FAAG
Fondation pour la Formation
des Aînées et des Aînés de Genève

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. Elle s'engage donc pour une perception éclairée et différenciée du vieillissement pour surmonter les discriminations liées à l'âge, l'âgisme et l'auto-âgisme encore largement prédominants dans la société y c. parmi les aîné·e·s !
Voir dossier très complet sur www.faag-ge.ch/agisme-discriminations-international

En 2027 la FAAG organisera principalement des conférences extra-muros devant différents publics / associations / communes, voir p.ex. www.faag-ge.ch/post/vieillir-tout-en-restant-autonome-impossible ? www.faag-ge.ch/post/répondre-aux-défis-du-grand-âge-et-en-saisir-les-chances, ou www.faag-ge.ch/post/bien-vieillir-en-restant-chez-moi-comment-adapter-mon-logement-pourquoi-pas-le-partager-avec-une ou www.faag-ge.ch/post/vieillir-en-bonne-santé-état-de-la-situation ou www.faag-ge.ch/post/l-isolement-en-question-rencontre-des-visiteurs-euses-des-paroisses-de ou www.faag-ge.ch/post/apege-ma-retraite-sans-me-mettre-en-retrait ou www.faag-ge.ch/post/habitat-des-personnes-âgées-la-situation-à-genève

Depuis 2006 sa principale activité consiste dans l'organisation des "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.

Chaque JEUDI de la FAAG aborde un thème qui touche les aîné·e·s.
Animé par des spécialistes, il favorise le dialogue, l'échange mutuel des expériences & connaissances avec & entre participants sur des sujets souvent novateurs, méconnus ou ignorés

Les documents de chaque JEUDI sont accessibles sur www.faag-ge.ch :
une vraie mine de savoir et de développement d'aptitudes pour le Bien vieillir !

Sujets traités (sélection) :
www.faag-ge.ch/post/empowerment-pour-avancer-en-âge-en-connaissance-de-cause-plutôt-qu-en-regardant-dans-le-rétroviseur, www.faag-ge.ch/post/aïe-aïe-mes-articulations-me-font-souffrir-mais-je-m-en-occupe, www.faage.ch/post/gardersaformephysiqueequilibremobilite, www.faag-ge.ch/post/comment-vivre-au-grand-âge (Centenaires, COGERIA), www.faag-ge.ch/post/solitude-et-isolement-social-en-vieillissant, 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.faag-ge.ch/post/pour-une-autre-image-du-vieillissement, www.faag-ge.ch/post/hypertension-artérielle-et-âge, www.faag-ge.ch/post/climat-bouleversé-en-quoi-aîné-es-spécialement-affecté-es-possibilités-de-ré-agir, www.faag-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 à l'Université ouvrière de Genève, pl. des Grottes 3

Ma mémoire change, et je l'apprivoise. Constats et stratégies…19 **avril 14h30-16h30** (entrée libre) avec Dr Anne-Claude Juillerat Van der Linden, Neuropsychologue, Chargée de cours Uni GE

Quelles bonnes postures et quels gestes dans nos activités quotidiennes ? **13 mai**
(sous réserve d'OK de l'ergonome intervenante, peut-être repoussé à un subséquent jeudi)
plus d'informations (flyer d'invitation, documents) **le moment venu sur www.faag-ge.ch**

Intéressé·e ? Adressez un courriel à faag@vtxnet.ch

Vous recevrez ainsi nos invitations ou pouvez avoir un contact avec un membre de notre Conseil de fondation