

# 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

**VENDREDI 8 OCTOBRE - 15H30**
**La sérénité, une clé du bonheur**

Aurélie Debiol, Psychologue Clinicienne

**MERCREDI 15 SEPTEMBRE - 11H**
**Prendre soin de soi au quotidien avec les huiles essentielles**

Valérie Guenec, conseillère en huiles essentielles

**JEUDI 14 OCTOBRE - 15H30**
**Le petit déjeuner**

Boris Perrin, naturopathe

**JEUDI 16 SEPTEMBRE - 15H30**
**Remboursements des mutuelles : comment ça fonctionne ?**

Abdellah Nasri, Président du groupe Partner Conseils Assurances.

**MERCREDI 20 OCTOBRE - 15H30**
**Dangers de la maison, danger pour tous**

Fabien Valente, de la Croix-Rouge française

**VENDREDI 17 SEPTEMBRE - 11H**
**La Psychologie Positive, ce n'est pas la Pensée Positive !**

Virginie Debord, Psychothérapeute

**JEUDI 21 OCTOBRE - 15H30**
**Préparer et faire respecter ses dernières volontés**

Charles Simpson, directeur de Senior Media

**MERCREDI 22 SEPTEMBRE - 15H30**
**Kit anti-arnaques (partie 2)**

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

**MARDI 26 OCTOBRE - 15H30**
**Prévenir les infections hivernales**

Boris Perrin, naturopathe

**LUNDI 27 SEPTEMBRE - 11H**
**Entretenir sa force, comment, pourquoi ? Les 13 bonnes raisons**

Jacques Choque, Educateur sportif diplômé d'Etat

**MERCREDI 27 OCTOBRE - 11H**
**Comment bien choisir ses aides auditives**

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

**MERCREDI 6 OCTOBRE - 11H**
**Entretenir sa souplesse, comment, pourquoi ? Les 13 bonnes raisons**

Jacques Choque, Educateur sportif diplômé d'Etat

**VENDREDI 29 OCTOBRE - 11H**
**Les thérapies naturelles face à l'hiver**

Virginie Pailles, psychothérapeute et naturopathe

Ces activités vous sont offertes par :



Le Centre Communal d'Action Sociale de Rubelles.



**VENDREDI 29 OCTOBRE - 15H30**

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

Youri Girard,  
Formateur et Coach professionnel



**MERCREDI 3 NOVEMBRE - 11H**

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

Carole Laurençon, Thérapeute relationnelle



**MERCREDI 10 NOVEMBRE - 11H**

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

Carole Laurençon,  
Thérapeute relationnelle



**LUNDI 15 NOVEMBRE - 11H**

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

Jacques Choque,  
Educateur sportif diplômé d'Etat



**JEUDI 18 NOVEMBRE - 15H30**

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

Boris Perrin, naturopathe



**VENDREDI 19 NOVEMBRE - 15H30**

### Préparer sa succession et donner de son vivant

Valérie Mesnage  
de l'association Finances et Pédagogie

**MARDI 23 NOVEMBRE - 15H30**

### Les logements seniors innovants

Gwendoline Cotrez, conférencière  
et fondatrice de Movadom



**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 1 DÉCEMBRE - 15H30**

### Prise en charge de la thyroïde

Virginie Pailles,  
psychothérapeute et naturopathe



**VENDREDI 3 DÉCEMBRE - 15H30**

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

Youri Girard,  
Formateur et Coach professionnel



**JEUDI 9 DÉCEMBRE - 15H30**

### Les incroyables vertus de l'eau

Boris Perrin, naturopathe



**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 lundis 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](http://HAPPYVISIO.COM)

2- INSCRIVEZ-VOUS **GRATUITEMENT** AVEC LE CODE PARTENAIRE : **HAPPYRUBELLES**

CE CODE VOUS EST OFFERT PAR LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE RUBELLES.

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

DÉCOUVREZ TOUTES LES CONFÉRENCES EN CLIQUANT ICI

Besoin d'aide ?  
Contactez-nous ...



01 76 28 40 84



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

