

Pensionärer i samhällsförändring

- det gäller att hänga med

8-9.4.2025 Kasnäs



8.4.2025

- 10.45 Ankomst till Söderlångvik (separat anmälan)
- 11.00 Lunch på Resturang Amos Krog
Presentation av Söderlångvik
- 12.15 Avfärd mot Kasnäs
- 13.00 **Hälsningstal** Jan-Peter Kullberg, SPF Åboland
Förbundets hälsning Ulla-Maj Wideroos, Svenska pensionärsförbundet
- 13.15 **Hur mår pensionärerna idag?** Ilona Salonen, Svenska pensionärsförbundets verksamhetsledare
- 13.30 *Bobarhet och boende - möjligheter och utmaningar*
- Bobarhet i skärgården**
Pia Prost och Cecilia Lundberg, Skärgårdsinstitutet vid Åbo Akademi
- Boendeformer i Åboland**
- Pensionärsbostadsföreningen i Houtskär rf
Cecilia Rehn och Annika Brunnsberg, styrelsemedlemmar
 - Självständigt, gemenskapligt seniorboende: BRB Pargas Seniorhem Ab
Annica Forssell, ombud
 - Seniorboendet Villa Sågvisken i Dalsbruk
Erika Strandberg, kommundirektör
- 15.00 Kaffe och frukt
- 15.30 *Ta hand om din kropp*
- Vad kan jag göra själv för min hälsa?**
Mårten Kvist, med. o kir.dr, docent
- Kraft i åren, hälsosamma rörelser för resten av livet**
Lenita Lundström, idrottsinstruktör Kimitoöns kommun
- 17.00 **Vi summerar dagen**
- 18.00 Fritid
- 19.00 Middag
Kimitoöns kommun 700 år
Dans

9.4.2025

7.30 – Frukost

9.00 *Är vår ekonomi tryggad?*

Pensionssystemet i balans eller obalans? Vad kan vi vänta oss av kommande pensionsreform – och varför görs den?

Calle Pettersson, VD, Pensionsförsäkringsbolaget Elo

Kommentarer och diskussion

10.00 **Seniorer som resurs för företag och samhället**

Maria Pick, projektledare Yrkeshögskolan Novia

Varför ska pensionärer arbeta?

Gruppdiskussioner

11.30 Utcheckning och lunch

12.30 *Den digitala utmaningen - hänger vi med?*

Digitaliseringen förändrar allt – eller...

Jerker Björkqvist, professor i datateknik, Åbo Akademi

Varför är det så svårt att bli digital?

Robert Riska, IT-koordinator, Svenska pensionärsförbundet

14.00 Ordet fritt och summering
Kaffe

Vi ger stafettpinnen till Åland

15.00 Seminariet är slut

15.30 Bussarna startar hemåt



I samma båt
samassa veneessä



Medfinansieras av
Europeiska unionen



**Svenska
kulturfonden**

SPF Åboland rf

https://aboland.spfpension.fi/skiftets_pensionarsparlament/