



**Table Ronde Dimanche 29 Novembre 2009 de 14h 30 à 17h**

**« Longévité et Activité: Bouger, Aimer, Bosser ! »**

***(Promouvoir l'activité professionnelle, physique, intellectuelle et sexuelle  
jusqu'au bout de la vie)***

**Coordinateur scientifique : Professeur Françoise Forette**

**Animateur : Philippe Gorny**

Tous les travaux démontrent que nous avons les outils pour promouvoir une vie longue et en bonne santé : prévention des maladies liées à l'âge par le style de vie et l'éradication des facteurs de risque, promotion de l'information et de l'éducation, détection et correction des risques de fragilité, poursuite de l'activité professionnelle ou bénévole, maintien de l'optimisme et de l'estime de soi par l'intégration sociale et l'activité intellectuelle. Ces outils ont fait scientifiquement la preuve de leur efficacité. De plus la possibilité de maintenir une vie sexuelle de qualité au grand âge renforce la notion de bien être nécessaire à un vieillissement heureux.

La Société doit investir dès l'enfance dans l'éducation à la Santé : C'est à l'âge le plus tendre que se construisent les capacités physiques et cognitives.

La stimulation intellectuelle et physique apportées par la vie professionnelle et la pratique sportive des loisirs tout au long de la vie permettront aussi de garantir la santé et l'autonomie d'un nombre croissant de personnes âgées dans le monde entier.

Nous avons, en France tous les moyens pour faire de la longévité la plus extraordinaire aventure du vivant.

Programme préliminaire (2h30)  
Dimanche 29 Novembre 2009 de 14h 30 à 17h  
Animateur Philippe Gorny

- **Introduction** *Pr Françoise Forette- Pr de gériatrie, directrice d'ILC France*
- **Travailler, rire et rester actif** : *Grand témoin Philippe Bouvard*

**TABLE RONDE I**

- La Senior'attitude active : *Jean-Pierre Wiedmer – PDG d'HSBC assurance France*
- Activité intellectuelle, fonctions cognitives et longévité : *Pr Sandrine Andrieu- Professeur d'épidémiologie gérontopole de Toulouse*
- Stimuler sa mémoire de 2 ans à 102 ans : *Jocelyne de Rotrou- Neuro-psychologue à l'hôpital Broca à Paris.*
- L'art de la méditation : *Dr Yasmine Liénard, médecin, psychiatre, psychothérapeute*

**TABLE RONDE II**

- Longévité et Activité physique : *Dr. S. Cascua - Médecin du sport en charge du PSG*
- Sexualité jusqu'au bout de la vie :  
*Pr Guy Valencien - Chirurgien Urologue de l'Institut Montsouris, Paris*  
*Brigitte Lahaie, écrivain, journaliste*
- Culture et longévité : *Interview de Frédéric Mitterand, ministre de la culture*
- **Conclusion Optimisme et longévité:** *Pr Françoise Forette*