

创意玩法 新意满满 线上线下都精彩

休闲娱乐类

趣味游园会:同学会主打的就是一个回忆满满、重回青春,时下流行的趣味游园会,可以根据参加人数、活动规模、具体喜好灵活安排。身体状况相对较好、较为年轻的老年朋友可以选择身体活动多一些的游园会项目,比如滚铁环、趣味保龄球、夹弹珠等“传统”项目,或是你比划我猜、喊数抱团(所有人围成一圈,主持人随机喊出数字,数字代表人数,该数字人数抱成一团既为成功,未能按照指定数字抱团的失败)等创意游戏。

桌游木玩赛:若是身体活动感觉比较吃力,也可以组织桌上木玩游戏比赛。本报此前曾报道很受老年朋友欢迎的丽水木玩,当地还组织了木玩嘉年华,益智健脑,有益身心。像是汉诺塔、叠叠高、华容道、七巧板,都是比较适合老年朋友的游戏。

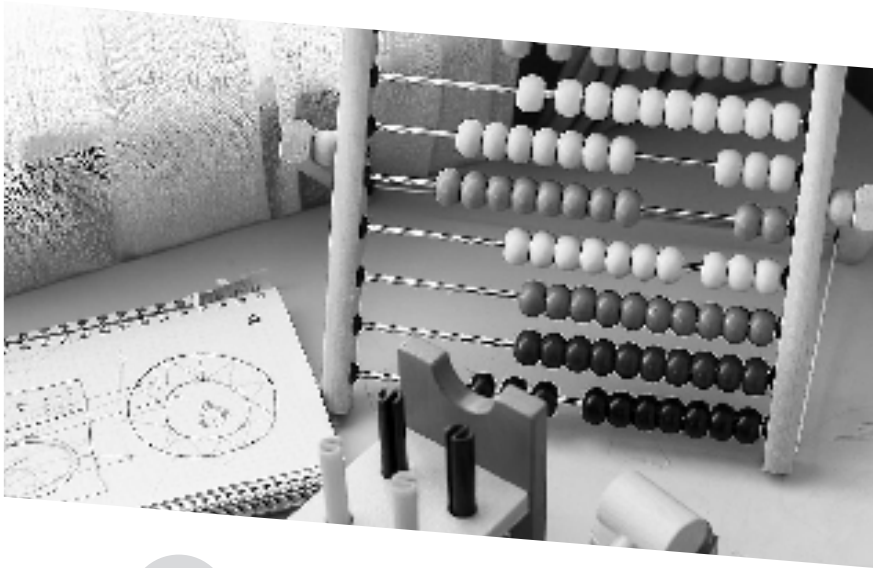
提醒:活动有趣,但需量力而行。参加运动类项目,要充分做好热身,活动过程中,如感到不适,及时停止,并寻求专业帮助。如开展桌上游戏活动,要注意不能久坐,适时起身活动舒展一下。

文艺雅集类

书画沙龙:一般来说,大家默认同学会的对象是青少年时期的同学,其实如今倡导终身教育,老年大学的同学会也可以组织起来。而且,老年大学的同学因为大家有着共同的兴趣爱好,可以组织针对性更强的活动。比如热爱书法、绘画的,可以以书画沙龙、展览的形式,既是学习成果的展示、交流,也有助于加强情感的链接。

歌舞会友:参加舞蹈、音乐方面学习的同学,除了可以组织内部的交流会,如果对自己的技艺比较有信心的,还可以把同学会办成对外的公益展演。既丰富了自己的生活,也给他人带来美的享受。

提醒:作品对外展演时,要放平心态。大家是抱着学习交流的态度组织活动,众口难调,部分观众有不同意见别太较真。



公益慈善类

绿色环保行:组织同学会,大家通常更热衷选择山清水秀、自然风光较好的地方。其实,也可以反向思考,是不是可以通过同学会,做一些更有意义的、有长远影响的事。比如可以组织公益植树活动、认领公益林地等,多年后树木长成,再到种植地看一看,颇有意义。如果人数不多,或是组织大中型活动有难度,也可以开展一些体验小活动,像是垃圾分类有奖竞

赛、废油做肥皂等,重在参与。

助学帮困团:老年朋友中能人、热心人不少,许多都有捐资助学或是支教的经历。可以以同学会的名义,开展助学帮困活动。其实,不一定要选择偏远的中西部地区,也可以关注身边的困难群体,比如在自己母校就读的孩子们中,是否有需要帮助的。

提醒:开展公益慈善类活动,要注意选择权威渠道,以免上当受骗。

健康养生类

分享交流会:随着年龄增长,大家对健康的需求愈发强烈,同学会也可以此为主题开展。比如同学当中职业是医生的,可以从专业角度与大家分享健康、养生知识;同学中对养生颇有心得的,可以轮流进行分享;同学中没有合适人选,也可尝试联系社区或社区卫生服务中心,请专业医生为大家作健康科普。

毅行走走团:Citywalk(城市漫步)是当下非常流行的一种旅行方式,用脚步丈量城市,感受角角落

落的美好。其实,这跟毅行有些类似,只不过 Citywalk 更强调“慢游”。可以针对一个城市或乡村列出几条适合 Citywalk 的线路,每次同学会逐一探寻,既能更加深入地体会、了解这一区域的风土人情,也给了参与者更多的期待。

提醒:健康养生心得的交流,要注意辨别虚假信息,以权威医疗机构或媒体发布的内容为准。Citywalk 强调“慢游”,切忌打卡式赶场,如时间不太充裕,可缩短行程、减少“打卡点”。

线上活动类

视频群聊:一般组织线下同学会后,大家都会建立线上联系,组建微信群。除了在微信群里互动外,还可以通过腾讯会议 App 组织线上视频同学会,更动态、实时。大家在应用市场下载腾讯会议 App 等同类软件后,可以选择微信或手机号登录。如果你是活动组织者,在首页选择快速会议,进入后,先选择开启视频,然后选择使用个人会议号,复制下方生成的个

人会议号,发送给参加此次线上同学会的人员,然后点击进入会议即可。如果是参加者,进入腾讯会议 App 首页,选择加入会议,在会议号一栏贴入组织者发送给你的个人会议号,依次选择开启麦克风、开启扬声器、开启视频,最后点击加入会议即可。

提醒:线上会议 App 的免费版对参加人数和持续时间均有限制,使用时需注意。

同学会的故事

本报记者 俞琪 整理

如今,随着时代发展,同学会也衍生出不少创新玩法。除了像金华一中同学会翻拍电视剧的形式,其实还有不少新鲜有趣的活动可尝试。今天,为大家梳理几个创意新玩法,供参考。

