

Programme des Événements

Conférences et ateliers gratuits

Lundi 3 avril
de 10h00 à 11h30
Cycle Lien Social

La Maison des Aînés et des Aidants à Paris ! Acteur de proximité incontournable pour les personnes de + de 60 ans (Présentiel)

Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

- Structure en lien avec la Ville de Paris pour faciliter l'accès aux informations, aux réseaux socio-médicaux et aux aides possibles pour les personnes de + de 60 ans.
- Présentation de son rôle et de ses missions.

Intervenant : Raoul Chantelot – Maison des aînés et des Aidants

M2A DAC 75 Ouest 7^{ème}, 15^{ème} et 16^{ème} arrondissements

Mardi 11 avril
de 14h30 à 16h00
Cycle Bien chez soi

Habitats de demain. Présentation du label Humanitude (Présentiel)

Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

- Quelles sont les nouvelles formes d'habitat avec leurs avantages et inconvénients ... ?
- Le label Humanitude, 1^{er} label pour garantir la bienveillance en établissement de retraite.

Intervenante : Annie de Vivie – Fondatrice d'Agevillage.com et Directrice des Formations d'Humanitude

Jeudi 13 avril
de 10h00 à 11h30
Cycle Juridique

Comment anticiper la transmission patrimoniale ? (Visioconférence)

- Les droits successoraux du conjoint survivant, des descendants et du partenaire pacsé.
- La donation entre époux.
- Les régimes matrimoniaux - contrat de mariage - aménagement du régime matrimonial.
- Le testament olographe - authentique - modalités rédactionnelles.

Intervenant : Maître Fabrice Perreau-Billard – Notaire

Lundi 17 avril
de 10h00 à 11h30
Cycle Habitat

Une salle de bain plus pratique et plus sûre ! (Présentiel)

Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

- Conseils et astuces pour optimiser l'agencement de la salle de bains et la relooker : bien choisir son éclairage, ses équipements, revêtements, couleurs et rangements.

Intervenante : Marie-Pierre Dubois Petroff – Architecte et auteur

Mercredi 19 avril
de 10h00 à 11h30
Cycle Lien Social

Rencontre avec nos meilleurs amis, les neurones miroirs !

Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

- Comment les neurones miroirs nous permettent de favoriser le lien social, le bonheur, mais aussi de mieux nous comprendre nous-mêmes.

Intervenant : Christophe Pavan – Neuropsychologue

Vendredi 21 avril
de 10h00 à 11h30
Cycle Bien chez soi

Atelier : Basse vision, les nouvelles solutions pour les problèmes de lecture (Présentiel)

Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

Nombre de places limité

- Vous souffrez d'une déficience visuelle et vous souhaitez connaître les dernières solutions aux problèmes de lecture ?
- Venez découvrir les dernières innovations afin de pouvoir regagner de l'autonomie dans votre quotidien.

Intervenant : Thomas Wanwest – Orcam

**Vendredi 21 avril
de 14h00 à 16h00**
Cycle Bien-Être Santé

Atelier - Initiation aux gestes qui sauvent (Présentiel)
Centre de prévention Agirc-Arrco : 16 rue François Truffaut -75012 PARIS
Nombre de places limité

• Acquérir les réflexes de l'intervention d'urgence : alerte, étouffement, mise sur le côté, arrêt cardiaque et utilisation d'un défibrillateur.

Intervenant : Association Les Transmetteurs

**Lundi 24 avril
de 10h00 à 11h30**
Cycle Bien chez soi

Mon Logement sécurisé et confortable (Présentiel)
Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

• Mon logement sécurisé et confortable : visite guidée pour acquérir un œil expert
• Des pièges à anticiper et des astuces à connaître pour profiter de son chez soi en toute sérénité !

Intervenant : Jean-Philippe Arnoux – Vice-président Silver Économie Filière Habitat

**Mercredi 26 avril
de 10h00 à 11h30**
Cycle Habitat

Comprendre votre devis travaux (Présentiel)
Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

• Mentions obligatoires, clauses facultatives et leurs conséquences.
• Points à vérifier avant signature.
• Obligations de chaque partie après engagement.
• Les documents annexes au devis.

Intervenant : Pape Lo – Construire demain

**Vendredi 28 avril
de 10h00 à 11h30**
Cycle Bien chez soi

**Bien-être et confort chez soi : comment faciliter son quotidien ?
Prévention, adaptation, financements (Présentiel)**

Immeuble VIVACITY : 151 rue de Bercy – 75012 PARIS

• Conseils d'adaptation et d'amélioration de votre logement.
• Accessoires et astuces pour un meilleur confort.
• Qu'est-ce qu'un diagnostic habitat ?

Intervenante : Christelle Dumas – Ergothérapeute D.E.

Permanences gratuites

**Lundi 17 avril
de 14h00 à 17h00**

Permanences téléphoniques juridiques ADIL Paris

Vous êtes locataire, propriétaire, bailleur, **un(e) juriste de l'ADIL 75**
Agence départementale d'information sur le logement, répond à vos questions
en entretien individuel de 30 minutes.

Sur rendez -vous au : 01 71 72 58 00

Informations pratiques

ESPACE IDEES BIEN CHEZ MOI

Téléphone : 01 71 72 58 00

Mail : accueil@espace-idees.fr

Horaires :

L'ESPACE IDÉES a déménagé fin juin.

Pendant cette période de transition :

- Notre programme d'activités vous sera proposé mensuellement, par mail.
- L'accueil physique du public restera fermé. Vous pouvez toutefois nous joindre au téléphone ou par mail aux adresses ci-dessus.

Accès :

- Notre nouvelle adresse vous sera communiquée en temps opportun.

Inscriptions aux conférences

Vous pouvez vous inscrire par :

- Mail : accueil@espace-idees.fr
- Téléphone au **01 71 72 58 00**
- Courrier postal en complétant et renvoyant le coupon ci-dessous

Une confirmation vous sera adressée

Coupon réponse

à adresser à : **Espace Idées Bien chez moi Agirc – Arrco**
25 rue Paradis 75010 Paris

Mme. Mr. Prénom : Nom :

Adresse :

CP : Ville :

Tél. : E-mail :

Nom de votre institution de retraite complémentaire Agirc-Arrco :

Cases à cocher :

- Lundi 3 avril (Présentiel) – 10h00 à 11h30
- Mardi 11 avril (Présentiel) – 14h30 à 16h00
- Jeudi 13 avril (Visio) – 10h00 à 11h30
- Lundi 17 avril (Présentiel) – 10h00 à 11h30
- Mercredi 19 avril (Présentiel) – 10h00 à 11h30
- Vendredi 21 avril (Présentiel Atelier Base Vision) - 10h00 à 11h30
- Vendredi 21 avril (Présentiel Atelier Gestes 1er secours) - 14h00 à 16h00

- Lundi 24 avril (Présentiel) – 10h00 à 11h30
- Mercredi 26 avril (Présentiel) – 10h00 à 11h30
- Vendredi 28 avril (Présentiel) – 10h00 à 11h30

Entretien ADIL sur RDV

- Lundi 17 avril (au téléphone)

Vos données à caractère personnel sont collectées et traitées par Espace Idées Bien Chez moi dans le cadre de votre inscription à une ou des conférences.

Il ne pourra être procédé à votre inscription en cas d'absence d'une information indiquée comme obligatoire.

Ces données sont conservées pendant 5 ans. Vous disposez du droit de demander l'accès aux données vous concernant, leur rectification, leur effacement, leur portabilité ou la limitation de leur utilisation. Vous pouvez aussi, sous certaines conditions, vous opposer à un traitement de ces données.

Ces droits peuvent être exercés en adressant un courrier accompagné d'un justificatif d'identité à Espace Idées Bien chez moi Agirc -Arrco, 25 rue de Paradis - 75010 PARIS.