

## Conférenciers

Dre Barbara B. Sherwin, Ph.D., professeure James McGill, Chaire de recherche du Canada sur les hormones, le cerveau et la cognition de l'Université McGill.

Dre Véronique Bohbot, Ph.D., récipiendaire du prix commémoratif John R. & Clara M. Fraser, professeure associée, Département de psychiatrie, membre associée, Département de neurologie et neurochirurgie, Faculté de médecine, Université McGill.

Dre Gillian Einstein, Ph.D., présidente, Conseil consultatif, Institut de la santé des femmes et des hommes, Institut de recherche en santé du Canada, professeure invitée de neurosciences et de médecine des genres, Université de Linköping, professeure associée, Département de psychologie, professeure associée, Dalla Lana School of Public Health et directrice du Collaborative Graduate Program in Women's Health.

Dr Yoram Shir, M.D., directeur de l'Unité de gestion Alan Edwards du Centre universitaire de santé McGill, professeur d'anesthésie, Unité de gestion de la douleur Alan Edwards.

## Animateurs d'ateliers

**ATELIER 1** • (Unité Moe Levin et Clinique de mémoire)  
Lucile Agarrat, psychologue, Russell Clough, infirmier, Laurie Demers, infirmière, Carmen Desjardins, inf. B.Sc., Guerda Duclair, inf. B.Sc., Odette Quenneville, travailleuse sociale, MSW.

**ATELIER 2** • Dre Véronique Bohbot

### Centre de recherche et d'études sur le vieillissement de l'Université McGill :

Dr Jens Pruessner, Ph.D., directeur, Centre de recherche et d'études sur le vieillissement de l'Université McGill, professeur agrégé, Département de psychiatrie et de psychologie, Université McGill.

Dre Dolly Dastoor, Ph.D., présidente, Comité d'éducation du Centre de recherche et d'études sur le vieillissement de l'Université McGill, prof. adj., Dép. de psychiatrie.

## Programme

8 h	<b>INSCRIPTION</b>
8 h 30	<b>MOT DE BIENVENUE</b> Mme Lynne McVey, directrice générale, Institut Universitaire en Santé Mentale, Douglas
9 h 00	<b>ŒSTROGÈNES ET LE CERVEAU : QUEL RÔLE DANS LE VIEILLISSEMENT NORMAL?</b> Dre Gillian Einstein
9 h 45	<b>LES ÉTUDES SUR LES STRATÉGIES DE NAVIGATION VIRTUELLE RÉVÈLENT DES DIFFÉRENCES HOMME-FEMME AU COURS DE LA VIE.</b> Dre Veronique Bohbot
10 h 30	<b>PAUSE-CAFÉ</b>
10 h 45	<b>ŒSTROGÈNES ET VIEILLISSEMENT COGNITIF CHEZ LES FEMMES ÂGÉES.</b> Dre Barbara B. Sherwin
11 h 30	<b>LA DOULEUR CHEZ LES PERSONNES ÂGÉES.</b> Dr Yoram Shir
12 h 15	<b>DÎNER</b>
13 h 30	<b>ATELIERS</b>
14 h 15	<b>PAUSE SANTÉ</b>
14 h 30	<b>ATELIERS</b>

## Ateliers

**SVP, cochez 2 choix et l'heure.**  
**PLACES LIMITÉES POUR CHAQUE ATELIER.**  
**(COMPLÉTEZ ET RETOURNEZ AVEC VOTRE PAIEMENT)**

**ATELIER 1** **13 h 30**

**CAREGIVING: A WOMAN'S JOB? (en anglais)**  
This workshop will first address issues related to gender difference in the caregiving role as identified in recent scientific literature reviews. Then, the Memory Clinic professionals will present case studies that link these findings to their practice experience of journeying with caregivers. Finally, they will provide tips and strategies to help the 21<sup>st</sup> century caregiver.

**ATELIER 1** **14 h 30**

**PROCHE-AIDANT: RÔLE DE FEMME ? (en français)**  
Cet atelier abordera dans un premier temps les différences liées au genre des proches aidants dans les études scientifiques. Les professionnels de la Clinique de mémoire feront ensuite le lien avec leur expérience clinique à l'aide de vignettes et témoignages. Finalement, des conseils et stratégies seront proposés afin de mieux vivre le rôle de proche aidant au 21<sup>ème</sup> siècle.

**ATELIER 2** **13 h 30**

**LES QUATRES HABITUDES POUR UNE SANTÉ COGNITIVE ET UN HIPPOCAMPE SAIN (en français)**  
Cet atelier décrira des méthodes pratiques pour développer des nouvelles habitudes de nutrition, d'exercice, de conscience et de mémoire spatiale dans le but de soutenir une partie du cerveau qui est importante pour une cognition saine dans le vieillissement normal : l'hippocampe. Des études scientifiques ont démontré que l'intégration de ces habitudes pratiques dans la vie quotidienne mène à un hippocampe plus sain et augmente le nombre d'années de vie en santé.

**ATELIER 2** **14 h 30**

**FOUR PILLARS TO A HEALTHY COGNITION AND A HEALTHY HIPPOCAMPUS (en anglais)**  
This workshop will describe practical methods to implement new habits on nutrition, exercise, mindfulness and spatial memory in view of supporting a part of the brain important for healthy cognition in normal aging: the hippocampus. Scientific research has shown that incorporating these practical habits into one's life leads to a healthier hippocampus and increases the number of years with healthy lives.

## SYMPOSIUM

8 octobre 2014

Présenté par le Centre de recherche et d'études sur le vieillissement de l'Université McGill ET le Programme de démence avec comorbidité psychiatrique (PDCP) de l'Institut universitaire en santé mentale Douglas.

**PAVILLON DOUGLAS**  
6875, boulevard LaSalle  
Verdun (Québec) H4H 1R3  
[www.aging.mcgill.ca](http://www.aging.mcgill.ca)  
[www.douglas.qc.ca](http://www.douglas.qc.ca)

**Pour informations, SVP contactez :**

- Centre de recherche et d'études sur le vieillissement de l'Université McGill  
514 766-2010
- Silvana Aguzzi  
514 761-6131, poste 6308
- Tamar Tatigian  
514 761-6131, poste 6314
- Clinique de mémoire Moe Levin  
Lyne Richer  
514 761-6131, poste 2702

## HEALTHY AGING, GENDER BRAIN HEALTH SYMPOSIUM OCTOBER 8, 2014



 **McGill**

**Douglas**  
INSTITUT  
UNIVERSITAIRE EN  
SANTÉ MENTALE  
MENTAL HEALTH  
UNIVERSITY  
INSTITUTE

