



Happy Visio

SANTÉ

BIEN-ÊTRE

NUMÉRIQUE

VIE PRATIQUE

...

# Programme

janvier - juin 2020

## Conférences en ligne

Ces activités vous sont **offertes**  
par la conférence des financeurs  
du département



**HappyVisio.com**

# Programme des conférences

Ces webconférences durent 1h et sont à suivre en direct depuis chez vous, sur ordinateur ou tablette.

## JANVIER

### Code de la route : testez vos connaissances

Présenté par Pascal Cannata de l'association AGIRabcd 42

Mardi 7 janvier - 14h



### Ces plantes qui embellissent et améliorent votre intérieur

Présenté par Frédéric Thélinge, animateur nature

Vendredi 10 janvier - 15h



### Améliorer son quotidien grâce à la vente en viager ou en nue-propriété

Présenté par Martin Rouveyre, Co-fondateur de Apartavie

Jeudi 16 janvier - 15h



### Les lundis numériques : à la découverte des réseaux sociaux Facebook, Instagram et Twitter

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Lundi 20 janvier - 15h



### Viellissement cutané : les effets du temps et des facteurs d'environnement (soleil, tabac, pollution) sur notre peau

Présenté par Pr Claire Beylot, dermatologue et Pr émérite de l'Université de Bordeaux

Mercredi 22 janvier - 15h



### 5 exercices pour évaluer sa forme physique après 60 ans

Présenté par Benjamin Braquet, de l'association Eté Indien

Lundi 27 janvier - 15h



### Addictions et dépendances : les comprendre pour mieux les vivre

Présenté par Catherine Le Bras, psychologue spécialisée en neuropsychologie

Mardi 28 janvier - 14h



## FEVRIER

### Sexualité des personnes âgées : halte aux tabous ?

Présenté par Francis Carrier, président de l'association GreyPride

Jeudi 13 février - 14h



### Les lundis numériques : bien gérer ses emails

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Lundi 17 février - 15h



### L'engagement bénévole, pour qui, pour quoi, pour soi ?

Présenté par Dominique Thierry, président d'honneur et fondateur de l'association France Bénévolat

Mardi 18 février - 15h



### Comment l'activité physique peut améliorer votre équilibre

Présenté par Benjamin Braquet, de l'association Eté Indien

Lundi 24 février - 14h



### Prévoir l'organisation de ses obsèques de son vivant

Présenté par un membre de l'AFIF (Association Française d'Information Funéraires)

Mardi 25 février - 15h



## MARS

### Santé auditive, forme et vitalité

Présenté par l'association JNA (Journée Nationale de l'Audition)

Mardi 3 mars - 15h



### Cancer colorectal : quel dépistage selon votre âge et quel niveau de risque ?

Présenté par la Ligue contre le Cancer

Jeudi 5 mars - 17h



### Don d'organes : Anticiper pour sauver des vies

Présenté par Yolande Bertrand Laborde de l'association France ADOT

Lundi 9 mars - 15h



### Pourquoi et comment créer votre Dossier Médical Partagé

Présenté par Caroline Guijarro, responsable du projet DMP à la CPAM Paris (Caisse Primaire d'Assurance Maladie)

Mardi 10 mars - 15h



### Les lundis numériques : comment gérer ses mots de passe

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Lundi 16 mars - 15h



### Connaitre sa mémoire pour mieux la préserver

Présenté par Catherine Le Bras, psychologue spécialisée en neuropsychologie

Vendredi 20 mars - 14h



### Pièce par pièce, j'adapte mon logement

Présenté par un ergothérapeute de Bel'Avie

Lundi 23 mars - 15h



### Découvrir et comprendre l'hypnose

Présenté par Camille Choichillon, infirmière et hypnothérapeute

Mercredi 25 mars - 15h



### Nutrition : les recettes pour rester en bonne santé après 50 ans

Présenté par Isabelle Mischler, Docteur ès-sciences en nutrition

Lundi 30 mars - 15h



### Maladie de Parkinson : où en est la recherche ?

Présenté par Marie Fuzzati de l'Association France Parkinson

Mardi 31 mars - 15h



Inscrivez-vous gratuitement sur le site [www.happyvisio.com](http://www.happyvisio.com)

# Janvier - juin 2020

En vous inscrivant aux conférences, vous aurez accès aux replays et aux documents présentés en séance.

## AVRIL

### Les thérapies naturelles face à l'arthrose

Présenté par Virginie Pailles, psychothérapeute et naturopathe

Jeudi 2 avril - 15h



### Code de la route : testez vos connaissances

Présenté par Pascal Cannata de l'association AGIRabcd 42

Lundi 6 avril - 14h



### Les lundis numériques : moteur de recherche, les alternatives à Google

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Lundi 20 avril - 15h



### Manger, rire, sourire ... De bonnes dents, c'est important !

Présenté par Dr Mambaye Diaw, Chirurgien-Dentiste membre de la SOHDEV

Mardi 21 avril - 15h



### Démarchage téléphonique : comment éviter les arnaques ?

Présenté par Pascal Tonnerre, Président de l'association Réseau Anti-Arnaques

Lundi 27 avril - 15h



### Cholestérol, diabète : quelles plantes pour nous venir en aide ?

Présenté par Virginie Pailles, psychothérapeute et naturopathe

Jeudi 30 avril - 15h



## MAI

### Les lundis numériques : acheter et vendre sur le BonCoin.fr

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Lundi 4 mai - 15h



### Cycle sommeil 1/4 : Le sommeil, comment ça marche ?

Présenté par Sandrine Moreau, sophrologue

Lundi 11 mai - 15h



### Cycle sommeil 2/4 : Les clés pour un sommeil de qualité

Présenté par Sandrine Moreau, sophrologue

Lundi 18 mai - 15h



### Vous avez dit diabète ?

Présenté par Sandrine Jamart de l'association Réseau Diabète 92

Mardi 19 mai - 16h



### Cycle sommeil 3/4 : Votre journée prépare votre nuit

Présenté par Sandrine Moreau, sophrologue

Lundi 25 mai - 15h



### Comprendre le changement climatique

Présenté par Laure Messner, écologue et cofondatrice de Objectif-Zéro

Mardi 26 mai - 15h



### Mettez du pep's dans votre quotidien : habitez avec un(e) jeune !

Présenté par l'association Le Pari Solidaire

Jeudi 28 mai - 14h



## JUIN

### Cycle sommeil 4/4 : Apprendre à faire le calme et à s'endormir

Présenté par Sandrine Moreau, sophrologue

Lundi 8 juin - 15h



### Les lundis numériques : les applications utiles pour les vacances

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Lundi 15 juin - 15h



### Charles De Gaulle : l'homme du 18 juin 1940

Présenté par Cécile Vrain, journaliste et docteur en Histoire à l'Université Paris Sorbonne

Jeudi 18 juin - 14h



### Oser se lancer dans le Zéro Déchet

Présenté par Laure Messner, écologue et cofondatrice de Objectif-Zéro

Lundi 22 juin - 15h



### DMLA : Comprendre et prévenir

Présenté par Pr Laurent Kodjikian, MD, PhD, FEBO et Président de la Société Française d'Ophthalmologie

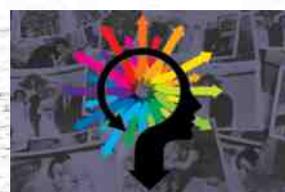
Mercredi 24 juin - 18h



### Happy Quiz

Participez également aux quizzes de culture générale animés en direct

Jours et heures des quiz indiqués sur le site [happyvisio.com](http://happyvisio.com)



### Atelier Mémoire

6 séances de visioconférence en petit groupe, avec une neuropsychologue

Voir les dates et horaires des séances sur notre site [happyvisio.com](http://happyvisio.com)

Pour toutes questions : 01 76 28 40 84 ou [contact@happyvisio.com](mailto:contact@happyvisio.com)



## INSCRIPTION GRATUITE AVEC LE CODE CF6300



- 1 Rendez vous sur le site [HappyVisio.com](http://HappyVisio.com)
- 2 Inscrivez-vous gratuitement avec le code: **CF6300**  
Ce code vous est offert dans le cadre de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées du Puy-de-Dôme.
- 3 Choisissez les conférences et ateliers de votre choix, selon vos disponibilités
- 4 Participez depuis chez vous aux activités sélectionnées

HappyVisio est une initiative soutenue dans votre département par :



La Conférence des Financeurs de la Prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées du Puy-de-Dôme.



Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

Pour plus d'information, contactez nous :  
**01 76 28 40 84** ou [contact@happyvisio.com](mailto:contact@happyvisio.com)



@happyvisio



@happyvisio



#happyvisio