

# Välkommen att diskutera om mentala resurser i ålderdomen. Vad tär eller när dem?

23.4.2025, kl. 14.00–16.00 på Societetshuset, Östra Tullgatan 7, Lovisa

Vilka saker i vår samtid stärker det mentala välbefinnandet i ålderdomen i vår stad och vilka faktorer försvagar det?

*Mentala resurser beror inte bara på individen, utan de formas också av nätverk av närstående och hela det omgivande samhället. Många människor funderar över sin egen och andras ork. Människor kan på många olika sätt påverka sitt eget och varandras sinnestillstånd i familjer, grannskap, skolor och arbetsplatser samt fritidsaktiviteter, kultur och idrott, media och politik.*

Målet med vårens Nationella dialoger är att skapa en bättre förståelse för vad människors mentala resurser bygger på under olika livsskeden och omständigheter – från barndom till ålderdom, i vardagen och vid omställningar. På vilket sätt kan vi nära tankens, känslans och fantasins krafter inom och runt oss själva?

Vi ordnar en diskussion för pensionerade Lovisabor, medlemmar i pensionärsföreningar, äldrerådet och rådet för personer med funktionsnedsättning samt i synnerhet för dig som inte brukar delta i sådana här diskussioner. Vi vill höra om just dina erfarenheter!

Diskussionen är en del av [Nationella dialoger](#). Runtom i Finland ordnas ett stort antal dialoger där deltagarna får föra en mångsidig diskussion, höra varandras åsikter, dela observationer och lära sig nya saker. Avsikten är inte att nå enighet utan att bygga upp en flerstämmig förståelse.

Av dialogerna sammanställs en sammanfattning som kan utnyttjas av alla. Sammanfattningen utnyttjas i statens, kommunernas och välfärdsområdenas förvaltning och beslutsfattande. Sammanfattningen utnyttjas även då Lovisa stads välfärdsgrupp bereder välfärdsplanen för 2026–2029.

Det finns plats för 8 personer i diskussionen. Anmäl dig senast den 15.4 till välfärdskoordinator Sara Tallsten, [sara.tallsten@loviisa.fi](mailto:sara.tallsten@loviisa.fi), tfn 040 676 4561.

Diskussionsarrangör

*Lovisa stad*

Mer information  
välfärdskoordinator Sara Tallsten, [sara.tallsten@loviisa.fi](mailto:sara.tallsten@loviisa.fi), tfn 040 676 4561

**Välkommen att delta! Du behövs!**