

最新社会实践养老院 养老院社会实践心得体会(大全6篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

社会实践养老院篇一

里面显得好暗淡，我们这些初中生站在这里显得另类，或许正是我们的异类，给这个昏暗的僻静的小院增添了不少的活力与欢乐。所有的老人看到我们的到来都表示了他们的欢迎，在他们脸上我们也可以看见他们无与伦比的快乐，甚至还有一丝幸福的感觉。

是他们太寂寞了吧，见到我们就特别的热情，邀请我们到他们那小小的房间里坐坐。这个房间不大，只有两张孤零零的床，还有一台电视机供老人们消除寂寞。我们都坐在床上，老人打开电视，和我们一起分享她的戏曲频道。我们也与她一起享受某个同学亲手做的蛋糕，松松软软的，散发着浓郁的鸡蛋的香气。老人吃的津津有味，我们见他们吃的那么的香也发自内心的赶到快乐，也有那么一点小小的自豪。老人客气的切西瓜给我们吃，我们推推攘攘，甚是觉得不好意思。盛情难却，我们接受了她的西瓜。

男生则在烈日炎炎下在院子里拿着扫帚扫地，让这院子更为的干净，使老人的心情更为舒适。虽然他们没有和老人一起聊聊天，但我想他们也为自己可以给老人制造一个惬意的环境而快乐吧。

有一位比较特殊的老奶奶，她失去了一条腿，只能用拐杖慢慢的行走，看着她这悲惨的样子让我感到一点点的难受与不

忍。好像过去扶一下她，跟她打声招呼，但有些羞涩的我们并没有走过去，只是远远的望着她越走越远。

随后我们买了一些水果给他们，虽然不多，但也是我们的一点心意。礼轻情意重，老人们吃的很开心。时间过的好快，一转眼就到中午了，我们也该走了，我们与他们挥手告别。看得出他们对我们的依依不舍。

这个社会太缺少对老人的关心了，让我们多多的关心老人，时常可以去敬老院看看他们，即使只是聊聊天也好，他们现在正如同小孩子一般需要人们的爱护，他们现在的样子就是我们未来的影子，不要让我们的未来在寂寞中度过，献出我们的爱心，给敬老院中的老人一丝温暖吧。

社会实践养老院篇二

这个假期我在高唐县敬老院进行了为期一周的个人社会实践活动，收获了很多感动和经验，真正感受到了大学生志愿服务的必要。尤其在和敬老院的老人和进行交流 and 帮助后，也深刻意识到这群特殊的社会弱势群体正迫切期待社会的更多关怀。在志愿服务同时，我实际调查了其他乡镇养老院的情况，我对基层干部对待养老院的重视态度感到欣慰，不过也引发了我对中国农村养老问题和农村高龄残疾老人生活护理等实际问题的深深思考，并为相关部门提出了自己的建议。

正文：

假期，我回到家乡山东高唐县，开始自己大学生生活中第一次社会实践，为了增强自己的韧性，接近并了解社会中最弱势群体，给他们带去吉林大学学子的热情和帮助，我将这次社会实践地点选在了高唐县敬老院，也就是高唐县残疾人综合服务中心。正是在这里，我深刻感受到了当代大学进行志愿服务的重要意义，这一周虽然有点累，可是我觉得实现了自己的价值，更彰显了我们吉大学子，乐于助人，积极投身社

会实践的良好风貌，赢得了周围人的好评，自己还是觉得特别充实。

高唐县敬老院是县民政局管辖下的最大的一个敬老院，这儿的老人全部都是孤巢老人，而且大多数年过古稀，身体都已经行动不便。他们迫切期待能得到更多社会的关怀。我的出现使略显寂静的敬老院，一下子活跃了许多。尤其是那些无儿无女的年过古稀的老人听到我亲切的喊他们爷爷奶奶，都激动的要落泪，我的手就那样被他们握着，微笑并稍许心痛地听他们念叨着“好孩子”。从第一天进行实践，我就被这群老人感动着，刚一去，一位奶奶就拉着我去她那先吃点西瓜，每个老人都把我当做自己的孩子，这真是让我很激动。从院长那里我了解到每年都会有好几批大学生来这里进行志愿服务，老人们都很喜欢年轻人这些服务社会的做法。还以为老人拿着自己的党证，激动地告诉我，党的政策好，国家照顾才有今天这样的舒心日子。

为了更好的完成这次实践任务，我还特地找到自己家乡的同学，协助我完成这次实践任务。实践开始前，我首先找到敬老院院长了解本院孤寡老人的具体年龄和生活状态。院长告诉我们，住在本院的老人差不多都是年过70的，身体也大都有残疾，残疾程度各有不同。在我们实际实际建过程中，也发现了这个问题。行动不便成了他们生活的最大障碍。看到这种情况，我感到十分痛心。没有太多寒暄，我就抓紧帮助他们。先从一位全瘫老人开始，酷暑中他无法行动，身体已经发馊，我拿洗好的毛巾帮他擦拭身体，边擦边和他聊天，知道在敬老院中没有护理人员，生活全靠自己，像他这样的也是依赖大家的帮助才行。看到他住的凌乱的屋子，我帮他收拾，把他的尿壶倒掉涮干净，地擦干净，还打开窗子将异味发散出去。我忙着时，不经意间看到老大爷抹眼泪了，他哽咽的说，自己无儿无女，还没有过哪个孩子像我这样照顾他。我笑着告诉他，我是吉林大学的学生，来志愿帮助大家，我在这里就是您的孩子，国家培养我们大学生，我们就应该回报。

接下来的几天，我和大家都认熟了，每次我刚进敬老院，大家就围上来，那种亲切的感觉，是我这次社会实践中收获的最重要的财富。短短几天，我成了大家的孩子。敬老院的大爷大妈也成了我牵挂的亲人。这是我又想到了那位大爷的话，“你们来了，不图能帮俺们什么，只要能来，就是好孩子，就值得表扬。”而我所想到的却是，这群孤寡老人这样真挚的话语，其实深深的表达了他们期待更多关怀，希望获得更多的心灵上的安慰。

事实上，这也暴露了我国农村养老的深层次问题，虽然国家发展了，人民生活水平总体上有了很大提高，但是这个社会特殊群体，他们年轻时曾为我们国家的发展，社会的进步做出应有的贡献，而晚年无依无靠的状况却让他们无法最大限度享受社会进步的福利。我看到，基层政府也已经越来越重视民生，开始逐年提高老人们的生活待遇。我从敬老院的大爷大妈那里了解到，这几年他们可以领到更多的政府补助。在敬老院生活水平也有了很大提高，之前，由于经济条件不允许，敬老院的餐厅中很少有荤菜，饭菜十分单调。这两年不仅吃肉不成问题，每逢过节，都要为老人们包水饺。当老人们说到这里时，都露出了满足的笑容。中午是我到餐厅看了一下，大家有序就餐，有说有笑，生活十分安详。

不仅生活上的补助增多了，老人们还告诉我，医疗卫生条件也有很大改善。今年政府为敬老院新增派了一位年轻医生，大家看病更方便了。而且每年都要为大家进行免费体检，这一点大家都竖起了大拇指，称赞政府为人民办实事。

这次实践中，我特地对住在本院的几个瘫痪老人进行了力所能及的帮助，看到他们室内干了的水桶，我挨屋帮着他们打满水，他们无法正常行动，靠拐杖勉强可以动，帮他们擦拭身体，跟他们谈心，因为没法行走，他们对外边发生的事情格外感兴趣，我把自己在大学的趣事告诉他们，虽然交流起来十分困难，可老人们还是那么满足，我更觉得自己这次实践十分有意义，正是他们对我的这种依赖，我主动找到院长，

要求把自己本来三天的实践计划改成了一周。院长欣然应允。

这次实践中还让我非常感动的是老人们之间互帮互助的精神，院里行动不便的老人，大家帮忙打饭打水，帮助收拾屋子，几个细心的大妈，还隔三差五出去买点水果，分给那些没法行动的老人。还有老人依靠自己的力量，在院子的空地上开辟出了小菜园，老人们这样说，“闲着也是闲着，种点菜，大家吃着鲜。”

尽管这样，我还是发现了敬老院的一些问题。我对此也为敬老院和上级民政部门提出了自己的建议。

1、部分寝室安排不合理，很多老人行动不方便，住的寝室却离洗手间很远，甚至还将一位八十多，视力很差的老人安排在了二楼；我将这个问题给院长进行了反应，院长说他也觉得不合理，只是老人住进来的有早有晚，住在一楼的老人都不愿意再搬到二楼去。我和一位住在一楼的大爷进行商量，终于说服他跟二楼的那位大爷交换寝室，在我离开的那天他们已经顺利交换，院长答应对其他不合理的安排进行调整。

2、敬老院护理人员严重不足，我所在实践的敬老院虽然已经安排了医生，但并没有专门的护理人员；这一点成为敬老院最大的缺陷。在这样一所敬老院竟然没有一位专门为老人服务的护士，行动不便的老人也只能靠自己，这样老人缺乏专业护理人员，生活就很难十分的保障。我将这一点跟院长协商后，向县民政局写了一份情况说明，县民政已经协商要处理这个长期忽视的问题。

3、院民寝室的硬件设施落后，并且不齐全。最突出的是供水问题，年近八旬的老人还都得自己去二百米远的餐厅处去打水，万一逢雨天路滑老人的安全没有保障，还有敬老院防火设施不齐全，整个敬老院只找到五个灭火器，而且都安置在二楼，一楼没有安置，对此院长给出解释，一楼由于打水比二楼方便所以没有安置。我告诉院长这是很大的安全隐患，

万一一楼起火没有灭火器后果不堪设想。对此，院长也同意只要下次民政拨钱，首先解决这个问题。

4、虽然敬老院近年来物质生活有所提高但老人们的精神生活十分匮乏。我认为这也是最重要的亟待解决的一件事，虽然每个院民室都有一台大背头电视机，但大多数已经年久失修不能播放，这一点我直接县民政进行了反映，希望帮助老人修好电视，然后安排电影下乡走进敬老院，活跃敬老院的文化氛围。我还建议院长多订阅几份中国日报和齐鲁晚报进行传阅，还可以安排视力较好的识字老人，定期为大家读报纸，使老人们的生活不至于太过单调。

实践过程中，我对附近几个乡镇敬老院进行了调查，发现也都存在类似问题。只有一个由两乡镇联合成立的养老院，老人生活水平较高，我将上述问题总结后为县民政局写了一份建议信，希望对改善老人们的生活尽到自己的力量。在实践中，我思考当前中国农村存在的养老问题，在我所在的山东农村，家庭养老依然承担着重要责任，然而随着养老现实成本较高，实际上对农民生活水平的提高存在较大障碍，而在身边的农村养老保险贯彻的并不彻底，农村养老也需要制度化规范化，实现这一步还有较长的路要走。

结束语：

这次实践中我培养了自己接近社会，感恩社会的心态，锻炼了自己的韧性，增强了自己助人为乐的生活习惯，认识到了大学生进行社会实践的重要意义，和敬老院老人们建立了良好的情谊，也使自己的这个假期变的更充实，更有意义。

最后我要对高唐县敬老院林院长及院民们能协助我完成这次暑期实践任务表达最真挚的谢意，同时我祝愿高唐敬老院老人们身体健康，生活愉快。

社会实践养老院篇三

假期的时间是很漫长的，我不想这个假期又跟以往一样，在家看电视躺着玩手机，消磨时光，我决定给自己找点事情做，然后我就在小区的.公告栏上找，但是大多数的都是一些工厂招收临时工，我觉得这虽然能赚点钱，但是没有任何的意义，我觉得工厂比家里更是无聊，最后我看上了养老院义工的工作，至于为什么会选择这个，主要是我对老人的那种关心吧，我的爷爷奶奶就对我特别好，我也想着为这么无依无靠的老人做点什么，一周的社会实践工作就展开了，这一周里面，我收获很多，最重要的还是心灵上的慰藉，时间上的充实，让我觉得自己不虚此行，现一周的工作已经圆满结束，以上就是我对自己这一周以来的自我鉴定：

我从最一开始的事情，我就没想过赚钱，我只是想着能有一件有趣且有意义的事情，让我的假期生活变的充实一点，所以我一点也不后悔我选择去养老院当义工，养老院的院长还一再询问我，是否真的想清楚了，他们这里是没有任何报酬的。我对我的这个决定从来都没有动摇过。我之前只是在电视上、隐约的了解了一点养老院的情况，这还是我第一次进入养老院，我发现他们的生活真的是跟我有着天差地别的差距，我突然变的好心疼他们，但是看着他们在我的帮助下能露出开心的笑容，我也是感到心里暖洋洋的。

虽然我只是个高中生，突然要招呼这么多老人，的确是有点吃力，头两天的时候，我甚至是感到腰酸背痛，应该是缺少运动的缘故，就算是如此，我也从来都没想放弃。我参加义工的每一天都在努力的珍惜每一分钟，想尽了办法，多给他们一些关爱，我每天都会把养老院打扫一遍，把老人们的房间里也是整理一下，出太阳的时候，就帮他们把被子拿出来晒一下，我仿佛就看到了，我妈妈在我小时候照顾我的样子。

我突然发现，我小小的身体里居然有这么大的力量，我居然可以做这么多，突然之间我对自己的认识都开始有点刷新了，

以前我在父母的宠爱之下，除了学习，从来没有拼尽全力去做过一件事。养老院的老人们是需要陪伴的，但是我可以明显的感觉到，他们挺想念自己的家人的，每次谈论到他们的家人，就会不由自主的掉眼泪，我真的特别喜欢看到那些老人们笑口常开，希望能有更多的人去帮助他们吧，我一个人的力量终究是微弱的。有了这次社会实践，我觉得对人与人之间的相处都明白了很多，希望自己还能有机会给这个社会做出更大的贡献。

社会实践养老院篇四

自我鉴定是个人在一个阶段的自我总结，写自我鉴定可以让我们审视自身，不如我们来制定一份自我鉴定吧。我们该怎么写自我鉴定呢？以下是小编精心整理的养老院社会实践自我鉴定，仅供参考，希望能够帮助到大家。

这次去到养老院，我感觉自己收获很多，感觉在实践的过程当中，自己也提过到了很多不一样的东西，之前在学校一直都是学习，没有做过别的事情，学校跟外面是两回事，我认为多去体验一些新鲜的事情，是在自己阅历的一种提高，也是做好充分的准备，我相信自己能够做好这些，在今后的学习当中，能够更加坚定自己的意志力，作为一名学生，我认为很多时候都是应该搞清楚自己的状态的，不管是做什么事情，都应该清楚自己处在一个什么样的环境下面，这次去到养老院实践，我有了一些感受，自己应该更加用心。

首先我认为自己在这次活动当中也增长了很多，不管是在阅历上面，还是在自己的心境上面都有了一些提高，我认为无论做什么事情？都应该把这个事情想象成一件好事，首先就应该要让自己去接受，我知道，不管是什么事情都应该是能够接受的，应该让自己去适应手，我是自己想做，还是不想做的，都应该尝试着去试一下，其实有的时候成长就是在不知不觉当中，有的时候是靠自己努力，这样的情况我非常

的珍惜，也希望自己能够越来越强大，距闹养老院让我感觉自己成长了很多，也让自己看到了这个社会的不一样的一面，看到很多东西都是自己以前没有感觉到的。

虽然说在养老院实践的这几天我感觉变化很大，但是这个过程还是要有的，让我的感触很多，我认为我是能够把自己这方面的阅历提高的，也能够做一名比较成熟的人，相信自己能够在今后的学习当中做得更好，无论是做什么事情都会逐渐的体现出来，不断的努力，不断的加油，提高自己，往往是在一念之间下定决心，才能够看到自己的收获，这次去到养老院，然后我有了这样的想法，我也会坚持下去，很感激这次的实践经历，我也很庆幸自己能够在这次的实践当中有这么一些不一样的心得，收获了这么多，其实都是为了防止以后遇到类似的情况，我认为自己会在今后的生活当中更加的稳重成熟。

真的是非常感激，无论是做什么事情都要考虑绝对周到，只有对自己上心了，才能够对生活当中的每一件事情认清楚，我也会通过自己的努力进一步的提高自己，会把这些细节的事情督促到位，我是能够做好的，也是能够在接下来的生活当中稳重的处理好个人的事情，真的很感激这次的养老院实践活动。

社会实践养老院篇五

暑假，和同学一起参加社会实践，去敬老院看望老人，也是在此次的实践里面让我知道老人们的生活是怎么样的，同时也是让我感触到的确社会有很多需要帮助，需要我们给予温暖的人，我也是在此次的实践里面有挺多的感触，我们要去珍惜，要懂得感恩。

这次的假期不太长，但是我也是利用好这段日子，去学习，同时和同学也是去敬老院实践去看望老人，以前也是参加过

学校组织的，但是和自己主动去参与也是有很大的区别，同时也是在此次的参与之中，感触到老人们的世界和我们也是有很多的不同，他们在敬老院的物质生活我们来看其实是有许多的不足，但是对于他们来说却是很好了，像手机他们没有很好的，可是我们确是很多的时候手机都是不愿离身的，甚至没有手机感觉都是挺难过，虽然学校也是不准我们带，但是在家的日子，放假的日子，手机一直陪伴我们，可是老师却是只有电视看，可是和他们聊天中却是发现他们也是不怎么去用，一些老人机也是用来打电话很多的功能都是没有。

像什么刷码支付，这些我们日常用到的，老人们都是没有，也是不懂得，很多科技的进步我们学习很快，但是老人却是没有那么容易，也是让我清楚，社会发展很快，我们要努力的学习，但是对于这些老人，我们更是要耐心的和他们去相处，去感受他们那不一样的世界。也是不能抛弃他们，更是要予以他们更多一些的理解，时代在变化，但是我们也是要懂得停下来等到那些走的慢一些的人，因为我们也是可能会变老的，也是会像他们那样，不再那么容易学习，去理解变化的。或许现在的我们还不是那么的理解，但是我也是在此次的实践里面有所感受，让我也是更加的明白每个人也是要多去理解他人，去感触他人的生活和方式，多一些了解。

我们的实践也是让我对于社会，对于他人多了很多的了解，或许目前来说还不是那么的深刻，但是也是让我以后的学习以及生活之中和他人的相处，会更懂得不再那么的只想着自己，而是多去考虑别人的想法和意见，多去理解他们。并且此次的实践也是让我知道有很多的人还需要我们去帮他们，我们也是要多利用好假期，去做一些对社会对他人有意的事情来让自己成长进步。

社会实践养老院篇六

社会实践报告是进行实践后的报告;是指有目的、有组织、有计划的深入实际、深入社会,对完成的社会实践活动的一个总结报告。在养老院实践如何写报告呢?下面本站小编整理了养老院社会实践报告20xx字,供你参考。

x年,在xx学院的号召下,为社会建设贡献一份力量,为提高自己各方面的能力,加深自己对社会的了解,我到自己所属的社区居委会进行了为期一周的实践活动。

在这一周的时间里,我和一起前来的伙伴们在领导的带领下来到社区养老院,早晨六点集合,从上午七点三十到下午四点,我们一直和老人们在一起,陪他们聊天,和他们一起吃饭、下棋……别看现在过完年已经好几天了,老人们的脸上却还洋溢着笑容,这种笑容是从内心里发出来的,和老人们在一起的时候,看到他们开心,我们也无比的开心。

x月x日那天,我们按照时间再次来到着养老院,今天也是我们实践活动的最后一天了,我们没有告诉老人们,不希望在这个日子里有着不舍,因为我们的到来,老人们已经把我们看成是自己的孙子孙女,其实我们的心里也是不舍。上午十点左右,陆续的来了几个叔叔阿姨,原来他们也是志愿者,来给老人们送祝福,呵呵,好事成双,我们这几个小伙子更是忙前忙后,向志愿者们学习经验!

恩,现在我写报告的时间离我实践结束也有好几天了,虽然我们实践结束了,但我们那几个人还不时去看望老人们,和老人们的相处是我的这个假期过得很愉快,很充实。

实践结束之后,我感到自己有很大收获:

一、待人要真诚

第一次踏进居委会办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和伙伴们打成一片，我心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意和我一起完成工作任务。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。

四、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是刘经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的中大师兄讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作

变得有序，效率也提高了。养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

短期的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

“只要人人都献出一点爱，世界就会变成美好的明天”，尊老爱幼是中华民族的传统美德，弘扬中华民族尊老、敬老的传统美德，努力营造社会和谐的良好氛围，学校组织我们寒假进行社会实践，而从小在爷爷奶奶的照顾下的我，毅然选择去养老院帮天下子女奉献孝心。

我们买了一大袋水果，刚一进去就看到养老院里有个很大的院子，里面有很多锻炼身体用的运动器械。有相当多的老人在锻炼身体，原来我们还很拘谨，以至于不敢向他们打招呼，但他们看到我们后很兴奋地向我们打招呼，渐渐地我们被这些可爱的老人用他们热情的欢迎感染了，一起聊起了天。在聊天的过程中我们知道这些老人在这儿住的时间长短不一，有刚来的，也有已经住了好几年的，他们都准备在这儿养老

了。接着，我们自愿举手帮助养老院的工作人员做了一次大扫除。

随后我们挨个看望了老人们，给老人们送去了温暖，在即将干完活时阿姨拉过我们，给我们讲这些日渐年迈的老人，给我们讲他们的思念，给我们讲他们的伤心，给我们讲他们的病痛。这些都与他们的孩子，一个个出门在外，一个个以赚钱为借口的不孝子。而这些老人之所以选择养老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天，一人自说自话，在孤独中老死；更因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近的人生观念，让他们更能感到夕阳无限好。而那些子女却不晓得，待到“子欲养而亲不待”之时才知道为时已晚。他们何时才会明白这些守候他们的父母希望的是每天见到自己。

小时候，父母牵着我们的手，教你慢慢用汤匙、用筷子吃东西、教你系鞋带、扣扣子、溜滑梯、教你穿衣服、梳头发、拧鼻涕。从不厌烦，从不要求什么回报，他们只是一心的希望我们好。怎么当他们老了，我们却厌烦他们的抱怨，厌烦他们的迟钝了呢？曾看到过一句话：孩子！当你还很小的时候，我花了很多时间。这些和你在一起的点点滴滴，是多么的令我怀念不已。所以，当我想不起来，接不上话时，请给我一点时间，等我一下，让我再想一想……正如古代先贤所提倡的，“老吾老以及人之老”要像对待自己长辈一样，善待天下所有的老人，尊老爱幼是我们应该做的事。

下午三点左右，天开始刮起了大风，乌云也慢慢遮住了天。老人们开始催促我们可以回家了，天要下雨了，要晚了。其实今天天气预报报道说多云，而这些老人就是担心，害怕我们淋了雨感冒，紧张我们晚了路上会有危险。他们就是这样总是时时刻刻在为着每个人担心着，为了出门在外的孩子担心，为着每一个忙碌的人担心，为着每一个善良的人担心。因为他们都是一群善良的人，可是这个世态炎凉的社会有过担心他们吗，有过为他们做什么吗？答案似毫没有，他们给善

良的他们是冷眼观看。

老人，是我们这个社会的弱势群体。“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”。我们应身肩重担，将尊老爱幼的中华民族传统美德发扬光大。这次社区实践活动不仅提高了我们的社会实践能力，增加了同学们的爱心，并且通过这次的活
动我深刻的理解了雷锋精神的伟大意义，大家都希望下次还有机会参加这样的活动，把雷锋精神继续传扬下去。

一、实践目的

随着人口老龄化的发展，老年人的身心健康状况越来越受人们的关注。由于有些老人的子女工作繁忙，无暇照顾老人，有的是子女常年出门在外，很少回家，老人们孤独寂寞，行动不便，又无人照顾，即使住进了养老院，内心也感受不到很多温暖，他们渴望得到家人和社会的更多的关怀。因此，通过实践，希望可以呼吁社会关注这群被遗忘的人，关爱这些老人，关注他们的身心健康，丰富他们的日常生活。一声问候，一个笑脸，一份爱心，让我们用我们的实际行动去温暖老人们的心窝，使他们爱的天空不再是灰色，而是充满了欢声笑语。开展献爱心活动，树敬老之风，促社会文明，关爱老人就是关爱明天的自己。

二、实践过程

1、送出爱的礼，走进爱的心

一大早，阳光明媚，我和几个同学就一起带着爱心礼物来到了养老院，我们把小小的礼物送到他们手里，却把大大的温暖送到了他们心里。老人们都很感动，和蔼可亲的，有的还和我们谈起心来！

有一位老爷爷是位退伍军人，老伴很早就过世了，他告诉我们，他的儿女常年在外，自己一个人很孤独，所以来敬老院

找找朋友，找点安慰，让自己不再那么寂寞！老人和我们谈起了他参军的情况时，很是感动，慷慨激昂，仿佛又回到了部队，眼睛里流露出的是兴奋与不舍，但可以看出其中夹杂着这么多年来辛酸泪，一个人的寂寞生活让他的面容更显憔悴了！

2、拉着爱的手，唱着爱的歌

让人难以忘怀的是80高龄的陈奶奶，老奶奶常年躺在床上，尽管行动不便，人老心不老，勤动手足脑；人老神不老，乐观精神好；人老气不老，烦愁被吓跑；人老志不老，奉献不能少；人老情不老，相伴乐陶陶；人老不服老，生活有目标；人老不摆老，学习永不骄；人老不怕老，困难吓不倒… …伴着动人的歌声，手着拉手，老奶奶露出了久违的笑，我们也笑了，笑得有点心疼，那一刻，真的很快乐。

3、进行深入调查

最后，我们找到了养老院的院长赵伯伯，聊起了养老院的近况。他告诉我们：“院里的老人们的基本物质生活还是有保障，也还算丰富，但精神生活就太贫乏了。老人们内心其实也和孩子们一样，他们更加害怕孤独，更加渴望得到温暖！有的老人表面上看起来很开心，但他们内心的那扇门却把自己关了起来，最痛苦的是，当想到亲人时，只能自己独自一人在黑夜里默默流泪。”正如，有的老人拉着你的手，滔滔不绝地诉说着坎坷的经历和家事，情到深处时，泪如雨下。落寞惆怅衰飒，似乎充斥着他们的整个生命。连容纳幸福快乐的空间都挤不进去，鹿鸣思长草，愁人思故乡。我想他们一定很思恋那个自己曾经住过大半辈子的家，因为在这里，幸福快乐并不是会蔓延到每一个角落，也并不惠及每一位老人。走出大门时，我看出了大家的依依不舍，也看到了有的人在偷偷擦眼泪。

三、实践结果

通过这次的关爱老人活动，可以看出老人们其实很怕孤独，一点点的关爱都可以让他们冰封的心融化，感受到人间的温情，要多陪他们聊聊天，多关爱他们。当子女不在身边的时候，老人们最需要的是有一份温暖的关怀和问候。

我们应该从各个方面关注他们的身心健康，因此，我建议：

1. 希望养老院可以建立老人活动中心，给老人们配备活动室，阅览室，保健室。老人可以到活动室里和别的伙伴们聊聊天，下下棋，活动室里还最好有健身器材，或者象棋，扑克，麻将等娱乐用品。活动中心还可以经常举办一些老年人活动，如老年人畅谈会，太极扇，太极拳比赛等等。
2. 进一步完善公共基础设施，美化公园，花园等公共场所，使得老人们除了在空闲时间可以去活动中心活动。
3. 对于子女不履行赡养义务的老人，希望政府相关部门要积极宣传法律知识，鼓励老人通过法律手段来维护自己的权益。
4. 希望政府部门能定期给这些老人发放生活补贴和置办生活用品，解决老人“老有所养”的问题。提高贫困老人的生活补助，为老人安置娱乐设施，即使是一台小小的电视机，也会使老人们身心愉悦，喜笑颜开的。
5. 希望医疗机构组织能够定期上门给老人看病，提倡志愿服务，保障老人们得身体健康。