面做了一些工作，对参与者扩大视野、陶冶情操和促进身心健康受益匪浅；同时，我们也听到一些反映，主要集中在旅游线路和景点的选择上有不同意见。尽管不同的人群对旅游的要求众口难调，但我们还是要不断总结经验教训，力求在线路选择、时间安排、旅途安全和价格适宜诸方面让大多数老年朋友更满意/。今后协会将在艺术活动厅设一个旅游信息专栏，供大家选择。

推荐旅游线路以公告为主，自愿自费参加，请大家关注。

今年将根据会员需求，有针对性地安排2~3次健康知识讲座；通过福州市老年服务协会，牵头引进更多优惠医疗项目进社区，为老年人健康服务。空巢老人必须得到全社会的特别关爱。尤其是对于生活难以自理的本协会空巢老人家庭，更需要我们结对帮扶，经常上门关心健康冷暖，遇事及时与社区保持沟通，开展多种形式的送温暖志愿服务。

除外，还要促进社区、物业尽快完成本社区居家养老服务中心的规划选址，力争该项目按市政府的要求在今年年底建成。

## 老龄工作计划及目标篇二

1、坚持良好的卫生习惯，如饭前便后洗手，喝开水不喝生水，生吃瓜果要洗净，实行分餐，使用公筷，不共用水杯，多开窗通风，冬春季不到人群拥挤的地方，寒冷时节出门戴口罩等。

2、注射疫苗，包括流感疫苗、肺炎球菌多糖疫苗、乙肝疫苗、伤寒疫苗等。

3、要防止意外伤害如跌伤等，须注意改善社区环境、设施及老年人的住宅建筑设计，构建良好的老年人社会支持环境；开展老年人心理咨询和包括对其子女的健康教育，引导老年人进行适当的智力活动，参加富有生气的娱乐，如经常读书看报，给大脑新的信息刺激，以改善脑部血液供应，推迟脑的萎缩，做到有劳有逸，劳逸适度。

1、生活要有规律。早睡早起，中午小睡，每天要有6小时的睡眠时间。

2、每天要有一定的时间不在空调房里，让身体冒汗，以排泄体内的毒素。要注意每天大便。

3、不要成天看电视，要看一会儿以后，站起来伸伸腿、走动走动，喝喝茶，保持关节的活动。

4、吃的方面：菜蔬以清淡为主，如：拌海带、炆毛豆子、拌黄瓜、拌西红柿、香菇炒青菜、瘦肉炒苦瓜、牛肉烧土豆、丝瓜炒鸡蛋、多吃冬瓜汤(去湿的)。水果以西瓜为主。

5、如果血压高，切勿轻易减药或停药，要在医生指导下认真服药。

6、老年人最好的保健品是蜂王浆，它可以增强免疫力，调节生理机能。不要相信广告上说的。

1、保持乐观的情绪：乐观的情绪有利于健康。老年人，特别是离退休的老年人应该做到自得其乐，助人为乐，知足常乐。及时调节好心态，享受离退休后新的生活。情绪紧张、心理不平衡常常引起人体的生理功能失调，抵抗力低下，易患高血压、冠心病、神经衰弱、消化性溃疡等病。

2、注意合理的饮食营养：合理、平衡的营养能保持健康的身体，可预防或减轻老年人某些易患疾病，如动脉硬化、高血压、冠心病等。应选择适合老年人的食品，如低热量、低脂肪、低糖、充足蛋白质和维生素的饮食。且应常吃水果。

3、重视平时的保健与医疗：每年定期进行体格检查1~2次。平时注意身体的不适，即使是轻微的症状，也要重视，及早就医。老年人往往敏感性差、反应差、主诉少，因此应仔细观察老年人的饮食、情绪、睡眠、体温、脉搏，以引起注意。慢性病患者应遵其严格遵医师医嘱咐服药及定时复查。应叮嘱病人不要随意用药或中断治疗。

4、良好的生活习惯：如按时休息，有良好的睡眠习惯等。

5、适当的体力劳动和体育运动：经常参加锻炼(如慢跑、打

太极拳、打门球等)及适度的体力劳动能提高抗病的能力,对各系统、器官功能的改善都有益。

老年人的饮食应该以热能不高、蛋白质丰富、动物脂肪少、无机盐和微量元素及维生素充足的食物为主。如牛奶或奶制品、瘦肉、禽、鱼肉,保证每天一只鸡蛋;蔬菜的量以每天500克为宜,对于不超重或不肥胖的老年人,可常食用一些坚果类、食用菌及豆制品。食物应以软、易消化、无刺激、易咀嚼的为好。

可多选用用油较少的烹调方法,如凉拌苦瓜、氽汤冬瓜丸子、清蒸鳗鱼、砂锅豆腐等。

还可改变烹调方式:蔬菜可以切丁的方法制作,前几天吃过一道粬青菜,就是将青菜切成小丁,配上一点豆腐丁,以清鸡汤炖出,味道很好。

常吃茄子对高血压、脑溢血、动脉硬化等患者有很好的保健作用。如果烧茄子,老年则不能多吃、常吃,因为烧茄子油量大,一次吃得比较多或常吃,会造成血脂高,加速动脉硬化。如果将茄子蒸熟,拌上芝麻酱、蒜泥等调味品,就是一道营养丰富、美味的好菜肴了;肉类可以肉馅、肉末炒或炖,如蒜苗\*,一般人都是大火快炒,这种方式较适合牙齿较好的人吃,如果将\*换成肉末,蒜苗切成小丁,再配上少许胡萝卜丁,就比较适合老年人了,而红、绿、白三色的搭配也清爽怡人;而鱼类,则可选择刺少的鱼吃,尤以清蒸鱼为佳,这种烹调方式制作出的鱼不仅味鲜且用油量少。

散步:散步对人体健康是很有益处的,古往今来,许多伟人、学者都以散步作为强健身体、调节精神的锻炼方法。

散步具有良好的健身作用。首先,散步是一种陶冶情志、舒畅情怀的活动。

## ——老年人保健项目工作计划

### 老龄工作计划及目标篇三

20\_\_年是我国实行“\_\_”规划的关键一年，也是中国\_承上启下的重要一年。协会全年将贯彻落实\_\_推进文化大发展大繁荣的精神，继续围绕以社区文化建设为中心，以满足会员身心健康为宗旨开展各项工作。

一、抓好一年四个节庆。

二、加强文化队伍建设。

4、将原象棋队与棋牌队合并，保留象棋队；

5、组建老年羽毛球队；

6、科学安排活动场所；

7、配合社区办好邻里节。

项目负责人：黄泉铭、曾庆珍、张兆纯、钱天华、黄茅茅

三、组织特色旅游活动。

四、开展老年保健服务。

今年将根据会员需求，有针对性地安排2~3次健康知识讲座；通过福州市老年服务协会，牵头引进更多优惠医疗项目进社区，为老年人健康服务。

空巢老人必须得到全社会的特别关爱。尤其是对于生活难以自理的本协会空巢老人家庭，更需要我们结对帮扶，经常上门关心健康冷暖，遇事及时与社区保持沟通，开展多种形式

的送温暖志愿服务。

## 老龄工作计划及目标篇四

受理群众信访举报。严格按《纪检监察信访件处理流程图》查办信访案件，其中镇纪委完成3件、乡纪委2件。严肃查处镇村党员、干部违纪违法案件。其中每个镇完成立案案件2件，每个乡完成立案案件1件。同时，各乡镇纪委每年至少要查办1起自办案件。重点查处截留、挪用、侵占、\*强农惠民资金和征地补偿费案件，公共资源交易中违法违纪案件，侵占农村集体资产、资源、资金案件，为黑恶势力充当“保护伞”案件，损害群众切身利益案件，参与赌博、借婚丧喜庆收钱敛财案件。未完成自办案件任务的，倒扣5分。以县纪委信访室、纪检监察室、案件审理室提供数据为准。（共计25分）

6、认真做好预防\*工作。协助党委认真落实《县贯彻落实实施方案》和风险岗位廉能管理相关意见，督促党委、政府按照责任分工，完成好各项工作任务。（以上计3分）。进一步加强农村基层党风廉政建设，巩固农村基层党风廉政建设示范点和城区社区党风廉政建设示范点创建成果。（以上计3分）。开展经常性廉政教育，对反映有苗头性、倾向性问题的党员、干部，及时了解核实、诫勉谈话，通过早打招呼、早拉袖子、早提醒，防止小错酿成大错，小问题变成大问题。（以上计3分）。认真抓好廉政文化“六进”活动，积极推进廉政文化示范点建设。（以上计3分）。监督党委抓好党务、政务、村（居）务和基层站所办事公开，强化对乡镇党委、政府“三重一大”事项的监督。（以上计3分）。以相关文件、诫勉谈话记录、示范点软硬件建设情况等为准。（共计15分）

积极配合参与县纪委组织的纪检干部轮训和纪检业务专题培训，有计划地选派乡镇纪检监察干部到上级纪检监察机关挂职锻炼和参与办案，增强实际工作能力。（以上计5分）。突出抓好乡镇纪检监察干部纪律作风和职业道德建设，对乡镇

纪检监察干部严格教育、严格管理、严格监督，防止“灯下黑”。（以上计5分）。加强村（居）委会纪检组织建设，强化村（居）委会纪检委员的教育、管理和监督，充分发挥村（居）委会纪检委员的作用。（以上计3分）。以相关文件、教育培训材料等为准。（共计13分）

乡镇纪委要做到“四有”，即有机构牌子、有办公场所、有必要的办公办案设备、有基本的交通保障。（以上计3分）。配齐书记、副书记和纪委委员。每个乡镇纪委都要配备1名副书记和1名专职纪检干事。（以上计3分）。乡镇纪委要确保4万元以上工作经费，工作经费要列入乡镇年度财政预算，单独列支，予以保障。（以上计3分）。乡镇纪委书记、副书记和专职纪检干事享受规定的办案人员补贴，按220元/人/月发放到位。（以上计3分）。以相关文件、实地检查结果为准。（共计12分）

## 二、宣教、信息、调研工作任务（15分）

1. 按要求征订、配备了《中国纪检监察报》、《中国监察》等宣教资料，并认真学习讨论的，以会议记录、征订记录等为准。（共计2分）。

2. 按要求认真开展了各项主题教育活动并按时上报了有关材料的，以文件、材料、会议记录为准。（共计2分）。

4. 全年向县纪委报送反腐倡廉信息12条。以县纪委办公室统计为准（共计3分）。

5. 每年组织一次反腐倡廉课题专题调研，并完成一篇以上反腐倡廉调研文章，以县纪委调研室统计为准。（共计3分）。

6、乡镇纪委要在半年、年终对本单位纪检监察工作进行总结并报县纪委及对口纪工委。（共计3分）

### 三、加分项目

1、反腐倡廉单项工作或纪检监察干部受到上级表彰，按照中央、省、市级别分别加10分、5分、3分。以相关表彰文件、奖牌、证书等为准。

2、完成立案案件查办任务外，每超办1件立案案件，加5分；若超办案件为自办立案案件，则加10分；若相关案件移送司法，则加15分。以县纪委纪检监察室、案件审理室统计数据为准。

## 老龄工作计划及目标篇五

实现全区非公有制经济组织和有劳动收入、经济收入人员应保尽保、提高保障能力为目标，统一政策，突出重点，合力攻坚，加快实现社会保险全覆盖，为构建和谐宽城提供有力保障，以深入研究解决民生问题，专项行动以科学发展观为统领。维护全区各类人员社会保险权益为重点，以扩大社会保险覆盖范围。

### 二、实施范围和工作重点

城镇非公有制经济组织和各类有经济收入人员。宽城区内应参加社会保险的企业事业单位及其职工。

主要包括以下六个方面：

2各类有经济收入的城市居民；

3尚未实现全员参保和欠缴社会保险费的参保单位；

4解除劳动关系后。未及时接续养老保险关系的人员；

5财政拨款事业单位新招聘工作人员。大专院校毕业学生；



6应参加失业保险的企业事业单位及其职工。重点是大中专院校、中小学校和医院、科研机构等各类事业单位以及中省直行业单位。

享受养老、失业保险待遇，参加社会保险。统一按照国家及省市的有关文件执行。专项行动期间，继续执行相关文件的基础上，对城镇非公有制经济组织和有劳动收入、经济收入人员参保缴费办法做出如下调整：

1城镇各类有经济收入人员中尚未参保人员。凡达到就业年龄均可参保缴费。城镇个体工商户、私营企业主等非工薪收入者最早可从 年 月起参保缴费。

2男达到60周岁、女达到55周岁时累计缴费年限不满15年的可允许延长缴费达到15年，灵活就业人员、城镇个体工商户、自由职业者等参保人员。延长缴费年限最长不能超过5年。

3缴费基数可以按在岗职工平均工资选择档次，个体参保缴费人员。也可按在岗职工平均工资80%或60%为基数申报缴费。参保人员达到养老条件后，按统一规定的养老保险金计发办法和待遇调整办法执行。

4可凭《再就业优惠证》和《灵活就业证明》社会保险部门领取社会保险补贴。其中，灵活就业人员缴纳基本养老保险费后。4050人员按其当年实际缴费数额的50%享受社会保险补贴，其他人员按实际缴费数额的15%享受社会保险补贴。

5按规定办理参保登记和申报缴费的企业和个人，专项行动期间。一次性补缴其应缴社会保险费的可缓缴滞纳金。

6原则上自 年 月起参加失业保险，财政全额拨款或部分拨款的事业单位。凡在专项行动期间参保并且一次性补缴以前欠费确有困难的可先制定欠费缓缴计划，经审核批准后自 年 月起缴费，欠费部分在申领失业保险待遇时一并补缴。其中，

大专院校参加失业保险，按省政府专题会议会议精神自 年 月起缴纳失业保险费， 年 月至 年 月期间的失业保险费可暂缓缴纳。

7根据省政府办公厅《关于未参加基本养老保险城镇企业退休人员发放生活费工作意见（试行） 政办发[ ]33号）文件精神，未参保且无缴费能力的集体企业。其退休人员直接纳入城市居民最低生活保障范围；未达到法定退休年龄人员可到社会保险个体分局办理参保手续。

### 三、工作方法及步骤

统筹考虑，专项行动分为宣传发动、调查摸底、参保缴费三个步骤。协调推进。

1全面动员。市政府在全市召开了扩大社会保险覆盖范围专项行动动员大会。组织一次大规模的社会保险宣传日”活动，月份为社会保险宣传月。届时，区将组织各街道办事处、社区在主要街路、广场，张贴宣传标语，悬挂宣传牌匾，广泛宣传，全面动员。

2政策业务培训。社会保险部门定于 月 日对我区街道办事处、社区工作人员进行讲解社会保险政策。街道和社区负责对应参保未参保的单位和城镇各类有经济收入人员广泛宣传参加社会保险的重要意义、相关政策、业务手续及办理程序。

3跟踪报导。新闻媒体对专项行动和社会保险政策进行系列跟踪报导。对积极参保的单位及个人进行表扬。

调查摸底和参保缴费同步进行。 月中旬至 月底。

## 老龄工作计划及目标篇六

1、死去的人安息了，活着的人要鼓起勇气重新面对生活，我

会在你身边陪着你，支持你的！节哀顺变！

2、年事有寿而尽，生命无所不在。母亲终于与我们永别了，但是她对亲人和朋友的真挚情感，对人生的积极追求，对生活的执著信念，与天地永恒，与枝叶长青。母亲在我们心中的份量是很重的，我们会思念她，直到永远！

3、那个人在默默的注视着你，在你身边，保护你，他从未离开过。

4、生者幸福是对逝去亲人最好的安慰，为了老人家的希望你一定要努力让自己快乐起来！

5、我们开始老了，慢慢就要不断面对这样的离去，你没有办法阻止这样的事情发生，你做的只有接受，你能做的，就是在可把握的时光，处理好和亲人的感情，请节哀，哀换不回逝去的爱。

6、“每逢佳节倍思亲”，春节要到了，我思念我的亲人，我怀念我的爷爷和姥爷。因为，他们已经永远地离开了我们。

7、人都是要去的，活着或者是死都不是你可以决定的，他老人家了去了另外一个地方生活比在人间幸福，节哀顺变。

8、大家都不要伤心了，人生总归是要面对一死的，只要我们好好活着，他的在天之灵也好受些，伤心是解决不了问题的。我想应该行吧！节哀顺变！

9、忘却，往深处想还真是一种美德，与其日日为旧人放一双筷子，哀痛得不能自拔，还不如与逝者相忘于生活。

10、有人说梦见过世的人不好，醒来后一定要念叨以求下次不再梦见，但我从不信这个，偶然在梦中见到父亲，我是多么渴望梦永远不醒，醒来后我久久的回想梦中父亲的音容相

貌，我一遍遍的念叨，爹，你若想我，就常来我的梦中吧，让我在梦中再看看你。

11、生老病死，天灾人祸，等等。谁又能逃脱呢？生活就是这样，还是需要继续，朋友，想哭，就痛快的去哭，把苦闷释放出来。

12、我改变不了自己，让自己随波逐流，让自己虚伪冷漠，我也不愿意！哪怕迎来的只有那些无知世故而又貌似成熟的冷嘲热讽！

13、清明，这一天，叫我如何不泪流满面；这一天，双膝跪地、双手合拢，让我祝愿远方的父母长安息、幸福！

14、人之常情，每个人都无法去体会失去亲人的痛苦，我们只能在心里为死去的人默默祈祷，希望他们在另一个天堂也活过的很好。

15、去的已经去了，但他一定不希望我们活着的人过得痛苦。他一定希望我们在表达了适度的悲哀之后，应该照样会好好地活着。他会在另一个世界为我们祝福的！

16、生老病死是自然规律，去世是她最终的规宿，不必太伤心。

17、第一次面对死亡，是外公的辞世。第二次面对死亡，是英年早逝的表哥，第三次面对，是年轻的堂兄。那时年纪还小，亲人们的离开，给我的只是暂时的心酸，暂时的哀伤，多少人生的精彩等待着我，我不会长时间沉湎在痛中。

18、上帝对每个人都是公\*的，你在失去一些东西的时候，也获得了一些宝贵的东西。人人都要拥有一颗感恩的心。

19、逝者已登仙界，生者节哀顺变。请记住，他的教诲和疼

爱会永远陪伴在你身边，你的脑海里还会经常浮现出他微笑的慈颜；请为了关心你的亲朋更加积极而快乐地活着，让他在天堂里为你自豪地笑眯了亲切和蔼的双眼！

20、人生都要经历这一刻，我为你母亲的离去感到悲痛，作为朋友我祝福你的母亲在天国得到永生和幸福。

## 老龄工作计划及目标篇七

为了使我校工会组织在维护教职工合法权益、关心教职工文化生活、推动学校民主管理、增强教职工凝聚力、推进我校教育教学改革和发展，切实加强工会组织建设，规范常规工作，组织教职工积极参与到学校的民主管理，为学校的发展献计献策。现结合学校建校以来的实际情况，特制定20xx年年度工会工作计划，具体如下：

切实加强工会组织建设，开展形式多样、健康有益的活动，丰富职工生活，增强凝聚力，构建和谐人际关系；关心慰问教职工，为教职工排忧解难，协调学校与教职工、教职工与教职工的关系，促进教育教学工作健康稳步发展。

（一）将工会委员会成员根据学校实际进行职责分工，明确责任，加强工会在学校各方面工作中的联系，充分发挥桥梁纽带作用。

每个工会干部、委员都具有的职责：正面宣传学校的重大决策或决定；关心了解教职工，及时书面反映教职工的合理要求、意见、建议和困难，并配合学校帮助解决。征集整理教职工提议交工会办公室。

每个工会干部按职责分工注意采集教职工对学校工作的意见和提出的各种建议，并及时上交工会副主席提交学校校务会。对于教职工关心的政务、教务、财务、职称聘任、职称评审、年终考核、评选先进、教师奖惩等热点、难点问题，工会可

通过各种形式多条渠道加强学校领导与教职工相互沟通，获得教职工的理解和支持。

工会委员会要经常联系教职工，及时了解教职工的困难和心声，将了解到的困难情况和心声及时向学校各有关部门领导汇报和沟通，使领导能了解广大教职工的想法，使教师们的困难得到及时解决、合理建议及时得到采纳，为领导决策提供参考，同时把领导决策的想法反馈给有关教师，加强学校领导与教师的沟通和相互理解，使学校领导和教职工在理解中工作，在团结中发展。真正发挥工会的桥梁纽带作用。

（二）完善教代会制度，畅通教职工诉求表达的民主通道，切实推进学校民主管理。

完善学校教代会制度，召开教代会，完善教代会提案征集制度和教代会民主评议学校领导干部制度，保障教职工在学校改革发展中或学校重大事情决策中享有知情权、参与权、决策权、监督权，维护教职工利益，发挥教职工的积极性、主动性，进一步增强学校民主管理工作的实效，使教职工对教代会行使职权的满意率达80%以上。

根据学校实际，学校党员教师具有各个方面工作的代表性，同时具有素质高责任感强，经研究确定以全体党员教师为教代会代表。

（三）关注教职工生活为教师排忧解难，及时做好慰问工作。

职工家中每逢婚、丧、嫁、娶等大事，工会干部和学校领导必定亲自到场，送去关心和问候；学校有教师生病住院，工会干部和学校领导要及时亲自到医院探望慰问，使生病教师能感受到学校领导的关心和学校大家庭的温暖。慰问工作要及时，不能疏漏。

学校工会要为广大教职工办实事、送温暖、关心教职工的身

体健康、了解教职工的工作生活或困难，要为教职工营造一个舒适温馨的工作生活学习环境，创建一个民主和谐的大家庭。

#### （四） 关心教职工文化生活、增强教职工凝聚力。

1. 建设教工活动室，即“教工之家”活动室。活动室安排在学校行政楼四楼，目前活动室还在规划建设中，相关的设备和器材配置，待规则建设好以后，每天下午放学后和晚上将对全校工会成员开放，丰富教职工的业余生活。

#### 2. 开展丰富多彩、健康的文体活动

总之，在新的一年里，我校工会将紧紧依靠广大教职工，依据《工会章程》，充分发挥工会职能作用，实现工会重点工作的突破和工会自身建设的加强，在深化教育改革中，抓住机遇，与时俱进，勇于创新，齐心协力，共同奋斗，努力把学校工会工作做实做好，争取更大成绩，为学生的发展，为教师的发展，为我校的教育稳步发展做出新的贡献。