

# FAAG

Fondation pour la Formation des Aînées et des Aînés de Genève



## Les JEUDIS DE LA FAAG

**12 et 26 novembre 2015, 14h30-16h30**

*Amphithéâtre de l'UOG – Place des Grottes 3 (entrée libre)*

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

avec

**Helena Chanson Höglund**, Podologue, Master en santé publique

**Thomas Muller**, Podologue spécialisé en diabétologie et enseignement thérapeutique du patient.

A partir d'un certain âge, les soins d'hygiène quotidienne peuvent se révéler être un parcours du combattant. S'il est aisé de prendre soin de ses mains, il en va tout autrement lorsqu'il s'agit de ses pieds : le manque de souplesse, la perte d'acuité visuelle et de dextérité sont autant d'obstacles qui rendent les soins difficiles.

Le vieillissement du corps humain apporte son lot de déséquilibres posturaux et autres complications fonctionnelles : chacun aura pu vivre un jour une affection aux pieds, rendant sa marche douloureuse et son autonomie restreinte et entravée.

**Les deux Jeudis de la FAAG proposeront de répondre à nos questionnements sur la santé de nos pieds et de connaître les possibilités offertes afin de remédier aux problèmes les plus courants.**

**Jeudi 12 novembre 2015, 14h30 - 16h30**

### 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

- **Quelles sont mes difficultés au quotidien concernant mes pieds ?**
- **Les soins ? Les chaussures ? La marche présente-t-elle pour moi des difficultés, des douleurs ? Est-ce que j'ai peur de tomber ?**

**Jeudi 26 novembre 2015, 14h30 - 16h30**

### Mieux prendre soin de mes pieds, mais comment ?

Réponses à mes questions et pistes à suivre

- **Douleurs aux pieds : comment identifier l'origine du mal et sa gravité ?**
- **Comment prendre soin efficacement de mes pieds ?**
- **Quand recourir aux services de professionnel-le-s de la santé ?**

AVEC · LE · SOUTIEN  
· · · · · DE · LA  
VILLE · DE · GENÈVE



Responsable des deux séances : Hans Peter Graf

FAAG p/a UOG, 3, place des Grottes, 1201 Genève – e-mail : faag@uog.ch – internet : www.faag-ge.ch