



Buts de la FAAG :
Développer le "pouvoir d'agir sur sa vie" : "empowerment", "capacitation"

La FAAG vise à développer et à transmettre un "pouvoir d'agir sur sa vie" en s'appropriant un savoir et "des tuyaux pour vieillir futé-e", en connaissance de cause dans les meilleures conditions possibles.

Vous pouvez y participer en rejoignant les "JEUDIS de la FAAG", conférences interactives qui ont lieu pendant plusieurs jeudis par an, de 14h30 à 16h30, à l'UOG, Université Ouvrière de Genève, 3 Place des Grottes, 1201 Genève.

Participation gratuite et sans préinscription.

Les JEUDIS de la FAAG traitent, généralement sur 2 séances, d'un thème qui touche les aîné-e-s. Animées par des spécialistes, ces séances favorisent le dialogue et l'échange mutuel des expériences et connaissances avec et entre participant-e-s sur des sujets souvent novateurs, méconnus ou ignorés.

Les documents de chaque JEUDI sont accessibles sur www.faaq-ge.ch, une vraie mine de savoir sur le Bien vieillir !

Sujets traités (sélection) :

[Activité sexuelle en avançant en âge : non à l'obsolescence](#) ! L'art de bien vieillir : buts personnels, défis et stratégies, Ma santé, les ordinateurs et moi: la médecine - données médicales - intelligence artificielle, Dossier électronique médical du patient CARA, Le Guide VieSA pour développer mon itinéraire de santé personnalisé, Pistes pour surmonter la peur de vieillir, [www.faaq-ge.ch/post/pour-une-autre-image-du-vieillissement](#), [www.faaq-ge.ch/post/hypertension-artérielle-et-âge](#), [www.faaq-ge.ch/post/climat-bouleversé-en-quoi-aîné-es-spécialement-affecté-es-possibilités-de-ré-agir](#), [www.faaq-ge.ch/post/astuces-pour-rendre-plus-facile-la-vie-en-vieillissant](#), [Non le vieillissement n'est pas un "accident de la vie", ni synonyme d'un handicap !](#) Renouvellement cellulaire permanent de la naissance jusqu'à la mort ? Douleurs et âge, Habitat des personnes âgées, Savoir être Proche aidant-e, Alimentation et digestion, Prendre soin de mon bien-être psychique, Mes cinq sens ... Passeport sensoriel, Quelles bonnes postures et quels gestes dans nos activités quotidiennes ? Accompagnement spirituel et rituels, Âgisme vs réalité, Savoir s'adapter / être résilient, Une ossature saine / prévention des chutes et fractures, Amour à tout âge, Vieillir à domicile, en EMS, ou en IEPA ou aménager son domicile ? Addictions et vieillissement, Directives anticipées et Mandat pour cause d'inaptitude, Vivre sa fin de vie, Faire de mon stress mon ami, Grand âge : comment faire face ? Faut-il se vacciner contre la grippe ? Bien vieillir avec le diabète et d'autres maladies chroniques, Vieille peau : comment en prendre soin ? Trouver son style de vêtement, Bien dormir, Mobilité dans la ville et personnes âgées, Dents, Découragement, tristesse et dépression, Incontinence, Age et mémoire, Arthrose, Sexualité, Attaque cérébrale, Communiquer avec son médecin, Maltraitance des personnes âgées, Bénévolat, Deuil, Surmédication, Solitude, isolement et solidarité, ...

Prochains JEUDIS de la FAAG :

Comment vivre au grand âge ? 2 et 16 octobre 2025

Séance 1 : Comment vit-on comme centenaire en Suisse et à Genève ? Présentation des résultats de <https://wp.unil.ch/swiss100/fr> avec prof. Daniela Jopp, Cheffe de projet principale SWISS100, Uni de Lausanne et Pablo Ferreiro, Délégué à la longue vie - Ville de Genève & Natacha Wüst, Chancellerie d'État qui ont rendu visite à des jubilaires centenaires à Genève.

Séance 2 : COGERIA. Dispositif cantonal de coordination des soins santé-social des personnes âgées fragiles <https://www.faaq-ge.ch/post/comment-vivre-au-grand-âge>

Séance 2 : COGERIA. Dispositif cantonal de coordination des soins santé-social des personnes âgées fragiles, <https://www.ge.ch/cogeria-personne-agee-fragile> avec Sabine Alder, assistante sociale Pro Senectute à COGERIA et Béatrice Hirsch, responsable de l'équipe infirmière IMAD de COGERIA

Solitude et isolement social en vieillissant, 13 et 27 novembre 2025

Séance 1 : **Projection [court-métrage "Le Poids du Vide"](#) suivi d'échange : réactions ? quoi faire ?** avec son réalisateur William Chalaby, échange co-animé par Hans Peter Graf, FAAG & Catherine Bernasconi Franchet, présidente du Cercle des Tillots. Association des seniors de Genolier et environs

Séance 2 : **Isolement et solitude. État des lieux. Quoi faire ?** avec par Myriam Girardin, Dr. en sociologie, collaboratrice scientifique à l'Observatoire des familles, Uni GE <https://www.faaq-ge.ch/post/solitude-et-isolement-social-en-vieillissant>

Intéressé-e ? Adressez un courriel à notre secrétariat faaq@vtxnet.ch

Vous recevrez ainsi nos invitations

ou pourriez demander une prise de contact avec un membre de notre Conseil de fondation : la FAAG organise **aussi des conférences extra muros** devant différents publics / associations / communes, voir p.ex. [www.faaq-ge.ch/post/répondre-aux-défis-du-grand-âge-et-en-saisir-les-chances](#), ou [www.faaq-ge.ch/post/bien-vieillir-en-restant-chez-moi-comment-adapter-mon-logement-pourquoi-pas-le-partager-avec-une](#) [www.faaq-ge.ch/post/vieillir-en-bonne-santé-état-de-la-situation](#) ou [www.faaq-ge.ch/post/l-isolement-en-question-rencontre-des-visiteurs-euses-des-paroisses-de](#) ou [www.faaq-ge.ch/post/apege-ma-retraite-sans-mettre-en-retrait](#) ou [www.faaq-ge.ch/post/habitat-des-personnes-âgées-la-situation-à-genève](#)