



Catalogue d'événements

Promouvoir le vieillissement actif
GERO vous accompagne !

gero
KOMPETENZZENTER
FIR DEN ALTER

Kaart60+

Pour un avenir actif et bien informé

La KAART60+ constitue une formidable opportunité pour les résident-e-s de votre commune ou les membres de votre organisation âgé-e-s de 60 ans et plus. Cette carte offre de nombreux avantages qui favorisent un mode de vie dynamique et ouvert :

- ▶ des prestations avantageuses auprès de plus de 110 partenaires à travers tout le pays
- ▶ le magazine geroAKTIV, envoyé à votre domicile quatre fois par an, comprenant une sélection des événements organisées par les clubs Aktiv Plus à travers le pays
- ▶ diverses manifestations gratuites réservées aux titulaires de la carte
- ▶ réductions sur certains produits GERO ainsi que sur divers événements et cours.



oder

1 Person
12 € /Jahr

Paare
15 € /Jahr



Viermal im Jahr unser Magazin

Vieillir activement dans votre commune ou votre organisation GERO vous accompagne sur cette voie !

Depuis plus de 30 ans, GERO – Centre de compétence gérontologique (anciennement RBS – Center fir Altersfroen) œuvre au niveau national pour le bien-être des personnes âgées. L'information et la sensibilisation sur des questions liées à l'avancée en âge sont au premier plan. A la lumière de l'évolution démographique actuelle, selon laquelle près de 15% de la population totale a dépassé 65 ans, la réflexion sociale sur le vieillissement actif jouera un rôle de plus en plus crucial à l'avenir.

A travers nos conférences et cours stimulants ainsi que le magazine geroAKTIV, disponible dans différents lieux publics et offert gratuitement à toute personne de 60 ans et plus titulaire de la KAART60+, notre objectif est de fournir une variété d'informations sur les défis et les opportunités de la vie à la retraite. En outre, notre département de recherche geroRESEARCH et notre institut de formation professionnelle geroPRO explorent toutes les facettes du processus de vieillissement, étudient les développements actuels et apportent de nouvelles impulsions stimulantes.

GERO souhaite également proposer des perspectives et des pistes de réflexion aux communes ou aux organisations afin de permettre aux citoyen-ne-s plus âgé-e-s de maintenir leur autonomie et leur engagement actif dans la vie. Si vous envisagez d'organiser des conférences pratiques et variées, nous proposons de mettre notre expérience et nos compétences à votre service. Compte tenu de la diversité des besoins des personnes âgées d'une région à l'autre, nous collaborons également avec les clubs Aktiv Plus et d'autres points de contact locaux pour seniors.

IMPRESSUM

Editeur

gero
KOMPETENZCENTER
FIR DEN ALTER

20, rue de Contern – L-5955 Itzig
Tel. 36 04 78-1
info@gero.lu
www.gero.lu

Directeur

Alain Brever

Responsable geroAKTIV

Vibeke Walter

Réalisation graphique

Abigail Menem

avec le soutien de



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, des Solidarités,
du Vivre ensemble et de l'Accueil

geroAKTIV - 4

Sommaire

Les thèmes suivants, particulièrement pertinents pour les seniors, seront abordés lors de nos conférences :

- Comment se définit le vieillissement actif ?
Regard captivant sur les concepts actuels de la recherche sur le vieillissement
- Comment bien préparer sa retraite ?
- La retraite – et maintenant ?
- Comment agir en cas de dépendance ?
L'assurance dépendance, très concrètement
- Quels sont les droits et les obligations des patients ?
Le Médiateur de la Santé :
Patients et soignants – quels droits, quelles obligations ?
Que faire en cas de conflit ?
- Pourquoi une directive anticipée est-elle si importante ?
Directive anticipée - Ma volonté en fin de vie
- Comment l'euthanasie active est-elle appliquée ?
Déterminer sa fin de vie – Ma volonté, ma voie
- Quel est la signification et l'objectif d'un testament ?
Testament et droit successoral expliqués concrètement
- Comment caractériser les maladies démentielles ?
Un simple oubli ou peut-être un signe de démence ?
- Comment gérer son quotidien en situation d'âge avancé ?
Les possibilités de soins à domicile

En collaboration avec des spécialistes externes, GERO peut organiser des conférences sur ces thèmes. Nous assurons le contact avec les partenaires concernés et prenons en charge l'organisation complète de l'événement, y compris, le cas échéant, la modération et/ou la réservation d'un service de traduction.



Regard captivant sur les concepts actuels de la recherche sur le vieillissement

Statistiquement, nous vivons de plus en plus longtemps et, avec les possibilités de ces années gagnées en bonne santé, les seniors se posent de nombreuses questions. La recherche sur le vieillissement est ainsi un point de repère crucial pour la planification de communautés adaptées aux seniors et des projets visant à améliorer leurs conditions de vie.

Cette conférence vous plongera de manière interactive et humoristique dans le concept de l'Active Ageing et vous dévoilera comment GERO l'applique dans le cadre de ses activités en tenant compte des dernières avancées de la recherche sur le vieillissement.

- Intervenant-e: Animation intergénérationnelle par GERO
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR



La retraite – et maintenant ?

La retraite constitue un moment clé de la vie, engendrant des défis tout en présentant de nouvelles opportunités. Les coachs de retraite bénévoles formés par GERO partagent leurs conseils concrets sur la gestion de cette transition à travers des conférences, des ateliers, des entretiens individuels et des world cafés. Forts de leur expérience personnelle, ils offrent de nouvelles perspectives pour aborder avec succès cette étape particulière de la vie.



- Intervenant-e: Coach de retraite GERO
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR, EN, PT
- www.gero.lu/infos/pensionscoach



L'assurance dépendance, très concrètement

Des responsables de l'Administration d'évaluation et de contrôle (AEC) expliquent les principes, les différentes prestations ainsi que les démarches administratives nécessaires pour l'assurance dépendance au Luxembourg. Une attention particulière est accordée aux aides techniques : quelles sont les aides disponibles, comment et à quel moment peut-on en faire la demande, et quels sont les frais pris en charge pas l'assurance dépendance ?

- Intervenant-e: Assurance dépendance (Administration d'évaluation et de contrôle – AEC)
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR, PT



Le Médiateur de la Santé : Patient-e-s et soignant-e-s – quels droits, quelles obligations ? Que faire en cas de conflit ?

Depuis 2014, le Luxembourg a mis en place une loi régissant les droits et les obligations des patient-e-s. Dans ce contexte, le poste du Médiateur de la Santé a été instauré en tant que point de contact pour les patient-e-s ainsi que pour les prestataires de soins (médecins et autres professionnel-le-s de la santé). Cette conférence a pour but d'expliquer les droits et les obligations essentiels des patient-e-s, de fournir des informations sur le rôle de la médiation dans le domaine de la santé, ainsi que sur d'autres moyens de résoudre des conflits

- Intervenant-e: Service national d'information et de médiation santé
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR



Directive anticipée – Ma volonté en fin de vie

La législation luxembourgeoise permet à toute personne de consigner ses décisions et/ou ses préférences en matière de soins de fin de vie, que ce soit par le biais d'une « directive anticipée » ou des « dispositions de fin de vie ». Il est donc essentiel de bien comprendre ses droits et les options y relatives. Cette conférence présentera la législation en vigueur et expliquera la procédure pour rédiger ces documents, en mettant en avant les aspects juridiques et médicaux.

- Intervenant-e: Service national d'information et de médiation santé
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR



Déterminer sa fin de vie - Ma volonté, ma voie

En collaboration avec « Mäi Wëllen, Mäi Wee – Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité Lëtzebuerg a.s.b.l. », nous expliquerons la loi de 2009 qui permet à des personnes malades, dans certaines situations, de recourir à une euthanasie active. Dans quelles circonstances cela est-il possible ? Quelle est la distinction entre le suicide assisté et l'euthanasie ? Quelle est la différence entre la « directive anticipée » et les « dispositions de fin de vie » ?

- Intervenant-e: Mäi Wëllen, Mäi Wee - Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité Lëtzebuerg a.s.b.l.
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR, EN



Testament et droit successoral expliqués concrètement

Un notaire, s'appuyant sur son expérience de longue date, éclaircit les points suivants : Qui peut rédiger un testament et quelles informations doivent y figurer ? Quels types de testaments y a-t-il et quelles sont leurs distinctions ? Un testament doit-il être enregistré ou déposé chez un notaire ? Sous quelles circonstances peut-il être modifié ou révoqué ?

Il est également précisé, entre autres, comment la succession légale est réglée en l'absence de testament ou encore qui a droit à une réserve héréditaire.

- Intervenant-e: Henri Beck, ancien notaire
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR



Un simple oubli ou peut-être un signe de démence ?

L'oubli et la peur d'une éventuelle démence est un sujet qui touche aussi bien les personnes âgées que les plus jeunes. Il est donc essentiel de déterminer s'il s'agit « simplement » d'un oubli ou peut-être d'un premier signe précurseur d'une forme de démence. Lors de cette conférence de l'Info-Zenter Demenz, différents aspects seront abordés, notamment une définition de la démence, les facteurs de risque ainsi que des approches potentielles de prévention. Nous présenterons également des solutions pour la gestion quotidienne et des offres d'aide et de soutien destinées aux personnes concernées et à leurs proches.

- Intervenant-e: Info-Zenter Demenz
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR, EN, PT



Les possibilités de soins à domicile

Dans un monde où le bien-être, l'autonomie et la sécurité à domicile sont d'une grande importance, cette conférence propose un aperçu comment on peut intégrer des aides et des soins adaptés aux besoins individuels dans la vie quotidienne, que ce soit à court ou à long terme. En plus le service téléalarme ainsi des solutions innovantes pour des seniors actifs à domicile seront présentés.

- Intervenant-e: Stiftung Hëllef Doheem
- Durée: 2 heures
- Langues possibles: LU, DE, FR, PT



Souhaitez-vous, dans votre commune, fournir des informations concrètes et claires aux citoyen·ne·s 60+ ?

Dans ce cas, veuillez mettre à disposition les éléments suivants :

- Des locaux accessibles équipés de chaises, éventuellement de tables, d'un écran et d'un projecteur.
- La mise à disposition d'un micro et de haut-parleurs pour les locaux plus vastes
- Annonce de l'événement dans les publications habituelles de votre commune (Gemengebuet, site Internet, flyers toutes boîtes...). De plus, les manifestations seront promues via nos canaux de communication.
- Prise en charge des frais de traduction simultanée (si souhaitée).
- Boissons pour les intervenant-e-s et, si possible, un échange informel autour d'un verre après l'événement.
- Une convention détaillant les modalités vous sera envoyée avant l'événement.

Plus d'informations auprès de
GERO – Kompetenzzenter fir den Alter

Tel. 36 04 78 1
info@gero.lu
www.gero.lu





Catalogue d'événements

Promouvoir le vieillissement actif
GERO vous accompagne !

gero
KOMPETENZCENTER
FÜR DEN ALTER