

## Thèmes traités aux JEUDIS de la FAAG de 2006 à aujourd'hui

JEUDISFAAG\_Liste\_pourSite\_20230612.doc/pdf

Entre 2006 et maintenant, près de 70 sessions, soit plus de 120 séances de JEUDIS de la FAAG ont traité un large éventail de thèmes souvent innovateurs. Les fichiers des présentations et autres documents y distribués représentent "une mine d'or" selon certains de nos interlocuteurs.

Dans le présent nouveau site de la FAAG, mis en ligne en février 2021 nous chercherons à les rendre graduellement accessibles pour autant que nous pourrions les retrouver.

Comment se repérer dans cette masse de documents ? Consultez d'abord la liste chronologique des thèmes traités lors de chaque session. Ensuite, soit

→ cliquez sur l'encadré *JEUDIS de la FAAG passés depuis 2006 sujets et documents*. En savoir plus qui ouvrira une très longue page listant chronologiquement toutes les sessions soit (accès plus rapide)

→ tapez le titre d'une session ou un mot clé (p.ex. *rituels* ou *malentendance*) dans la fenêtre avec la loupe : s'afficheront alors les pages ou documents y relatifs accessibles sur notre site si vous ne trouvez rien, adressez un courriel à [faag@uog.ch](mailto:faag@uog.ch)

### 2023

#### **Hypertonie / Hypertension artérielle et âge**

2 et 23 novembre

##### **Séance 1 Comment prévenir ?**

avec Prof Antoinette Pécherre-Bertschi, Médecin-adjointe agréée responsable de l'unité hypertension

##### **Séance 2 Arrêt cardiaque: comment détecter ? quoi faire ? quelle prévention secondaire ?**

avec ?? Dr Frédéric Sittarame Médecin coordinateur du programme Diafit, HUG ou ?? Dr Philippe Meyer, cardiologue

#### **Renouvellement cellulaire permanent de la naissance jusqu'à la mort ?**

5 octobre 2023

Conférence par la Professeure Brigitte Galliot, Vice-rectrice de l'Université de Genève, directrice du Laboratoire de régénération et neurogénèse adulte à la Faculté des Sciences, professeure honoraire Université de Genève

<https://www.faag-ge.ch/post/renouvellement-cellulaire-permanent-de-la-naissance-jusqu-a-la-mort> (page encore vide)

#### **Climat bouleversé: en quoi aîné·es spécialement affecté·es ?**

##### **Possibilités de (ré-)agir ?**

1er et 15 juin 2023

##### **Séance 1: Problèmes de thermorégulation liés à l'âge: comment faire face?**

Prof. François Herrmann, Médecin adjoint agrégé, Directeur académique du Département de réadaptation et gériatrie, HUG 52 participant-e-s  
et Véronique Delley, Conseillère scientifique à la Direction générale de santé

##### **Séance 2: Bouleversement climatique: que pouvons-nous faire ?**

Jacqueline Lecocq, Présidente Grands-Parents pour le Climat-Genève

Anne Mahrer, Co-présidente Aînées pour la protection du climat

à venir : <https://www.faag-ge.ch/post/climat-bouleversé-en-quoi-aîné-es-spécialement-affecté-es-possibilités-de-ré-agir>

#### **"Douleurs et âge: nouvelles approches ?"**

16 février et 2 mars 2023

##### **Séance 1 : Pour une approche globale des douleurs chroniques** 57 participant-e-s

Prof. em. Anne-Françoise Allaz, Spécialiste douleur SPS, ancienne cheffe du Département de médecine interne générale, réhabilitation et gériatrie, HUG et UniGE

##### **Séance 2 : Recours aux cannabinoïdes pour soulager ses douleurs chroniques ?**

avec Prof. Barbara Broers, Unité des dépendances HUG, 42 participant-e-s  
co-présidente Société suisse du cannabis en médecine

à venir : <https://www.faaq-ge.ch/post/douleurs-et-âge-nouvelles-approches>

## 2022

### "Savoir être Proche aidant-e"

10 et 24 novembre 2022

Séance 1 : **Un-e proche dépend de mon aide : à quels soutiens pouvons-nous recourir ?**  
avec Véronique Petoud, Déléguée cantonale aux personnes proches aidantes  
Corinne Wehrli et Walid Douab, responsables du Service d'accompagnement à domicile et de la Consultation sociale individuelle de Pro Senectute GE

Séance 2 : **Étapes et situations vécues en tant que proche aidant-e : témoignages, hésitations, questions, souhaits, pièges, comment faire ?**

avec Véronique Petoud, Déléguée cantonale aux personnes proches aidantes

<https://www.faaq-ge.ch/post/savoir-etre-proche-aidant-e>

### Vieillesse, alimentation, digestion et bien-être : vérités et mythes

2 et 16 juin 2022

Séance 1 : **Comprendre comment ça fonctionne et l'impact sur notre bien-être ...**

avec Prof. em. Dr Claude Pichard, Gastroentérologue FMH

Séance 2 : **Indigestions, flatulence, constipation, diarrhées, inflammations intestinales, incidences de médicaments : Comment prendre soin au mieux de notre métabolisme et transit ?**

avec Dre Caroline Bastid, cheffe de clinique, Service de gastro-entérologie et hépatologie HUG

### Astuces pour rendre plus facile la vie en vieillissant

31 mars et 7 avril 2022

Séance 1 : **Produits, équipements, prestations nous facilitant la vie**

avec Nathalie Stump, ergothérapeute retraitée

Séance 2 : **A quelles stratégies, comportements et attitudes recourir ?**

avec Daniela Jopp, prof. UNIL, Institut de psychologie, membre du Centre interdisciplinaire de recherche sur les parcours de vie et les vulnérabilités

[www.faaq-ge.ch/post/astuces-pour-rendre-plus-facile-la-vie-en-vieillissant](http://www.faaq-ge.ch/post/astuces-pour-rendre-plus-facile-la-vie-en-vieillissant)

## 2021

### Comment prendre soin de mon bien-être psychique avec des actions concrètes ?

18 novembre et 2 décembre 2021

avec Ariane Zinder, Psychologue, Pro Mente Sana Genève

Séance 1: **La santé mentale, c'est quoi ? Ce que j'ai déjà pour mon bien-être psychique...**

Séance 2: **Ce que je peux faire ... Comment améliorer ma santé mentale par des actions concrètes ?**

### Mes cinq sens pour être en lien avec moi-même et les autres

30 septembre et 14 octobre 2021

Séance 1 : **Le lien entre perception sensorielle, la mémoire et les émotions**

Françoise ROBELLAZ, infirmière enseignante, praticienne en aromathérapie et olfactothérapie

Séance 2 : **Le Passeport sensoriel pour me (faire) découvrir**

Jean-Philippe ASSAL, professeur honoraire en éducation thérapeutique, diabétologue et Tiziana ASSAL, historienne de l'art et enseignante

[www.faaq-ge.ch/post/découvrir-mes-cinq-sens-pour-être-en-lien-avec-moi-même-et-les-autres](http://www.faaq-ge.ch/post/découvrir-mes-cinq-sens-pour-être-en-lien-avec-moi-même-et-les-autres)

## **Bouger, c'est la vie !**

10 et 24 juin 2021

Séance 1 : **Dans ma vie quotidienne : bouger confortablement et dans la durée**

Laura FONTANA, enseignante Feldenkrais, diplômée et certifiée ASF, musicienne

Séance 2 : **Quelles bonnes postures et quels gestes dans nos activités quotidiennes ?**

Pily CLEMENTE, formatrice diplômée de sécurité en gestes et postures, coach en ergonomie

<https://www.faaq-ge.ch/post/bouger-c-est-la-vie>

## **Image de la personne âgée : âgisme vs réalité**

24 septembre et 15 octobre 2020

Séance 1 : **Âgisme : évolution des représentations de la vieillesse**

Dominique DIRLEWANGER, historien, auteur de *Les couleurs de la vieillesse*

Séance 2 **Repenser l'âge et le vivre différemment**

Markus ZÜRCHER, Secrétaire général Académie suisse des sciences humaines et sociales et coordinateur de a+ Swiss Platform Ageing Society

## **Accompagnement spirituel et rituels pour mieux (aider à) faire face aux événements de la vie**

5 et 12 mars 2020

Séance 1 : **Accompagnement spirituel : des pistes pour aller à la rencontre de l'autre et de nous-mêmes**

Catherine BOLLONDI, infirmière spécialiste clinique en soins palliatifs, HUG

Séance 2 : **Quels rituels pour faire face à nos pertes ?**

Anna Homère, musicothérapeute et professionnelle en accompagnement rituel

[www.faaq-ge.ch/post/accompagnement-spirituel-et-rituels-pour-mieux-aider-a-faire-face-aux-evenements-de-la-vie](http://www.faaq-ge.ch/post/accompagnement-spirituel-et-rituels-pour-mieux-aider-a-faire-face-aux-evenements-de-la-vie)

## **2019**

### **Même en avançant en âge : Qu'on est bien dans ces bras-là !**

7 et 21 novembre 2019

Séance 1 : **Femme et seule à 60 ans. Projection du film "Les dames"** en présence de Noëlle CLERC et Marion JEANMONOD, protagonistes du film

Séance 2 : **L'amour à tout âge : sentiments, amour, tendresse ...**

Anaëlle GAVIN, assistante et doctorante UNIL, Centre de recherche en psychologie de la santé, du vieillissement et du sport suivie de retours d'expériences de la part des participants dans la salle et d'une discussion

### **Une ossature saine tout au long de la vie**

26 septembre et 10 octobre 2019

Séance 1 : **Mes os vieillissent : défis et opportunités**

Dr Andrea TROMBETTI, PD, médecin adjoint agrégé,

HUG, Service des maladies osseuses

Séance 2 : **Prévenir les chutes et les fractures par l'exercice** Dr Andrea TROMBETTI et Nadège ALLAKI, animatrice Rythmique Jaques-Dalcroze pour les seniors

<https://www.faaq-ge.ch/post/une-ossature-saine-tout-au-long-de-la-vie>

### **En vieillissant : savoir s'adapter / être résilient**

2 et 16 mai 2019

Séance 1 : **Le vieillissement n'est pas un naufrage : Charger sa réserve cognitive pour mieux faire face aux aléas de sa vie**

Dr méd. Yves DUNANT, neurobiologiste, professeur

hon. UniGE en Neurosciences fondamentales

Séance 2 : **Chacun porte en soi une force insoupçonnée. Comment "se relever" d'un accident de la vie ?**

Dr méd. Nicolas DE TONNAC, médecin psychiatre retraité des HUG, président de Pro Infirmis Genève, auteur de Chacun porte en soi une force insoupçonnée (2018)

### **Malentendance liée à l'âge : comment faire face ?**

28 février et 14 mars 2019

#### **Séance 1 : Surdité liée à l'âge**

Dr med. Thierry DEONNA, professeur em. en Neurologie (UNIL/CHUV)

#### **O   trouver conseil et aide ?**

Présentation de l'Association Genevoise des Malentendants

Françoise PERDICHIZZI-REYES Coordinatrice AGM

#### **Séance 2 : Comment communiquer avec une personne malentendante ?**

Dr med. Pierre LIARD, ORL, président AGM et Mmes Marialuisa BONVIN & Valérie

STUDEMANN, enseignantes en Lecture labiale

<https://www.faag-ge.ch/post/malentendance-liée-à-l-âge-comment-faire-face>

## **2018**

### **Dans nos quatre murs ou en sortant : vieillir en toute sécurité en prévenant les accidents**

15 et 29 novembre 2018

**Séance 1 : Chutes et autres accidents des personnes âgées : où ? pourquoi ? avec quelles conséquences** Mark Williams, Chef des délégués bpa à la sécurité pour le Sud-ouest de la Suisse, formateur à la prévention des accidents, bpa - Bureau de prévention des accidents

#### **Séance 2 : Comment prévenir les chutes ?**

Elisabeth Korb Fournier, ergothérapeute **diplômée** HES, en cabinet indépendant et Isabelle

Sch  rer, physiothérapeute diplômée HES, Physiothérapie de Rive

### **En bonne santé à tous les âges de la vie.**

#### **Débat à l'occasion des 10 ans du décès du regretté Prof. Charles-Henri Rapin et des 12 ans de la FAAG devant 102 participant-e-s**

11 novembre 2018

Message introductif par M. le Conseiller d'  tat Mauro Poggia, président du Département de l'emploi, et de la santé

Le roman de Charles-Henri Rapin : un témoignage pour aujourd'hui ? Prof. Martine Ruchat, Uni GE

Quelle est la réalité aujourd'hui ? Trois   clairages

- Dr Philippe Schaller, co-fondateur du Groupe Médical d'Onex et de Cité générations
- Dr Yves Beyeler, Médecin de famille à la retraite, Groupe genevois des praticiens en soins palliatifs
- Prof. Jacques-André Romand, Médecin cantonal en échange avec le public

20 septembre et 4 octobre 2018

### **Ma santé et mes biens : anticiper ce que je voudrais en cas d'incapacité de discernement**

#### **Séance 1 : Directives anticipées et Planification préalable des soins**

Professeure Sophie Pautex, Médecin adjointe agrégée HUG, responsable de l'Unité de gériatrie et de soins palliatifs communautaires

#### **Séance 2 : Mandat pour cause d'incapacité et nouveau droit de la protection des adultes**

Me Micaela Vaerini, Docteure en droit, Avocate spécialiste FSA droit de la famille, Chargée d'enseignement à l'Université de Genève, cofondatrice de Senior law, réseau de praticiens suisses qui comptent parmi leurs domaines principaux d'activité le droit des personnes âgées.

### **Addictions et vieillissement**

3 et 17 mai 2018

**Séance 1 : Rester accro à la vie sans être addict-e !**

Jean Zufferey, thérapeute systémique de couple et de famille, assistant social retraité du Service d'addictologie, HUG, président de l'association Trajectoires

**Séance 2 : Alcool(-isme) et âge**

Dr Richard Beauverd, médecin alcoologue, Centre de consultation FAS-Fondation d'aide au traitement

**Vieillir à domicile, en EMS, ou en IEPA ? ou ailleurs**

22 février, 8 et 22 mars 2018

<https://www.faag-ge.ch/post/vieillir-à-domicile-en-ems-ou-en-iepa-ou-ailleurs-22-février-8-et-22-mars-2018>

**Séance 1 : Déménager en EMS ?**

James WAMPFLER, Directeur Résidences FAHPA - Fondation pour l'accueil et l'hébergement de personnes âgées (EMS Fort-Barreau + Les Tilleuls)

avec le concours de Agnès Mollet, assistante sociale HUG, Cyrus Mechkat, architecte, président FAAG, Hans Peter Graf, gérontologue, membre FAAG

**Séance 2 : Aménager son domicile ou déménager en d'autres structures ?**

- Adaptabilité du domicile avec Cyrus Mechkat, architecte, président FAAG
- Prestation de l'ergothérapeute avec Catherine Bernier, responsable d'équipe, imad
- Habiter en IEPA avec Megan A. Bowyer, responsable d'équipe, imad
- Logements pour personnes âgées autonomes au-dessus de l'EMS Stella avec Philippe Gueninchault, Directeur des EMS Lauriers et Stella
- L'ADRET - projet d'habitations à vocation intergénérationnelle avec Laurent Beausoleil, Directeur des EMS de Lancy

**Séance 3 : Qu'est-ce que la vie en EMS ?**

James Wampfler, Directeur EMS Fort-Barreau & Les Tilleuls et Stéphane Moiroux, infirmier coordinateur, EMS Résidence Beauregard et Villa Mona

**2017**

**Faire de mon stress mon ami**

16 et 30 novembre 2017

Prof. hon. UNIL Roger Darioli, Dr méd., spécialiste en promotion de la santé et en prévention cardiovasculaire

Séance 1 : Le stress – un atout indispensable pour notre survie

Séance 2 : Je suis stressé-e : comment m'y prendre ?

**Vivre sa fin de vie : la subir, l'accepter ou l'accueillir ?**

21 septembre et 5 octobre + Atelier 19 octobre 2017

[www.faag-ge.ch/post/vivre-sa-fin-de-vie-la-subir-l-accepter-ou-l-accueillir](http://www.faag-ge.ch/post/vivre-sa-fin-de-vie-la-subir-l-accepter-ou-l-accueillir)

Dr Yves Beyeler, Médecine interne générale FMH, Groupe Genevois de Praticiens en Soins Palliatifs, ancien médecin chef de la Clinique genevoise de Montana, ancien médecin chef a.i. du CESCO - Hôpital de Bellerive

Madame Elvira Ivanova Nicoucar, Groupe des infirmières indépendantes, Spécialiste clinique en soins palliatifs CAS

Séance 1 : **Mieux vivre sa fin de vie : l'expérience des soins palliatifs**

Séance 2 : **Fin de vie, soins palliatifs : à qui s'adresser ?**

avec la participation aussi de Anne-Marie Struijk-Mottu, présidente de la Maison de Tara, de Jean-Marie Carron, directeur général de plusieurs EMS

Atelier à Cité seniors : **Nos expériences avec les Directives anticipées**

Dr François Loew, gériatre, président du Conseil d'éthique de la FEGEMS

**Une alimentation adéquate : un "moteur" tout au long de la vie**

4 et 18 mai + Atelier 1<sup>er</sup> juin 2017

**Séance 1 : Comment mon corps se nourrit ? Alimenter mon organisme avec suffisamment de bon carburant**

Dre Stéphanie Vergotte, médecin nutritionniste, Hôpital de la Tour

**Séance 2 : Petite table, couvre-toi : me nourrir sainement avec plaisir**

Pierre-Eugène Savary, nutritionniste aux HUG et diététicien indépendant

Atelier à Cité seniors : **En avançant dans ma vie, les recettes de grand-mère sont-elles encore adéquates ?** Échange entre participants et spécialistes. Apporter vos livres de recettes

Pierre-Eugène Savary, diététicien-nutritionniste et Annick Hilaire, Archives de la Vie Privée et organisatrice des Partages culinaires à Pully

**Le vieillissement doit-il être douloureux ?**

23 février et 9 mars 2017

**Séance 1 : Souffrir n'est pas une fatalité ! Historique, typologie, mécanismes de genèse et fonctions des douleurs**, suivi d'échange avec les participant-e-s

Anne-Marie Duca Vitti, Présidente Association internationale "Ensemble contre la douleur", Directrice retraitée d'hôpital et de réseau de soins, Mastère en Soins palliatifs et thanatologie IUKB, accompagnée pour compléments et réponses à vos questions par Dr Hubert Vuagnat, Médecin chef du Centre plaies et cicatrisation, HUG, anc. Chef du Service de réadaptation médicale

**Séance 2 : Douleur : comment faire face ? Approches thérapeutiques, techniques et tuyaux pour soulager les douleurs ressenties.** Retour sur vos pratiques, suggestions et questions notées le 23 février

Anne-Marie Duca Vitti, ..., accompagnée, pour compléments et réponses à vos questions par Dre Laura Di Pollina, Spécialiste FMH Médecine Interne et Gériatrie, anc. Médecin adjointe responsable de l'Unité de gériatrie communautaire, HUG et Catherine Brönnimann, psychosopro-thérapeute, dipl. en hypnose (irhys) et CAS en mindfulness

**2016**

**Grand âge : comment faire face ?**

10 et 24 novembre 2016,

**Séance 1 : Grand âge : des réalités très inégales. Indépendance fonctionnelle, fragilité, dépendance, autonomie**

Hans Peter Graf, Dr sc. pol., retraité actif engagé pour le "Bien vieillir", membre du Conseil de fondation de la FAAG

**Séance 2 : Comment les aînés vivant seuls utilisent leur pouvoir d'agir ?**

Marion Droz Mendelzweig, professeure de l'Institut et Haute École de la Santé La Source, Laboratoire d'enseignement et de recherche Vieillesse et santé, anthropologue, docteure en sciences sociales et politiques

**Faut-il se vacciner contre la grippe ?**

22 septembre et 6 octobre 2016

**Séance 1 : Vaccin antigrippal : me protéger et protéger les autres ?**

Dre Tiziana Farinelli Ebengo, médecin spécialisée en médecine interne et santé publique, coordinatrice du programme « Unis contre la grippe » (OFSP)

**Séance 2 : Grippe : se vacciner ou ne pas se vacciner ? Qu'en penser ? Y a-t-il des alternatives ou des stratégies complémentaires ? Débat** avec les participant-e-s animé par Dr Jean-Paul Humair, FMH Médecine interne générale, MPH, Médecin adjoint agrégé, Service de médecine de premier recours aux HUG et

Dr Guy Loutan, médecin homéopathe, SSMH, MFFHom psychosomatique AMPP

**Bien vieillir avec le diabète et d'autres maladies chroniques**

26 mai et 9 juin 2016

**Séance 1 : Prévention et dépistage du diabète**

Lucienne Annouillès, infirmière clinicienne en diabétologie, et Odile Rossetti Olaniyi, diététicienne diplômée, Association Genevoise des Diabétiques

**Séance 2 : Apprendre à soigner sa santé et à vivre avec ses maladies**

Pr. Alain Golay, Médecin-chef du Service d'Enseignement thérapeutique pour maladies chroniques aux HUG

### **Vieille peau : comment en prendre soin ?**

25 février et 10 mars 2016

Séance 1 : **La peau, enveloppe protectrice délicate en régénération constante, comment en prendre soin ?**

Séance 2 : **Peau en danger ou lésée, comment faire pour la protéger et la soigner ?**

Dr Hubert Vuagnat, médecin chef du Centre Plaies et Cicatrisation HUG, Marie-Hélène Tarteaut, infirmière spécialiste clinique retraitée

## **2015**

### **Maintenir nos pieds en forme afin d'avancer tout au long de la vie**

12 + 26 novembre 2015

Séance 1 : **Mes pieds me font du souci !** Exposé introductif suivi d'échange avec les participant-e-s en vue d'identifier les difficultés rencontrées et ce qui en découle

Séance 2 : **Mieux prendre soin de mes pieds, mais comment ?** Réponses à mes questions et pistes à suivre

Helena Chanson Höglund, Podologue, Master en santé publique et Thomas Muller, Podologue spécialisé en diabétologie et enseignement thérapeutique du patient

<https://www.faag-ge.ch/post/maintenir-nos-pieds-en-forme-afin-d-avancer-tout-au-long-de-la-vie>

### **Adapter mon domicile à mes besoins et situations de vie**

24 septembre et 8 octobre 2015

Séance 1 : **Quelles questions se poser et quoi faire ?**

Séance 2 : **Un étudiant sous mon toit : 1h par m<sup>2</sup>** : projet de loger des étudiants en échange de menus services ... Présentation du projet visant à offrir du logement

intergénérationnel et convivial, en voie de lancement à l'Uni de Genève, suivie de témoignages et d'un échange avec le public, afin de voir comment le faire réussir

Cyrus Mechkat, architecte, Hans Peter Graf, gérontologue, Sabine Estier Thévenoz, formatrice du projet *1h par m<sup>2</sup>*

### **L'habit fait le moine... à tout âge ?**

21 mai et 4 juin 2015

Séance 1 : **Trouver son style de vêtement, en prenant des années, pour être bien dans ses pompes**

Catherine Brönnimann, psycho-sophro-thérapeute, ancienne professeure à la Haute école d'art et de design (HEAD) Genève

Séance 2 : **“ Coquette ou coquet à 77 ans ? ”**

Catherine Brönnimann et Éliane Perrin, professeure de socio-anthropologie du corps et de la santé retraitée de la Haute École de santé (HEdS) Genève

### **Bien dormir pour bien vieillir ?**

26 février et 5 mars 2015

Dre Katerina Espa-Cervena (psychiatre), médecin adjoint, Laboratoire du sommeil HUG

Séance 1 : **État de la question : sommes-nous tous à la même enseigne ?**

Séance 2 : **Stratégies pour apprivoiser son sommeil**

## **2014**

### **Bien-mourir : peut-on bien vivre jusqu'à la fin ?**

5 et 11 décembre 2014

Séance 1 : **Une mort douce est-elle possible ?**

Dre Monica Escher Imhof, médecin en soins palliatifs

## Séance 2 : **Peut-on bien mourir aujourd'hui ?**

Dre Dominique Hegelbach, médecin de famille et médecin-répondante EMS, consultante à domicile et spécialiste des questions des soins palliatifs

## **Mobilité dans la ville et personnes âgées**

25 septembre et 9 octobre 2014.

### Séance 1 : **Cohabitation cyclistes-piétons : le "Vivre ensemble" est possible**

Serge Leuba et Micheline Toscano, membres Conseil des anciens de Genève - CdA ; Rolin Wavre et Lionel Ricou, Comité de Pro Velo Genève ; Patrick Lacourt et Marco Ziegler, Comité de Mobilité piétonne Genève, introduction Hans Peter Graf, politologue

### Séance 2 : **Quels comportements et aménagements sont nécessaires pour continuer à nous déplacer en ville, même en état de fragilité ?**

Cyrus Mechkat, architecte et Martine Ruchat, professeure FPSE Université de Genève, membres Conseil FAAG ; Naïma Mameri Khiat, déléguée à la mobilité Ville de Nyon

## **Mordre la vie à pleines dents !**

5 et 12 juin 2014

### Séance 1 : **Des dents saines tout au long de la vie : rêve ou réalité ?**

Prof. Dre Frauke Müller, médecin dentiste, Division gérodonologie et prothèse, Médecin dentaire Université de Genève

### Séance 2 : **Garder une bonne santé bucco-dentaire : comment s'y prendre ?**

Dr Jean-Pierre Chung, médecin dentiste, indépendant auprès d'institutions pour personnes âgées à Genève, maître de formation et responsable médical Ecole supérieure d'hygiénistes dentaires Genève.

## **Vous sentez-vous souvent seul-e, découragé-e et triste ? Y a-t-il un lien entre vieillissement et dépression ?**

6 et 27 mars 2014

### Séance 1 **Apathie, tristesse, mélancolie, dépression : quand faut-il parler de maladie ?**

Dr Gilles Godinat, psychiatre et psychothérapeute

### Séance 2 **Peut-on échapper à la dépression en vieillissant ? Pistes à envisager pour entretenir sa santé psychique**

Esther Hartmann, psychologue FSP, chargée de projets Pro Mente Sana ; Dre Evelyne Kolatte, psychiatre et psychothérapeute retraitée, bureau romand Pro Mente Sana

## **2013**

## **Incontinence : en parler, en savoir davantage, agir !**

21 novembre et 5 décembre 2013

### Séance 1 : **L'incontinence : c'est quoi ? Pourquoi ? Comment la prévenir et comment la traiter ? Que faire et comment s'y prendre ?**

Dr Daniel Faltin, médecin, directeur médical Dianuro et Ariane Mentha-Dugerdil, infirmière à domicile indépendante

### Séance 2 : **L'incontinence : comment la prévenir ? Comment contrecarrer ses effets ?**

Comment vivre avec ? Judith Schopfer-Jenni et Sandrine Balisson, physiothérapeutes spécialisées en rééducation, Marie-Andrée Séraphin, infirmière spécialiste clinique en soins de réadaptation et Marie-Chantal Bikoi Rega, infirmière, praticienne formatrice HUG

<https://www.faaq-ge.ch/post/incontinence-en-parler-en-savoir-davantage-agir>

## **Alimentation naturelle et/ou compléments alimentaires, alliés du vieillissement : quelles recettes ?**

26 septembre et 17 octobre 2013

### Séance 1 : **Phytothérapie, médecine adjuvante et alicaments**

Dr Albert Kokos, médecin, membre de la SSPM et de l'Union des médecines complémentaires suisses, chercheur au GFMER et Isabelle Célarin, pharmacienne

### Séance 2 : **Maladies dégénératives : des alliés pour retarder autant que possible le processus, voire le stabiliser**



Dr Albert Kokos

**Age et mémoire : sommes-nous tous égaux ?**

16 mai et 6 juin 2013.

Séance 1 : **Age et mémoire : qu'en est-il ? Qu'en savons-nous ?**

prof. Martial Van der Linden, Universités de Liège et de Genève

Séance 2 : **Mise en pratique de quelques principes permettant d'optimiser sa mémoire**

Anne-Claude Juillerat Van der Linden, neuropsychologue Consultation de la mémoire des HUG, chargée de cours à l'Université de Genève, présidente de l'Association VIVA - Valoriser et Intégrer pour Vieillir Autrement

**"Le maintien à domicile" : jusqu'où ne pas aller trop loin, et quelles politiques ?**

21 février 2013 et 14 mars 2013

Séance 1 : **"Le maintien à domicile" : jusqu'où ne pas aller trop loin ?**

Dre Dominique Hegelbach, médecin de famille et médecin-répondante EMS, consultante à domicile et spécialiste des questions des soins palliatifs ;

Séance 2 : **Quels projets actuels pour une politique de maintien à domicile ?**

Brigitte Thibault, infirmière et responsable des pratiques professionnelles à l'imad

**2012**

**J'ai mal aux articulations : l'arthrose dans la grande famille des rhumatismes**

8 novembre et 6 décembre 2012

Dr H. Vuagnat, FMH Médecine physique et rééducative, médecin-chef Soins continus HUG, Mme Françoise Jachimowics, infirmière Ligue genevoise contre le rhumatisme (LGR)

Séance 1 : **Toute douleur n'est pas de l'arthrose !**

Séance 2 : **Traiter l'arthrose, est-ce possible ?**

<https://www.faag-ge.ch/post/j-ai-mal-aux-articulations-l-arthrose-dans-la-grande-famille-des-rhumatismes>

**Vieillesse et prévention : utilité et futilité ?**

13 et 27 septembre 2012

Séance 1 : **Rattrapage vaccinal à la retraite : une occasion à ne pas manquer ?**

Dr Pierre-Olivier Lang, spécialiste FMH médecine générale, Université de Genève,

Séance 2 : **Dépist-âge : quels enjeux pour l'individu et pour la société ?**

Dr Béatrice Arzel, directrice Fondation genevoise dépistage du cancer du sein

**Images et stéréotypes de la personne âgée : clés pour un meilleur usage**

10 et 31 mai 2012

Séance 1 : **Les seniors en images : le marketing, les média... et nous ?**

Claudia Hummel, Dr en sociologie, Uni GE maître d'enseignement et de recherche, Dépt de Sociologie, Eva Saro-Nydegger, Eyewatch, Fondation Images et société,

Séance 2 : **Les images de la vieillesse : pourquoi faut-il s'en méfier**

Olivier Desrichard, professeur associé en psychologie appliquée, Université de Genève

**Bien se nourrir pour donner du punch aux années**

9 et 23 février 2012

Véronique Girod, diététicienne E.S., Catherine Bernasconi Franchet, présidente de l'association Des années à savourer

Séance 1 : **De l'importance de l'alimentation ... des courses à la bouche**

Séance 2 : **"...et si on mettait la main à la pâte ?" ... menus équilibrés, lait de poule et crèmes dessert ... Fabrication et dégustation de lait de poule**

**2011**

**Vieillesse, malentendance et malvoyance : tu m'entends, tu me vois ?**

24 novembre 2011, séance menée en dialogue entre

Dr Reza Nicoucar, Médecin ORL, chirurgie cervico-faciale, Marie-Paule Christiaen, Responsable adjointe Centre d'information et réadaptation, Association Bien des aveugles et malvoyants

### **Sexualité et vieillissement**

20 septembre et 20 octobre 2011

Séance 1: **Le sexe seulement pour les jeunes beaux et bronzés ? Tordons le cou aux préjugés !**

Séance 2: **Nouvelles pratiques et acceptation de différentes sexualités : Comment se portent les (nos) préjugés, ici et là ?**

Dr Hubert Vuagnat, médecin-chef HUG, Françoise Vatré, sexo-pédagogue, association SEHP

### **Mon logement trop petit ou trop grand : quelles solutions ?**

12 et 26 mai 2011

Séance 1 : **Bien vieillir dans un espace plus restreint : Comment passer d'un 6 pièces inapproprié à un 3 pièces adapté à la fragilité de l'âge ?**

Martin Zurn, technicien architecte, responsable pratique La Carte Blanche, association d'aide au domicile et Sylviane Savary, ergothérapeute à la FSASD

Séance 2 : **Colocation / Sous-location / Échanges de logements : Conditions à remplir pour réussir ces pratiques novatrices**

Pierre Aschiero, directeur adjoint Cogérim, Fayçal Chebbi, animateur Appartement communautaire de Pro Senectute à Cressy

### **Et si j'avais une attaque ? Des pistes pour mieux connaître l'attaque cérébrale**

3 et 24 mars 2011

Dr Hubert Vuagnat, médecin-chef Service de soins continus HUG, Dre Julia Vecsey, FMH Médecine physique et rééducation, présidente association cérébrolésés Fragile Genève

## **2010**

### **Communiquer avec son médecin : Quelles compétences à développer ?**

18 novembre et 2 décembre 2010

<https://www.faag-ge.ch/post/communiquer-avec-son-médecin-quelles-compétences-à-développer>

Séance 1 : **Des clés pour mieux communiquer**

- Dr Philippe Huber, médecin, aux HUG, DRG- SMIR - Service de médecine interne de réhabilitation et chargé de cours UDREM / Faculté de médecine
- **L'expérience d'un gériatre**

Dr Nadir Boumendjel, Gériatre, Président G3 - Groupe des gériatres genevois

Séance 2 : **Continuation du travail en ateliers avec des représentants d'associations de patients**

Dr Vincent Griesser, président de l'Association de soutien aux personnes touchées par le cancer de la Prostate (PROSCA) et artisan des formations pour parrains, Anne-Marie BOLLIER, pharmacienne à la retraite et déléguée Suisse romande de l'Organisation suisse des patients (OSP)

### **Mémoires du quartier et histoires de vie**

23 septembre et 7 octobre 2010

Séance 1 : **Mémoires du quartier et histoires de vie : quels repères ?**

Armand Brulhart, historien de l'urbanisme et de l'architecture

Séance 2 : **Mémoires et archives de quartiers : comment écrire l'histoire ?**

Georges Turrian, auteur de l'ouvrage Saint-Jean-Charmillles. Les temps changent

### **Maltraitance des personnes âgées**

6 et 20 mai 2010

Séance 1 : **De quoi s'agit-il ? Que faire ?**

Delphine Roulet Schwab, membre du Comité d'ALTER EGO et professeure à la Haute École de la Santé La Source, Dr en psychologie

Séance 2 : **Maltraitance des personnes âgées. Faire face au comportement difficile des aidants et des proches, des personnes âgées**

Geneviève Irion, assistante sociale, Unité de gériatrie communautaire et Chantal Farfar, Service des tutelles d'adultes cheffe de section et titulaire de mandats

**Quelle sécurité sociale pour quelles insécurités ?**

18 février et 4 mars 2010

Séance 1 : **Sécurité sociale et insécurisation**

Prof. Sandro Cattacin, Dép't de Sociologie UniGE

Séance 2 : **Face aux risques : quelle solidarité entre les générations ?**

Prof. Jean-Pierre Fragnière, directeur de l'Institut universitaire Âges et Générations

**2009**

**Bien habiter à tout âge**

19 novembre et 3 décembre 2009

Séance 1 :

- **Importance du cadre de vie à tout âge**

Hans Peter GRAF, animateur du Groupe de projet "Habitats Seniors" de la Plate-forme des associations d'aînés

- **Éclairage sur l'environnement visuel**

Marie-Paule CHRISTIAEN-COLMEZ, ergothérapeute, responsable adjointe du Centre d'Information et de Réadaptation (CIR) de l'Association pour le Bien des Aveugles et malvoyants (ABA)

- **Adapter l'habitat, une demande légitime**

Cyrus MECHKAT, architecte et président de la FAAG

Séance 2 : **Quelles questions se poser et à qui ?**

**Bénévolat et engagement social des aîné-e-s**

14 septembre et 8 octobre 2009

Séance 1 :

- **Introduction** par Hans Peter Graf, Secrétaire de la Plate-forme des associations d'aînés de Genève Membre du Conseil de fondation de la FAAG

- **Bénévolat et engagement au Centre social protestant**

Pascal Mundler, responsable ventes et bénévolat, CSP

- **Le Centre genevois du volontariat : son origine, sa place dans le tissu social genevois, son fonctionnement**

Lola Sasson, présidente Centre genevois du volontariat, CGV

Séance 2 : Continuation du travail en atelier

**Comment faire du deuil un moteur de vie ?**

30 avril et 14 mai 2009

Séance 1 :

- **Le deuil comme processus de renaissance**

Lydia Müller, psychologue et psychothérapeute, accompagnement de maladies graves, présidente Association Entrelacs

- **En processus de deuil : la vie après la mort, une vie avec la mort et l'amour**

Michèle Bolli, psychopédagogue, théologienne, écrivaine

Séance 2 : **Comment partager le deuil ?**

Introduction par Lydia Muller suivi d'Échange en ateliers

**Surmédication : pouvons-nous la contrôler ?**

26 février 2009 et 12 mars 2009

Séance 1 :

- **Mesures préventives avant la prescription de médicaments chez la personne âgée**

- Dr Nadir BOUMENDJEL gériatre, président du Groupe des gériatres genevois
  - **Comment minimiser le risque d'effet indésirable quand on doit prendre plus d'un médicament en même temps ?**  
Dresse Nicole VOGT-FERRIER, pharmacologue clinique, Service de pharmacologie et toxicologie cliniques, aux HUG
  - **Reconnaître et développer ses compétences pour rester en bonne santé**  
Anny PAPILLOUD-MORAGA infirmière, membre du corps professoral de l'HES, Haute école de santé
- Séance 2 : Comment faire son carnet personnel de santé ?  
Travaux en ateliers introduits par Martine Ruchat et Cyrus Mechkat , FAAG

## 2008

**Hommage à Charles-Henri Rapin. "Empowerment" : comment continuer ensemble ?**  
20 novembre 2008

### **Solitude, isolement et solidarité**

24 avril, 22 mai et 26 juin 2008

<https://www.faaag-ge.ch/post/solitude-isolement-et-solidarite>

Séance 1 : **Déterminants et définitions de l'isolement social & de la solitude et importance de renouveler son réseau social**

Hans Peter Graf, politologue et Charles-Henri Rapin, professeur gériatre  
voir <FAAG 24.4.08\_SolitudeIsolement\_Synthèse\_Ateliers\_HPG.pdf>

Séance 2 : **Vivre dans son quartier : quelles ressources et quels lieux de rencontre ?**

Sabine Voelin, sociologue, professeur de la Haute école du travail social et de la Haute école de santé

Introduction des ateliers par Cyrus Mechkat, Architecte, président de la FAAG

**Viellissement de la population et isolement et ... robots : ce qui nous pend au nez ?"**

Hans Peter Graf

Séance 3 : **Les exemples de réseaux d'échanges réciproques et d'entraide**

Martine Ruchat. CC Uni Genève et FAAG, Montse Küchler et Monsieur Nicolas Potier, animateurs des Réseaux d'échanges réciproques de savoirs, R.E.R.S. de Lausanne

### **Trop vieux pour "ça" ?**

24 janvier et 21 février 2008

Séance 1 :

- **Ménopause et andropause : C'est grave Docteur ?**  
Rina Nissim, naturopathe, auteure et militante
- **Le corps du désir : du fantasme et de la jouissance**  
Christian Mounir, expert en promotion de la santé publique, responsable formation en santé sexuelle

Séance 2 :

- **Erotisme et intimité**  
Dr Dominique Chatton, médecin psychiatre, sexologue
- **Auto-érotisme chez la personne âgée**  
Maja Boussina, physiothérapeute ASP, sexologue clinicienne

## 2007

### **Le cerveau et l'âge**

15 novembre et 13 décembre 2007

Séance 1 : **Le cerveau et la mémoire**

Véronique Giacomini, psychologue répondante HUG et Prof. C.-H. Rapin, FAAG

Séance 2 : **Le cerveau et l'âge**

Dre Dina Zekry, MD, PhD Médecin adjoint Département de Réhabilitation et Gériatrie, HUG

**Les capacités intellectuelles des personnes « âgées »: Victime d'une image négative ?** Manuel Tettamanti, Psychologue, Doctorant, Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Education, Université de Genève

### **Formation et échanges réciproques de compétences**

24 mai 2007

Madeleine Moret, formatrice- coordinatrice du Réseau d'échanges réciproques de savoirs, R.E.R.S., Prof. Charles-Henri Rapin et Martine Ruchat, FAAG

**Immigration et vieillissement.** L'immigration conçue en Suisse comme force de travail, sans politique d'accueil, sans projet d'intégration, Que devient-elle en vieillissant ?

26 avril 2007

Pilar Ayuso, militante et activiste de terrain sur les questions d'immigration

**Soins de proximité.** La population vieillit : faut des structures de déchargement les séjours à l'hôpital se prolongent, alors qu'il faudrait éviter les hospitalisations qui coûtent cher et démobilisent

22 Mars 2007

Jacques Dentan, gérontologue, journaliste retraité, auteur d'un mémoire de diplôme du CEFEG- Centre de formation en gérontologie "Du domicile à l'hôpital. Soins intégrés et structures intermédiaires. Pour une meilleure articulation de l'hôpital sur la médecine de premier recours, les soins à domicile et les institutions de personnes âgées"

**Intimité, sexualité et vieillissement.** Les représentations psycho-sociales, les modifications physiologiques normales dues à l'âge, les maladies et les difficultés biologiques, pathologiques, psychologiques, sociales...

22 février 2007

Maja Bussina, physiothérapeute, sexologue

### **Alimentation et vieillissement**

Les contradictions entre le trop et le trop peu, les régimes et les risques de carences chez les personnes vieillissantes et âgées.

18 janvier 2007

Prof. Charles-Henri Rapin, André Herren, Cyrus Mechkat, Martine Ruchat, Jean-Pierre Thorel, Éléonore Zwick-Merchan, FAAG

## **2006**

**Rituels et droits au moment du décès.** Pouvoir parler de la mort et rompre les tabous qui l'entourent. Pouvoir défendre nos droits humains jusqu'au bout de la vie.

7 décembre 2006

Éléonore Zwick-Merchan, FAAG

### **Démographie et générations ou : Bienvenue aux Baby boomers ?**

Quelles sont les valeurs, les modes de vie, les rapports intergénérationnelles au moment où les femmes et les hommes nés en 1945-55 quittent le monde du travail ? Quelles sont les attentes ? Quelles peuvent en être les réponses ?

23 novembre 2006

Pierre Pauli, statisticien, Éliane Perrin, sociologue, Cyrus Mechkat, FAAG

### **Archives privées – mémoire collective. Les trésors de toute une vie**

26 octobre 2006

Isabelle Brunier, Annick Hilaire, Dominique Zumkeller, Archives de la vie privée et Martine Ruchat, FAAG

### **La canicule : du drame de 2003 à la solidarité et la prévention efficace**

21 septembre 2006

Prof. Charles-Henri Rapin, Éléonore Zwick-Merchan, Martine Ruchat, Cyrus Mechkat, Willy Tinguely et Jean-Pierre Thorel, FAAG

**Chez moi, dans mon quartier... toujours !** La ville, le quartier, l'habitat peinent de plus en plus pour répondre au vieillissement galopant de la population

13 juin 2006

Bill Bouldin, Cyrus Mechkat, architectes et urbanistes

**Les aînées et les aînés sont pour une école de toutes les chances !** à l'occasion de la votation sur l'école

23 mai 2006

Charles Beer, conseiller d'État

**Ah ! Ces aînés, ces aînés ! Tout ce qu'ils nous apportent et nous rapportent... !**

Les aîné-e-s sont des acteurs économiques non négligeables mais surtout ils créent et développent du lien social, sans eux, nos sociétés ne marcheraient pas bien du tout

25 avril 2006

Jean-Pierre Thorel, président du Groupe Syndical des Retraités UNIA Genève, FAAG

**Quels droits pour les personnes âgées ?** Comment défendre nos droits en vieillissant.

21 mars 2006

Éléonore Zwick-Merchan, FAAG

**Les promesses non tenues en matière de sécurité sociale**

Les allocations familiales, les régimes de prévoyance, l'assurance-maladie.

28 février 2006

Willy Tinguely, président des retraités CGAS et FAAG

**Donner du punch aux années.** Sous-alimentation, convivialité.

24 janvier 2006

Prof. Charles-Henri Rapin, FAAG