



#PLANSOLIDARITÉSENIORS&HANDICAP

SENIORS CONNECTÉS ! AVEC HAPPYVISIO



LE NOUVEAU SERVICE DE CONFÉRENCES ET D'ATELIERS EN LIGNE SUR
LES THÉMATIQUES SANTÉ, BIEN-ÊTRE, VIE PRATIQUE, LOISIRS, SPORTS...



VOUS ÊTES SENIORS et vous disposez d'un ordinateur ou d'une tablette ?

Le Département des Alpes-Maritimes vous offre un accès illimité à un large choix de conférences et d'ateliers à suivre en direct ou en rediffusion.

HAPPYVISIO C'EST QUOI ?

HAPPYVISIO EST UN SITE INTERNET QUI VOUS PROPOSE :

- De participer à des centaines de conférences en ligne sur des sujets qui concernent votre quotidien (santé, nutrition fiscalité, consommation.....)
- De poser des questions à des experts grâce au «Chat» en ligne
- De participer depuis chez vous à des ateliers mémoire en groupe de 10 à 15 personnes, d'une durée d'1 heure et animés par un neuropsychologue.

JE VEUX M'INSCRIRE, COMMENT FAIRE ?

C'EST SIMPLE

- 1 Rendez-vous sur le site www.happyvisio.com
- 2 Cliquez sur « S'INSCRIRE/SE CONNECTER »
- 3 Dans la rubrique « **S'inscrire** » :
Remplissez les cases vides du formulaire avec vos informations personnelles (nom, prénom, adresse mail...)
Indiquez votre adresse mail et créez votre mot de passe (il faudra garder précieusement ces informations pour vous connecter à chaque fois sur le site)
Important : Dans la case « **CODE PARTENAIRE** » vous devez taper **CD06** (ce code vous permet d'accéder gratuitement aux contenus en ligne)
- 4 une fois toutes les cases complétées, cochez la case « **j'ai lu et j'accepte les conditions** »
Et appuyez sur « **FINALISER L'INSCRIPTION** »



NB : Vos informations personnelles resteront confidentielles et ne seront pas utilisées à titre commercial.

Si vous rencontrez des difficultés à vous inscrire ou à participer aux ateliers,
vous pouvez contacter la Hotline gratuite au : 01.76.28.40.84



JE SUIS INSCRIT(E) SUR LE SITE, COMMENT TROUVER LES SUJETS QUI M'INTÉRESSENT ?

Une fois inscrit(e) à HappyVisio et connecté(e), vous pouvez choisir les conférences et ateliers qui vous intéressent :

- 1 Vous parcourez les pages de présentation des conférences et des ateliers, regardez les dates et inscrivez-vous selon vos disponibilités.
- 2 Vous recevrez un email de confirmation. Vous pouvez vous y désinscrire à tout moment.

Vous êtes inscrit(e) à une activité mais vous ne pouvez plus y participer. Vous pouvez choisir une nouvelle date si disponible ou visionner la rediffusion de l'activité depuis la rubrique « [Mon espace](#) ».



JE VEUX PARTICIPER À UNE CONFÉRENCE OU UN ATELIER, COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Une fois inscrit(e) à une conférence ou un atelier, vous recevrez un email de rappel 24 heures et 1h avant. Trente minutes avant le début de la séance, vous pouvez rejoindre la salle virtuelle. Cliquez sur le bouton [REJOINDRE](#) qui se trouve notamment en page d'accueil dans la rubrique « [Prochain rendez-vous](#) ».

Une page va s'ouvrir et vous proposer de télécharger et de lancer l'application. Si c'est la première fois que vous suivez une conférence ou une séance d'atelier avec HappyVisio, ou que vous visionnez un replay, vous devrez installer cette application.

Pour les fois suivantes, vous pourrez cliquer sur « [J'ai déjà l'application](#) ».

Les activités durent une heure et sont interactives : vous pouvez poser vos questions aux experts en direct et échanger avec eux.

PROGRAMME DES PROCHAINES VISIO CONFÉRENCES

• *L'été arrive... mieux vivre les fortes chaleurs*

Jeudi 4 juin - 15 heures

• *Cycle sommeil : apprendre à faire le calme et à s'endormir*

Lundi 8 juin - 15 heures

• *Vivre avec le diabète : l'importance de la nutrition*

Jeudi 11 juin - 15 heures

• *Les lundis numériques : les applications utiles pour les vacances*

Lundi 15 juin - 15 heures

• *Charles De Gaulle : l'Homme du 18 juin 1940*

Jeudi 18 juin - 14 heures

• *Oser se lancer dans le zéro déchet*

Lundi 22 juin - 15 heures

• *DMLA - Comprendre et prévenir*

Mercredi 24 juin - 18 heures

• *Risques de chutes et bonnes postures*

Mardi 7 juillet - 15 heures

HAPPY QUIZZ

Des quizz de culture générale animés en direct
Ateliers mémoire (Dates et horaires sur le site)

LE DÉPARTEMENT AU  DE VOTRE VIE !

 DEPARTEMENT06.FR  DEPARTEMENT06  @ALPESMARITIMES

WWW.DEPARTEMENT06.FR



Conférence des financeurs

de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées

CONVIVAL

GRATUIT

INTERACTIF

HappyVisio

Programme des conférences Septembre à décembre 2020

Vendredi 4 septembre - 11h

Quatre septembre 1870 - la naissance de la 3^{ème} république

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

Lundi 7 septembre - 15h

Comprendre et déjouer les arnaques aux offres promotionnelles

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

Mercredi 9 septembre - 11h

Cycle mémoire : séance 1 / 6 - Connaître sa mémoire et son évolution au cours de la vie

Présenté par Jessica Chatelain, Neuropsychologue

Jeudi 10 septembre - 15h.

Joie de vivre de Matisse

Présenté par Camilla Bevilacqua, guide conférencière

Mardi 15 septembre - 11h

Plantes du balcon et de l'intérieur comme remède de grand-mère

Présenté par Frédéric Thélinge, animateur Nature

Mardi 15 septembre - 15h

Vivre après un AVC ou accompagner un proche ayant un antécédent d'AVC

Présenté par Catherine Le Bras, psychologue spécialisée en neuropsychologie

Mercredi 16 septembre - 11h

Cycle mémoire : séance 2 / 6 - Le processus de mémorisation

Présenté par Jessica Chatelain, Neuropsychologue

Mercredi 16 septembre - 15h

Code de la route : testez vos connaissances

Présenté par l'association AGIRabcd42

Des conférences à suivre gratuitement et en direct sur [HappyVisio.com](https://www.happyvisio.com)



Jeudi 17 septembre - 11h

Les modifications physiologiques liées à l'âge

Présenté par Dr Hassan Younes, Enseignant-chercheur en Nutrition, alimentation et santé

Lundi 21 septembre - 15 h

Les lundis du numérique

Instagram : Devenez un pro d'un des réseaux sociaux les plus utilisés

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Mardi 22 septembre - 15h

L'animation à domicile pour nos proches atteints de troubles cognitifs

Présenté par Catherine Le Bras, psychologue spécialisée en neuropsychologie

Mercredi 23 septembre - 15h

Hypnose : découvrir et comprendre

Présenté par Camille Choichillon, infirmière et hypnothérapeute

Lundi 28 septembre - 11h

Stimulez votre mémoire avec la sophrologie

Présenté par Céline Riclet, Sophrologue

Lundi 28 septembre - 15h

Les lundis du numérique

Comprendre les différents modes de connexion internet (wifi, 4G, fibre, ...)

Présenté par l'association Destination Multimédia

Mercredi 30 septembre - 11h

Cycle mémoire : séance 3 /6 - Les différentes mémoires : les mémoires à court terme

Présenté par Jessica Chatelain, Neuropsychologue

Mercredi 30 septembre - 15h

Le Belleville littéraire

Présenté par Marie Poinot, Rédactrice en chef de la Revue *Hommes et Migrations*,
et membre de l'association Cultures Communes

Jeudi 1er octobre - 15h

**Présentation d'une démarche de lien social à destination des aînés (MONALISA)
portée par le Département de l'Oise**

Présenté par Pascale Sorel du Conseil Départemental de l'Oise en charge de la coopération MONALISA

Des conférences à suivre gratuitement et en direct sur [HappyVisio.com](https://www.happyvisio.com)



Mercredi 7 octobre - 11h

Cycle mémoire : séance 4 /6 - Les différentes mémoires – Les mémoires à long terme

Présenté par Jessica Chatelain, Neuropsychologue

Jeudi 8 octobre - 15h

A la découverte des champignons

Présenté par Frédéric Thélinge, animateur Nature

Vendredi 9 octobre - 11h

Légumineuses, sources de protéines délicieuses

Présenté par Mathilde Gibeaux, diététicienne de l'association Miam,
en partenariat avec Silver Fourchette

Lundi 12 octobre - 11h

La perception sensorielle des seniors

Présenté par Dr Flore Depeint, Enseignant-chercheur en Nutrition appliquée

Mercredi 14 octobre - 11h

Cycle mémoire : séance 5 /6 - Le fonctionnement de la mémoire

Présenté par Jessica Chatelain, Neuropsychologue

Mercredi 14 octobre - 15h

Comment se réinventer une vie : un nouveau métier à 57ans

Présenté par Caroline Ida Ours, Modèle Influence Blogueuse

Jeudi 15 octobre - 11h

Seniors sous la couette

Présenté par Virginie Pailles, psychothérapeute et sexologue

Jeudi 15 octobre - 14h

Dépistage du cancer du sein, selon l'âge et le niveau de risque

Présenté par la Ligue Contre le Cancer

Lundi 19 octobre - 15 h

Les lundis du numérique

Quelles applications numériques pour communiquer avec vos proches ?

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Des conférences à suivre gratuitement et en direct sur [HappyVisio.com](https://www.happyvisio.com)



Mercredi 21 octobre - 11h

Cycle mémoire : séance 6/6 - Mémoire et qualité de vie

Présenté par Jessica Chatelain, Neuropsychologue

Jeudi 22 octobre - 15h

Evasion à Venise

Présenté par Lucia Lundberg, guide conférencière

Lundi 26 octobre - 15h

Les lundis du numérique - Les réseaux sociaux et sites de rencontre pour seniors

Présenté par l'association Destination Multimédia

Mardi 27 octobre - 15h

Greta Garbo, la divine

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

Jeudi 29 octobre - 15h

Cycle Epargne et patrimoine - Prendre les bonnes décisions pour organiser son épargne dans un contexte de crise économique

Présenté par Frédéric Boyer de l'association Finances et Pédagogie

Jeudi 5 novembre - 11h

Des fleurs dans vos assiettes

Présenté par Eve Vernice, floricultrice, et Sylvain Lefèvre, diététicien, en partenariat avec Silver Fourchette

Jeudi 5 novembre - 15h

Cycle Epargne et patrimoine - Bien préparer sa succession en l'anticipant

Présenté par Frédéric Boyer de l'association Finances et Pédagogie

Mardi 10 novembre - 11h

Prendre soin de soi au quotidien avec les huiles essentielles

Présenté par Valérie Guenec, conseillère en huiles essentielles

Mardi 10 novembre - 15h

Leonard de Vinci

Présenté par Alex Lapinte-Law, Guide conférencier

Des conférences à suivre gratuitement et en direct sur [HappyVisio.com](https://www.happyvisio.com)



Jeudi 12 novembre - 15h

Cycle Epargne et patrimoine - Réaliser des donations de son vivant

Présenté par Frédéric Boyer de l'association Finances et Pédagogie

Vendredi 13 novembre - 11h

Saisonnalité des fruits et légumes et apports nutritionnels

Présenté par Julie Branchu, Ingénieur d'études en Restauration santé et Diététicienne

Lundi 16 novembre - 11h

Les thérapies naturelles face à l'hiver

Présenté par Virginie Pailles, psychothérapeute et naturopathe

Lundi 16 novembre - 15 h

Les lundis du numérique

Virus, spam, phishing : comment reconnaître les menaces pour naviguer sur internet en toute sécurité ?

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Jeudi 19 novembre - 15h

Du miel et des abeilles

Présenté par Frédéric Thélinge, animateur Nature

Vendredi 20 novembre - 15h

Cycle Epargne et patrimoine - Bien connaître les aspects successoraux, administratifs et bancaires à la suite du décès d'un proche

Présenté par Frédéric Boyer de l'association Finances et Pédagogie

Lundi 23 novembre - 11h

Les bienfaits des plantes et épices en cuisine

Présenté par Dr Philippe Pouillart, Enseignant-chercheur en Pratique culinaire et santé

Lundi 23 novembre - 15h

Les lundis du numérique - Comment scanner des documents sans scanner ? Comment gérer les cookies et nettoyer son historique et ses données de navigation ?

Présenté par l'association Destination Multimédia

Mardi 24 novembre - 15h

Pourquoi et comment créer votre Dossier Médical Partagé ?

Présenté par la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de Paris

Des conférences à suivre gratuitement et en direct sur HappyVisio.com



Lundi 30 novembre - 15h

Comprendre et déjouer les arnaques au démarchage par téléphone

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

Lundi 7 décembre - 11h

La dénutrition, causes et effets, solutions d'enrichissement naturel de l'alimentation

Présenté par Dr Hassan Younes, Enseignant-chercheur en Nutrition, alimentation et santé

Lundi 7 décembre - 15h

Les lundis du numérique - Comment gérer ses mots de passe ?

Présenté par l'association Kocoya Think Lab

Mardi 8 décembre - 15h

Chèques vacances seniors - le nouveau programme est arrivé

Présenté par Oriane Filhol de l'ANCV

Mercredi 9 décembre - 15h

Hypnose : découvrir et comprendre

Présenté par Camille Choichillon, infirmière et hypnothérapeute

Jeudi 10 décembre 2020 - 15h

Le style Chanel

Présenté par Martine Lecamus, Professeure en sociologie de la mode

Lundi 14 décembre - 11h

Blues de Noël : Garder le moral pendant les fêtes

Présenté par Céline Riclet, Sophrologue

Lundi 14 décembre - 15h

Les lundis du numérique - sujet à choisir par les HappyNautes

Présenté par Destination Multimédia

Mardi 15 décembre - 15h

Beethoven, « rock star » depuis 250 ans

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

D'autres conférences seront ajoutées régulièrement et seront à découvrir sur notre site internet

Des conférences à suivre gratuitement et en direct sur [HappyVisio.com](https://www.happyvisio.com)



CONVIVAL

GRATUIT

INTERACTIF

HappyVisio

Comment suivre ces conférences ?



Rendez vous sur le site [HappyVisio.com](https://www.happyvisio.com)



Inscrivez-vous gratuitement avec le **code partenaire CD06**

Ce code vous est offert par le département des Alpes-Maritimes.



Choisissez les conférences et ateliers de votre choix, selon vos disponibilités



Participez depuis chez vous aux activités sélectionnées



Besoin d'aide ?

Contactez nous : 01 76 28 40 84 / contact@happyvisio.com

HappyVisio est une initiative soutenue par le département des Alpes-Maritimes.



DÉPARTEMENT
DES ALPES-MARITIMES | 06



