

# CONFÉRENCES EN LIGNE

## PROGRAMME DE SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2021

PARTICIPEZ À NOS CONFÉRENCES EN DIRECT ET POSEZ VOS QUESTIONS À NOS EXPERTS

JEUDI 09 SEPTEMBRE - 15H30

**Capitaliser sur l'énergie de l'été pour optimiser sa santé**

Boris Perrin, naturopathe

MERCREDI 15 SEPTEMBRE - 11H

**Prendre soin de soi au quotidien avec les huiles essentielles**

Valérie Guenec, conseillère en huiles essentielles

JEUDI 16 SEPTEMBRE - 15H30

**Remboursements des mutuelles : comment ça fonctionne ?**

Abdellah Nasri, Président du groupe Partner Conseils Assurances.

VENDREDI 17 SEPTEMBRE - 11H

**La Psychologie Positive, ce n'est pas la Pensée Positive !**

Virginie Debord, Psychothérapeute

MERCREDI 22 SEPTEMBRE - 15H30

**Kit anti-arnaques (partie 2)**

Pascal Tonnerre, président de l'association Réseau Anti-Arnaque

LUNDI 27 SEPTEMBRE - 11H

**Entretenir sa force, comment, pourquoi ? Les 13 bonnes raisons**

Jacques Choque, Educateur sportif diplômé d'Etat

MERCREDI 6 OCTOBRE - 11H

**Entretenir sa souplesse, comment, pourquoi ? Les 13 bonnes raisons**

Jacques Choque, Educateur sportif diplômé d'Etat

VENDREDI 8 OCTOBRE - 15H30

**La sérénité, une clé du bonheur**

Aurélie Debiol, Psychologue Clinicienne

JEUDI 14 OCTOBRE - 15H30

**Le petit déjeuner**

Boris Perrin, naturopathe

MERCREDI 20 OCTOBRE - 15H30

**Dangers de la maison, danger pour tous**

Fabien Valente, de la Croix-Rouge française

JEUDI 21 OCTOBRE - 15H30

**Préparer et faire respecter ses dernières volontés**

Charles Simpson, directeur de Senior Media

MARDI 26 OCTOBRE - 15H30

**Prévenir les infections hivernales**

Boris Perrin, naturopathe

MERCREDI 27 OCTOBRE - 11H

**Comment bien choisir ses aides auditives**

Sébastien Leroy, de l'Association Journée Nationale de l'Audition

VENDREDI 29 OCTOBRE - 11H

**Les thérapies naturelles face à l'hiver**

Virginie Pailles, psychothérapeute et naturopathe



**VENDREDI 29 OCTOBRE - 15H30**

**Vive la retraite - Définir son projet de vie à la retraite**

Youri Girard,  
Formateur et Coach professionnel



**MARDI 23 NOVEMBRE - 15H30**

**Les logements seniors innovants**

Gwendoline Cotrez, conférencière  
et fondatrice de Movadom



**MERCREDI 3 NOVEMBRE - 11H**

**Conflits familiaux, quand la Grand-Parentalité est mise à rude épreuve**

Carole Laurençon, Thérapeute relationnelle



**VENDREDI 26 NOVEMBRE - 15H30**

**Vive la retraite - Mon logement demain : et si on déménageait ?**

Pierre-Marie CHAPON, sociologue et docteur  
en géographie et aménagement



**MERCREDI 10 NOVEMBRE - 11H**

**Le deuil du couple - Vivre après la perte de son conjoint**


Carole Laurençon,  
Thérapeute relationnelle



**MERCREDI 1 DÉCEMBRE - 15H30**

**Prise en charge de la thyroïde**

Virginie Pailles,  
psychothérapeute et naturopathe



**LUNDI 15 NOVEMBRE - 11H**

**L'équilibre : Comment ça "marche" ? Comment l'entretenir ?**

Jacques Choque,  
Educateur sportif diplômé d'Etat



**VENDREDI 3 DÉCEMBRE - 15H30**

**Vive la retraite - Cultiver son épanouissement à la retraite**

Youri Girard,  
Formateur et Coach professionnel



**JEUDI 18 NOVEMBRE - 15H30**

**Les intestins :notre deuxième (premier ?) cerveau**

Boris Perrin, naturopathe



**JEUDI 9 DÉCEMBRE - 15H30**

**Les incroyables vertus de l'eau**

Boris Perrin, naturopathe



**VENDREDI 19 NOVEMBRE - 15H30**

**Préparer sa succession et donner de son vivant**

Valérie Mesnage  
de l'association Finances et Pédagogie



**MARDI 14 DÉCEMBRE - 15H30**

**Passage à la retraite : les enjeux psychologiques**

Gérard Vallat,  
psychologue et psychothérapeute



**HAPPYVISIO, C'EST DE NOMBREUX AUTRES RENDEZ-VOUS REGULIERS À DÉCOUVRIR SUR LE SITE :**

**ACTIVITÉ PHYSIQUE**  
Gym - Yoga - Pilate - Qi Gong - Tai chi



**les Jundis du numérique**



**CYCLE MÉMOIRE**  
en 6 séances



**Conférences Culturelles**



**Dictées et ateliers d'écriture**



**Papote & popote**  
Votre rendez-vous cuisine en ligne !



## COMMENT SUIVRE CES CONFÉRENCES ?

1- RENDEZ-VOUS SUR LE SITE [HAPPYVISIO.COM](https://www.happyvisio.com)

2- INSCRIVEZ-VOUS **GRATUITEMENT** EN INDIQUANT À L'INSCRIPTION LE CODE PARTENAIRE ASEPT SUIVI DU NUMÉRO DE VOTRE DÉPARTEMENT. EX : ASEPT14, ASEPT27, ASEPT50, ASEPT61 OU ASEPT76

CES CODES VOUS SONT OFFERTS PAR L'ASEPT NORMANDIE AVEC LE CONCOURS FINANCIER DE LA CNSA DANS LE CADRE DE LA CONFÉRENCE DES FINANCEURS DE LA PERTE D'AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES DU CALVADOS, DE L'EURE, DE L'ORNE, DE LA MANCHE ET DE LA SEINE-MARITIME.

3- **CHOISISSEZ ET PARTICIPEZ** DEPUIS **CHEZ VOUS** AUX ACTIVITÉS SÉLECTIONNÉES

Besoin d'aide ?  
Contactez-nous ...



01 76 28 40 84



[contact@happyvisio.com](mailto:contact@happyvisio.com)

