

# Des activités rigolotes et instructives pour les proches aidantes



A Genève, la Journée est devenue la Semaine des proches aidants. Du 30 octobre au 4 novembre 2017 à Balexert, une quarantaine d'activités sont au programme.

Il y a des expositions, des films, des conférences, des spectacles d'impro, ces animations et des informations. Toutes les activités sont gratuites, il faut toutefois s'inscrire pour certaines d'entre elles, notamment pour les films «Les grandes traversées», en avant-première suisse, le magnifique «Ma vie de courgette» de Claude Barras, et «Floride» avec Jean Rochefort.

## A ne pas rater non plus les expériences et tests proposés

- Roulez en fauteuil roulant
- Testez un «simulateur de vieillesse» pour ressentir les difficultés physiques et sensorielles des aîné·e·s dans les gestes de la vie quotidienne
- Apprenez les bonnes positions pour aider autrui
- Trouvez la bonne distance dans la relation
- Évaluez l'état de santé d'un proche
- Apprenez à vous relaxer
- Testez vos connaissances sur la nutrition et la dénutrition avec des quiz et des jeux
- Expérimentez ce que représente une perte auditive

Aux ateliers d'art-thérapie s'ajoutent des ateliers de rigolo-thérapie, des petits ateliers de maquillage flash (eh oui, les proches aidants sont très souvent des aidantes) et des ateliers des sens, mais aussi des tests de mémoire, d'équilibre et d'agilité, des groupes de paroles, une permanence sociale, des conférences et un spectacle d'impro.

Vernier a initié la démarche et, au vu de l'ampleur de celle-ci, les villes de Genève et de Meyrin s'y sont associées, sous la coordination de la Direction de la santé du canton de Genève. De nombreux partenaires institutionnels et associatifs seront actifs pendant la semaine.

[Le programme complet](#)