2ème journée genevoise de l’animation auprès de personnes âgées

Vendredi 3 novembre 2023 à la Résidence des Châtaigniers

**1. Activation pour rester debout. Josiane Victoria, ergothérapeute à la Vendée,**

Le rôle et l’importance des animateurs au quotidien dans le maintien de la mobilité.

Proposition d’exercices pour renforcer le tonus musculaire, garder la souplesse, contribuer au confort et l’autonomie au quotidien, que l’on soit debout, en rolator ou en chaise roulante.

**2.Conseil d’Ethique en pratique. Christel Meunier**

« L’avis du Conseil d’éthique peut être sollicité à propos d’une situation posant une question éthique par toute personne impliquée et liée à un établissement membre de la Fegems (résidant-es, collaborateurs et collaboratrices, familles, Directions, etc)

<https://www.fegems.ch/ethique/>

Documentation et recommandations sont accessibles à toutes et à tous sur le site de la Fegems

<https://www.fegems.ch/publications/>

**3.Comment créer des danses assises. Joannie Dovat et Alexandra Giannoli. EMS de Lancy**

Les danses traditionnelles et folkloriques sont adaptées pour les personnes à mobilité réduite.

Vous aussi pouvez créer des danses inspirées de la tradition.

Ecoutez la musique, identifiez les deux ou trois parties qui reviennent.

Créez des mouvements qui se répèteront avec chaque partie, en équilibrant la fatigue des bras et des jambes, en traduisant avec créativité les figures folkloriques.

* L’EMS de la Vendée vous invite jeudi après-midi pour apprendre à créer et danser

**4.Mouvements simples pour le bien-être. Sarojini Pillay. Infirmière retraitée. Les Adrets**

Des gestes simples de yoga, respiration, massages, aroma et phytothérapie peuvent contribuer au bien-être, en animation ou soin personnalisés, ou en groupe.

**5.Toucher structurant. Robin Dumuid. Foyer John Jacques**

Manuel Moraga avait créé et enseigné les soins restructurants.

Cette formation inspirée de son travail vous permettra d’ouvrir un espace de réflexion autour du toucher et de prendre conscience de son importance dans la relation d’accompagnement et de soignants. Nous aborderons notamment deux techniques concrètes, celle de la polarité et la pratiques des soins restructurants. Composée d’aspects théoriques autour du langage émotionnel du corps, du toucher, de l’intention et de la polarité, mais surtout de moments de pratiques et d’échanges d’expériences, cette formation se déroule sur deux soirées.

**6.Fondation Vacances et Loisirs des anciens. David Orellana. Foyer St Paul**

<http://www.fondation-vacances-anciens.ch/>

« Vous pouvez solliciter notre aide pour un séjour de vacances ou des activités, notamment culturelles ou de loisirs, si vous séjournez dans un établissement médico-social situé dans le Canton de Genève, vous pouvez justifier de revenus modestes, que vous soyez ou non au bénéfice de prestations complémentaires »

**7.Créer un spectacle, mode d’emploi, Vanessa Battistini**

Après la Revue, Paris gagné, la Vendée s’est lancée dans la création de Mémoire express, une comédie musicale, jouée trois fois devant une salle comble de 300 places. Avec l’aide de Vanessa Battistini, formée à l’animation théâtrale par la Manufacture.

**8.Claves pour l’animation. Noémie Brasey. Résidence Plantamour.**

Le rythme est profondément inscrit dans notre humanité : respiration, battements du cœur…

Reproduire un rythme est accessible à tous et donne un puissant sentiment d’appartenance.

**9.Accès 2024 pour Genève au portail de Culture à Vie.**

Culture à vie est un portail mutualisé de ressources d’animation.

Site : <https://www.culture-a-vie.com/> Contact : [carine.jondeau@culture-a-vie.com](mailto:carine.jondeau@culture-a-vie.com)

Genève sera en 2024 le premier canton à contracter un abonnement ouvrant un accès illimité à toutes les structures du domaine de la vieillesse, financé par cette journée et la Fegems.

En 2024, le défi sera de déployer son usage au point de convaincre les faîtières de se partager l’abonnement annuel de 3850.-. (Fegems, Agems, Pro Senectute, Imad, HCUGE ?)

**10.Formation en Validation selon Naomi Feil. Danièle Warynski**

La formation de praticien en Validation s’ouvre en 2024 en s’adaptant à chacun-e.

Vous commencez quand vous le souhaitez, et suivez la formation à votre rythme.

**11.Pilates adapté aux institutions. Serge Dattola**

Joseph Pilates a créé une méthode pour développer les muscles profonds, améliorer la [posture](https://fr.wikipedia.org/wiki/Posture), assouplir les articulations, entretenir les fonctions physiques.

Serge Dattola propose des exercices adaptés pour les personnes âgées comme pour celles et ceux qui les soignent.

Contact : sergegdattola73@free.fr

<https://www.youtube.com/watch?v=qtZi9Jhxnh4>

<https://lesjoliesquinquas.com/2021/08/14/exercices-de-pilates-a-faire-a-la-maison-apres-50-ans/>

**12.Banc actif et vélos triporteurs. Barbara Peruzzo, Résidence des Châtaigniers.**

**Magali Debost, Nicolas Bernard, Résidence Happy Days. Sarah Widmer ATE**

Sortons découvrir le banc actif installé sur le lieu !

Des liens : <https://www.ipitup.be/> <https://tousenmouvement.com/>

Un contact : [info@inspoweredby.ch](mailto:info@inspoweredby.ch)

Et les triporteurs que peuvent vous prêter  les Châtaigniers et Happy days.

**13.Film N 084 tourné aux Franchises. Tristan Zumbach (SAE Institute)**

Contact : [tristan@cesar-prod.com](mailto:tristan@cesar-prod.com)

**15.Café repas compris**

Le projet est de réaliser de courtes vidéos des résidant-es dès leur arrivée.

Ces vidéos pourraient être postées gratuitement sur le site alterreso.

La vidéo donne autant d’éléments que possible de l’histoire et de la trajectoire de vie pour que des personnes se retrouvent. L’institution offre le café, voire le repas, à qui viendra visiter une connaissance ainsi retrouvée.

**16.Ecriture en correspondance intergénérationnelle.**

**Alexandre Dimitrijevic, libraire. & Miguel Da Silva Rodriguez, journaliste**

"La rencontre intergénérationnelle peut-elle se dérouler à travers l'écriture en correspondances ?  
Les modalités de communication évoluent. De la correspondance postale  aux SMS, de la bouteille à la mer à l'e-mail que l'on forward, nous n'avons eu de cesse de transformer nos manières d'interagir, passant d'une écriture longue et appliquée à une écriture souvent plus courte et frénétique. Cependant, le constat est positif, nous n'avons jamais autant écrit et continuons à utiliser cette activité pour maintenir du lien.  
En partenariat avec des classes volontaires intégrées au DIP, envisageons des moments d'écriture entre des élèves du secondaire II (collège Rousseau) et des résidant-s en Ems volontaires durant une période déterminée."

Miguel Rodrigues: [miguelrodasilva@gmail.com](mailto:miguelrodasilva@gmail.com)

Alexandre Dimitrijevic : [alexandre.dimitrijevic@hotmail.com](mailto:alexandre.dimitrijevic@hotmail.com) / [www.livremoi.ch](http://www.livremoi.ch) / 078 708 67 86

**17.Troc anim**

Le projet est d’ouvrir des journées auxquelles participer pour découvrir des activités et savoir les animer et les transmettre de retour dans son lieu. La journée offre le temps d’échanger sur les programmes, les actions, les projets

Quatre saisons de tendresse

Chanté par Bourvil : <https://www.youtube.com/watch?v=wEhw9AMYOoA>

Chanté par Marie Laforêt : <https://www.youtube.com/watch?v=CrR-pJzvMQ>0

On peut vivre sans richesse, presque sans le sou  
Des seigneurs et des princesses, y’en a plus beaucoup  
Mais vivre sans tendresse, on ne le pourrait pas  
Non, non, non, non, on ne le pourrait pas

Chanté par Pierre Perret : <https://www.youtube.com/watch?v=BFdupmUVOQ8>

La tendresse sauve tout quand l´amour a mis les bouts   
Sa passion certes était ce qu´elle était   
Elle m´a aimé juste ce qu´il fallait   
La tendresse sauve tout quand les élans ont mis les bouts   
Certes il y en avait de plus jolies qu´elle   
La seule qui comptait pour moi c´était elle

La tendresse sauve tout

Chanté par Jacques Brel <https://www.youtube.com/watch?v=xXcDrIhUgBg>

Pour un peu de tendresse, je changerais de visage   
Je changerais d’ivresse, je changerais de langage   
Pourquoi crois-tu, la belle qu’au sommet de leurs chants   
Empereurs et ménestrels

Abandonnent souvent puissances et richesses ?   
Pour un peu de tendresse

Chanté par Daniel Guichard : <https://www.youtube.com/watch?v=Oo_U0HYi2jo>

<https://www.youtube.com/watch?v=B7uWQWbYnbc>

La tendresse,   
C'est quelquefois ne plus s'aimer mais être heureux   
De se trouver à nouveau deux   
C'est refaire pour quelques instants un monde en bleu   
Avec le cœur au bord des yeux   
La tendresse, la tendresse, la tendresse, La tendresse