

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2021



JEUDI de la FAAG du 2 décembre 2021 "Comment prendre soin de mon bien-être psychique avec des actions concrètes ? Ce que je peux faire"

30 participant·e·s: bien espacé·e·s dans le respect des mesures sanitaires COVID-19

1. But de la FAAG: (In-)formation et échanges pour développer le pouvoir d'agir sur sa vie

Créée en 2006 par le regretté professeur Charles-Henri Rapin, des syndicalistes à la retraite, l'AVIVO, des universitaires engagé·e·s sur les questions du vieillissement et l'UOG, la FAAG vise à développer et à transmettre à chacune et chacun un "pouvoir d'agir sur sa vie" en s'appropriant un savoir et "des tuyaux pour vieillir rusé·e", en connaissance de cause, dans les meilleures conditions possibles, donc à nous donner les clés pour être les actrices et acteurs de notre vieillissement plutôt que de juste le subir.

Notre action de "capacitation / empowerment" passe principalement par l'organisation de conférences interactives, les *JEUDIS de la FAAG*, qui se tiennent à l'UOG, Université Ouvrière de Genève.

Le "pouvoir d'agir" pour mieux vieillir présuppose :

- sur un plan individuel aussi bien que collectif, le développement et l'appropriation de connaissances et de comportements permettant de relever les défis et de saisir les opportunités et chances liées au vieillissement ;
- sur le plan sociétal, la création d'un cadre de vie et d'attitudes propices au vieillissement, permettant aux personnes de tout âge de s'épanouir et de participer à la société, mais aussi de prévenir, diminuer ou compenser autant que possible les déficits et limitations liés au vieillissement.

Par conséquent la FAAG continue d'agir sur ces deux plans, soit :

- 1. L'organisation de conférences, consacrées à un thème concernant les aîné·e·s. Animées par des spécialistes, ces rencontres favorisent le dialogue et le partage des expériences et connaissances avec et entre les participant·e·s (à la fois des aîné·e·s, des professionnel·le·s, des étudiant·e·s et des familles ou bénévoles en contact avec des personnes vieillissantes). Elles visent ainsi à construire des savoirs et à développer des apprentissages sur des sujets souvent peu connus ou traités sous un nouvel angle. Lors de chaque séance, les participant·e·s reçoivent une documentation ad hoc fort appréciée, préparée par les intervenant·e·s et la FAAG :
 - JEUDIS de la FAAG à l'UOG, dans le quartier des Grottes, traitant sur deux après-midis consécutifs une même thématique. Vu les retours et incertitudes du COVID 19, seulement trois sessions (soit six JEUDIS) ont pu avoir lieu en 2021.
 - Conférences FAAG hors-murs : en raison de la pandémie, aucune des conférences prévues et à organiser en partenariat avec des tiers n'a pu avoir lieu. Elles ont en partie été reportées en 2022.

2. Des contacts, voire le lobbying, avec les Autorités, les collectivités publiques et d'autres parties prenantes en vue d'une meilleure prise en compte du vieillissement et des aîné·e·s dans tous leurs projets et activités, comme les adaptations du logement, des quartiers et de la ville à l'âge, et ce dans une perspective de cohabitation entre les générations. Notre objectif est d'agir en réseau avec les personnes, instances et associations actives pour le Bien vieillir, la promotion de la santé, l'information, la lutte contre l'exclusion, la promotion de l'intergénérationnel.

2. Finances

En raison d'une activité réduite et grâce au renouvellement de la subvention ponctuelle de la Ville de Genève en 2021 à hauteur de Fr. 10'000.- ajoutée au soutien de l'Etat de Genève dans le cadre du Programme d'action cantonal PAC 2021-2024 initié par Promotion Santé Suisse, la situation financière de la FAAG s'est améliorée.

Après des années de pertes, le résultat bénéficiaire de l'exercice 2021 à hauteur de Fr. 5'990.70 nous a enfin permis de reconstituer partiellement le capital de notre fondation, suivant ainsi les recommandations de l'Autorité cantonale de surveillance des fondations et des institutions de prévoyance (ASFIP).

Le total des produits s'est élevé à Fr. 34'307.85 (contre Fr. 22'758.90 en 2020). Cette augmentation s'explique par l'octroi du soutien de la Ville en 2021 (aucune subvention en 2020) et de celui de l'Etat de Genève (Fr. 9'000.- contre Fr. 7'500.- en 2020). Les charges, elles, se sont élevées à Fr. 28'317.15 (Fr. 23'889.55 en 2020).

Il est à relever que nous valorisons les prestations bénévoles des membres du Conseil de fondation à hauteur de Fr. 15'000.-, bénévolat sans lequel nos activités ne pourraient être menées à bien.

Nous tenons ici à les remercier, tout comme nous remercions également la Direction générale de la santé du Département de la sécurité, de la population et de la santé, DSPS, de l'État de Genève, ainsi que l'Unité Vie associative du Département de la cohésion sociale et de la solidarité de la Ville de Genève.

Nos chaleureux remerciements vont également à toutes les personnes qui ont animé des *JEUDIS* de la FAAG, parfois gracieusement, ainsi qu'au public venu participer en nombre et qui a bien souvent laissé une obole à l'issue des séances.

3. JEUDIS de la FAAG

En 2021, nos trois sessions de JEUDIS de la FAAG ont permis d'approfondir les thèmes suivants :

Bouger, c'est la vie! 10 et 24 juin

www.faag-ge.ch/post/bouger-c-est-la-vie

- Séance 1 : **Dans ma vie quotidienne : bouger confortablement et dans la durée** avec Laura Fontana, enseignante Feldenkrais, diplômée et certifiée ASF, musicienne 50 participant-e-s
- Séance 2: Quelles bonnes postures et quels gestes dans nos activités quotidiennes ? avec Pily Clemente, formatrice diplômée de sécurité en gestes et postures, coach en ergonomie 35 participant·e·s
- Mes cinq sens pour être en lien avec moi-même et les autres 30 septembre et 14 octobre www.faag-ge.ch/post/découvrir-mes-cinq-sens-pour-être-en-lien-avec-moi-même-et-les-autres
- Séance 1 : Le lien entre perception sensorielle, la mémoire et les émotions avec Françoise Robellaz, infirmière enseignante, praticienne en aromathérapie et olfactothérapie 37 participant-e-s
- Séance 2 : Le Passeport sensoriel pour me (faire) découvrir avec Jean-Philippe Assal, professeur honoraire en éducation thérapeutique, diabétologue, et Tiziana Assal, historienne de l'art et enseignante

10 participant-e-s

- Comment prendre soin de mon bien-être psychique avec des actions concrètes ? 18 novembre et 2 décembre www.faag-ge.ch/post/comment-prendre-soin-de-son-bien-être-psychique-avec-des-actions-concrètes avec Ariane Zinder et Anthéa Bailleux, psychologues, Pro Mente Sana Genève
- Séance 1: La santé mentale, c'est quoi ? Ce que j'ai déjà pour mon bien-être psychique... 32 participant·e·s
- Séance 2: Ce que je peux faire ... Comment améliorer ma santé mentale par des actions concrètes ? 30 participant·e·s

Au total, nos six *JEUDIS* de la *FAAG* en 2021 ont attiré 194 participant·e·s, soit un peu plus qu'en 2020 pour quatre *JEUDIS* (145 personnes dans la première année COVID), mais bien moins que les 491 personnes accueillies lors des huit *JEUDIS* pré-COVID en 2019.

A notre grand regret, seules 10 personnes se sont déplacées pour participer au *JEUDI* du 14 octobre 2021 sur l'outil novateur qu'est le *Passeport sensoriel* : même les plus fidèles parmi notre public n'ont pas souhaité témoigner de leurs ressentis, comme demandé pour ce 2e *JEUDI* (texte du flyer *"échanger sur ce que nous avons rempli dans notre Passeport et de l'usage que nous pourrons en faire"*) et aucun⋅e des participant⋅e⋅s, à part le membre du Conseil de fondation responsable de la séance, n'a voulu s'exprimer à ce sujet, malgré nos sollicitations multiples.

Plus étonnant, la participation en-deçà de nos attentes aux *JEUDIS* consacrés à la santé mentale : notre public, qui se porte généralement bien, se sentirait-il moins concerné par le sujet ?

Suite à une exigence du Département de la sécurité, de la population et de la santé (DSPS) de l'État de Genève dans le cadre du PAC 2021-2024), nous continuons à demander à nos participant·e·s d'évaluer et commenter chaque séance en remplissant à son issue un questionnaire de satisfaction et de commentaires.

Cet exercice se révèle fort utile, près de trois quarts de la salle nous ayant chaque *JEUDI* rendu le document, toutefois souvent sans répondre à l'ensemble des questions.

Ci-après, un résumé des 137 réponses aux questionnaires d'évaluation en 2021 (sur 194 participant·e·s, dont 41 hommes, soit un taux de retour de 71%) :

Ce que je pense du thème / de la séance	⊜	⊕	⊚	©©
	Pas du tout	Peut-être	Oui	Tout à fait
La question est pertinente pour ma situation présente ou future (134 réponses)	1	13	52	68
	(<1%)	(<10%)	(<39%)	(<51%)
Ce que je pense de la présentation	⊜	⊕	☺	©©
	Pas bien	Moyen	Bien	Très bien
Qualité de la présentation (132 réponses)	0 (0%)	9 (<7%)	51 (<39%)	72 (<55%)
Interactivité intervenant·e⋅s avec le public (128 réponses)	1 (<1%)	11 <(9%)	58 (>45%)	58 (>45%)
Documents reçus (110 réponses)	0 (0%)	3 (<3%)	49 (<45%)	58 (<53%)

Cette évaluation par les participant e.s se recoupe largement avec les tableaux publiés dans nos rapports d'activité pour les années antérieures : nos sujets, parfois novateurs, continuent à être considérés très majoritairement comme pertinents, la qualité des présentations jugée bonne et les documents distribués¹ - une spécificité de la FAAG - appréciés! Les évaluations sur l'interactivité (échanges des intervenant e s avec le public, autre trait distinctif de nos *JEUDIS*, mais plus difficile à pratiquer selon les sujets) sont un peu plus critiques : 10% des personnes marquent être restées sur leur faim.

A relever par ailleurs:

- en 2021, notre public reste à 83% féminin et il est de plus en plus âgé : 37% de 80 ans et plus, 49% de 65 à 80 ans. Cependant, nos *JEUDIS* attirent aussi 14% de personnes notamment de professionnel·le·s des domaines abordés ou travaillant avec des personnes vieillissantes qui n'ont pas encore atteint l'âge de la retraite ;
- l'information sur les JEUDIS leur est essentiellement parvenue via courriel (env. 500 adresses) ou par courrier postal (200 adresses en moyenne), par bouche-à-oreille (15% des réponses), par le mensuel Espaces de l'AVIVO (14%), par des sites Internet, des associations ou institutions du réseau de la FAAG: un grand merci à tous ces multiplicateurs et surtout aux bouche-à-oreille, qui nous amènent chaque fois de nouvelles personnes, desquelles une partie substantielle reviendra par la suite, permettant ainsi de renouveler le flux de nos participant-e-s fidèles, présent-e-s plus de trois, voire plus de dix fois!
- à ce sujet, 57% des réponses récoltées (comparé à 45 % en 2020, 33% en 2019 et 31% en 2018) indiquent une participation à plus de 10 *JEUDIS*, 18% plus de 3 fois, 6% 2 fois, 20% étant venus pour la première fois ;
- 54% indiquent résider en Ville de Genève, 31% en communes suburbaines (Carouge, Vernier, Meyrin, Lancy, Onex, Trois-Chênes), 15% dans des communes plus rurales, voire en France voisine ou dans le canton de Vaud ;
- nos questionnaires se terminent par la question ouverte : "Remarques et suggestions éventuelles quant au présent JEUDI ou aux séances à venir". Sur les six séances de 2021, 33 personnes ont saisi cette possibilité pour donner leur feed-back, parfois critique, parfois élogieux, parfois en avançant des suggestions pour de nouveaux thèmes, comme par exemple :
 - o "Toujours si pratique! Merci de votre travail si pertinent. Subjectivement les deux exercices du 10 et du 24 juin me convenait tout particulièrement; dès ce soir j'utilise un coussin entre les genoux entre les genoux ou sous la colonne vertébrale pour un meilleur sommeil. Je ne me fais pas trop de souci pour mes neurones, mais les déboires physiques de [mon épouse récemment décédée] ne sont pas pour me rassurer" homme, 80 ans+, ayant participé plus de dix fois :
 - "JEUDI sur les astuces qui rendent la vie des seniors plus faciles" suggestion d'une femme 50 à 65 ans, participant pour la 1ère fois, ayant appris la tenue du JEUDI par l'Association des anciens de l'OMS : nous y avons donné suite, cf. www.faaq-qe.ch/post/astuces-pour-rendre-plus-facile-la-vie-en-vieillissant;
 - "Si possible, inviter Mrs Pily encore & encore, ses explications très faciles à comprendre, son dynamisme sont juste formidables – Bravo et encore merci à la FAAG et aux différents intervenant·e⋅s"
 - la même femme revenue à un JEUDI une 2ème fois :
 - "... je voulais vous dire combien j'ai apprécié cette séance. J'ai trouvé le format adapté, certes il y avait moins de monde qu'espéré mais les personnes ont interagi et les intervenantes ont vraiment proposé des outils clé en mains très adaptés. En un mot, Bravo! Je pense que les JEUDIS de la FAAG sont un très beau projet et je vous remercie chaleureusement de votre investissement sans faille" - professionnelle de la promotion de la santé psychique, participant le 2 décembre pour une première fois à un JEUDI de la FAAG.

depuis la refonte de notre site en 2021 ces documents, souvent complétés sur la base de la présentation et de la discussion avec la salle peuvent désormais téléchargés sur www.faag-ge.ch/jeudis-de-la-faag, --> JEUDIS de la FAAG passés depuis 2006: sujets et documents : "une mine d'or" selon certaines de nos interlocutrices

4. Conférences hors-murs

En raison de la pandémie COVID-19, les trois conférences que nous voulions organiser en partenariat avec des tiers n'ont pas pu avoir lieu. Nous espérons les repousser en partie à 2021. A notre avis, les interventions aux *JEUDIS* "Quelles bonnes postures et quels gestes dans nos activités quotidiennes?" et "Comment prendre soin de mon bienêtre psychique avec des actions concrètes?" se prêteraient bien à être redonnées à d'autres publics.

5. Site Internet

Effet bénéfique du semi-confinement prolongé, fin 2020 - début 2021, la FAAG a enfin trouvé le temps pour mettre en ligne son site www.faag-ge.ch, reconstruit avec le concours apprécié de Yann & Co, concepteurs de sites Internet, en se basant sur le logiciel WIX, convivial, facile à consulter et à manier : un grand merci!

Notre site devient ainsi un instrument de travail que nous pouvons utiliser dans nos activités, dans notre communication et lors de nos prises de contact au quotidien. Mais surtout, il permet de donner accès et de valoriser toute la richesse de nos documents sur les différentes facettes du Bien vieillir accumulés entre la création de la FAAG en 2006 et aujourd'hui. Nous pouvons atteindre ainsi un public bien plus large que les seules personnes présentes à nos conférences. Par exemple, si nos *JEUDIS* sur la santé mentale n'ont été suivis sur deux fois que par une trentaine de participant-e-s, notre page bien étoffée www.faag-ge.ch/post/comment-prendre-soin-de-son-bien-être-psychique-avec-des-actions-concrètes a attiré entre fin 2021 et juin 2022 185 visiteuses et visiteurs et 340 clics; elle a aussi été relayée sur www.santepsy.ch/fr/agenda/comment-prendre-soin-de-son-bien-etre-psychique-avec-des-actions-concretes-1429.

6. Conseil de fondation, travail en réseau et "lobbying "

En 2021, notre Conseil de fondation, composé de Cyrus Mechkat, président, Christophe Guillaume, trésorier, de Laurence Fehlmann Rielle, Hans Peter Graf, Robert Pattaroni et Annette Zimmermann, membres ², s'est réuni à cinq reprises, une séance ayant été remplacée par une circulaire. Au-delà de ses missions habituelles qui sont de suivre et piloter nos conférences à l'UOG et hors-murs, contrôler la situation financière, adopter le budget, les comptes et rédiger le rapport d'activité, le Conseil a notamment accompagné la finalisation de notre site Internet, fait le point de la situation et des perspectives COVID pour continuer nos activités, examiné en conséquence la possibilité d'organiser des conférences non-présentielles en partenariat avec d'autres entités, rédigé et diffusé une petite newsletter via courriel et courrier postal à notre fichier d'adresses, dans l'attente de la reprise de nos activités présentielles en juin 2021.

L'action de la FAAG continue à s'inscrire dans le large réseau institutionnel, associatif et universitaire genevois, romand, voire suisse et international ³.

Vu l'incertitude croissante quant à une éventuelle 3e vague Delta et l'intention affichée par le Conseiller d'Etat M. Thierry Apotheloz d'aller enfin de l'avant avec la préparation d'un projet de loi sur les seniors, nous avons décidé de repousser une nouvelle fois la table ronde "Décennie Vieillissement en bonne santé 2020-2030. Quelles propositions pour Genève?" préparée en partenariat avec l'AVIVO, le MPF (Mouvement Populaire des Familles) et Pro Senectute Genève, avec le soutien de la PLATEFORME des associations d'aînés de Genève. 4

Sur un plan plus quotidien, notons la participation de membres du Conseil de la FAAG entre autres à :

- PLATEFORME des associations d'aînés de Genève et ses commissions Habitat seniors et Isolement
- NGO Committee on Ageing, Geneve
- Inscription de la FAAG comme partie prenante pour la Campagne mondiale contre l'âgisme 5
- Comité de l'APEGE-Association de Pensionnés de la Caisse de Prévoyance de l'État de Genève
- Comité de l'AVIVO-Genève
- Commission Santé-social de l'AVIVO-Genève
- Comité de HAU-Handicap Architecture Urbanisme. Association pour une cité sans obstacle
- Comité de Gérontologie CH
- a+ Swiss Platform Ageing Society, créée par les Académies suisses des sciences en vue d'assurer un échange continu entre tous les acteurs du changement démographique
- FARES-Fédération des Associations des retraités et de l'entraide en Suisse et ses groupes de travail Habitat des seniors & Mobilité et Santé
- Campagne Santépsy.ch de promotion de la santé mentale destinée aux seniors
- Stand FAAG aux Promotions seniors, Ville de Genève du 16 octobre
- Participation de membres de notre Conseil de fondation aux Assises santé du MPF "Nouvelles approches de promotion de la santé" et au séminaire de travail "Soins de longue durée" du PSG 60+

² cf. <u>www.faag-ge.ch/a-propos</u>

cf. www.faag-ge.ch/résautage

voir <u>www.faag-ge.ch/post/décennie-pour-le-vieillissement-en-bonne-santé-2021-2030</u>.
Vu les développements intervenus en 2022, après concertation avec les autorités et avec nos partenaires, nous avons finalement décidé d'annuler cette Table ronde et la remplacer par un courrier au Conseil d'État envoyé le 27 mai 2022. Cette

lettre circonstanciée repend les éléments à nos yeux pertinents de la Décennie pour le vieillissement en bonne santé, susceptibles d'être pris en considération dans un futur projet de loi sur les seniors et dans le processus pour y aboutir. www.who.int/fr/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/combatting-ageism/global-report-

on-ageism, https://extranet.who.int/dataformv3/index.php/656281?lang=

Chantier participatif Habitat 4 générations au Forum Grosselin ⁶

Plus près de notre siège à l'UOG, dans le quartier des Grottes, nous participons à la Plateforme Aînés Gare, Grottes, Beaulieu et St-Gervais, regroupement des différentes structures actives dans le quartier et son événement "Ça tourne rond aux Grottes" organisée lors de la Journée internationale des personnes âgées.7

En matière de lobbying 8, au-delà de nos contacts susmentionnés en vue d'une loi sur les seniors et la prise en considération de l'approche prônée par Décennie Vieillissement en bonne santé 2021-2030, la FAAG et les membres de son Conseil de fondation ont



- participé très activement à la Table ronde du 25 mars de l'OAIS- Office de l'action, de l'insertion et de l'intégration sociales (DCS) en vue de l'élaboration d'une politique cantonale inclusive du handicap. En effet les personnes âgées bénéficiant largement des mesures mises en par la politique du handicap. Nous avons notamment plaidé pour une lutte contre la stigmatisation, une information / prise de conscience /sensibilisation sur les réalités des déficits / déficiences et sur les situations handicapantes ainsi que pour une accessibilité telle que prônée par la LHand, la Constitution genevoise, la Loi sur les constructions et les installations diverses (LCI) et son Règlement d'application mais pas toujours réalisée, vu le choquant déficit de mise en œuvre s'expliquant par un manque de prise de conscience, une négligence et une ignorance des parties prenantes
- répondu en mai à une consultation de la société civile de l'État sur sa nouvelle stratégie de modération de la vitesse en lien avec l'assainissement du bruit routier : nous avons exprimé et argumenté notre soutien aux réductions de vitesse proposées
- répondu favorablement à une consultation relayée par la PLATEFORME des associations d'aînés de Genève de la Commission des Droits de l'Homme du Grand-Conseil sur le PL 12843 sur l'égalité et la lutte contre les violences et les discriminations liées au genre : nous avons plaidé pour un élargissement de la lutte contre l'ensemble des discriminations, y compris la discrimination des personnes âgée
- fourni des informations à Lisa Mazzone, Conseillère genevoise aux États, Canton en suivi à sa participation le 24 septembre au Congrès du Jubilé "20 ans CSA" du Conseil Suisse des Aînés 2021 et au "mandat" pour la prise en charge des personnes âgées que l'ancienne Conseillère fédérale Ruth Dreifuss lui y avait passé
- participé à la Journée "Bien vieillir pour toutes une tâche publique du 29 octobre à Berne 9
- traduit en français l'exposé au Colloque "Environnements favorables aux aînés : espaces sociaux et d'habitat pour toutes et tous" de a+ Swiss Platform Ageing Society, Berne, 16 novembre 2021 de Jürgen Stremlow, directeur de l'Institut Sozialmanagement, Sozialpolitik und Prävention de la Haute École de travail social de Lucerne synthétisant les exigences qui se posent pour une politique moderne du vieillissement. 10

7. Remerciements

Pour terminer, nous réitérons les vifs remerciements que nous adressons à toutes celles et tous ceux qui nous ont suivis et soutenus durant l'année 2021, plus particulièrement à la Direction générale de la santé (DGS) du Département de la sécurité, de la population et de la santé (DSPS) de l'État de Genève et au Département de la cohésion sociale et de la solidarité de la Ville de Genève pour leurs subventions et leurs conseils, ainsi gu'à l'UOG pour son indéfectible appui.

Genève, le 29 juin 2022.

Avec le soutien de :





démarche qui a démarré dans le quartier de Grosselin à Carouge suite au mandat de la Confédération "Un prototype pour quatre générations : habitat évolutif à Genève projet-modèle d'habitat évolutif à quatre générations", cf. www.are.admin.ch/are/fr/home/developpement-et-amenagement-du-territoire/programmes-et-projets/projets-modeles-pour-undeveloppement-territorial-durable/2020-2024/changement-demographique-concevoir-lhabitat-de-demain/un-prototype-pourquatre-generations-habitat-evolutif-a-geneve.html

Posters en résumant les premiers résultats : https://drive.google.com/file/d/1kXD4Cw9o3DFQ0CnA33GAdOe6RP3c6tv8/view

cf. www.preenbulle.ch/116/JOURNEE_DES_PERSONNES_AGEES

cf. www.faag-ge.ch/lobbying

cf. www.angehoerige-pflegen.ch/tagung-2021-bericht et www.initiative-bien-vieillir.org

traduction téléchargeable sur www.sagw.ch/fr/assh/actualites/agenda/follow-up-environnements-favorables-aux-aines-espacessociaux-et-dhabitat-pour-toutes-et-tous#c26933