



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

HappyVisio présente À Vos Plumes, un prix littéraire 2.0 qui permet aux séniors de s'exprimer par l'écriture

L'écriture est bien plus qu'une activité littéraire. Elle a de nombreuses vertus : elle stimule la mémoire, la concentration, l'imagination et la coordination des gestes, libère du stress, et améliore le sommeil. Elle est aussi fédératrice et impliquante.

Le concours d'écriture À Vos Plumes permet ainsi aux séniors de profiter de ces bienfaits et de mettre en avant leurs talents.

Créé par [HappyVisio](#), le spécialiste des conférences et des ateliers en ligne, ce prix littéraire a été co-pensé avec le romancier et poète Joël Baqué. Il sera remis le 22 septembre 2021, en pleine période des prix littéraires.



HappyVisio



Un concours accessible et participatif

Imaginé par Benjamin Raspail, un des trois co-fondateurs d'HappyVisio, le concours À Vos Plumes a pour objectif d'apporter aux utilisateurs de la plateforme de visioconférence davantage de bien-être. Il a également pour ambition de montrer que le digital rassemble, et donne la chance à toutes et tous de s'exprimer.

Destiné aux seniors, le concours est le point d'orgue d'une série d'ateliers d'écriture, une nouvelle activité par visioconférence proposée par HappyVisio à un public de seniors.

Lors de ces ateliers, les écrivains en herbe ont été accompagnés pas à pas par Joël Baqué dans la recherche d'inspiration, la découverte des secrets de fabrication, et les règles et contraintes liées au genre littéraire de la nouvelle.

Les bienfaits de l'écriture

De nombreux travaux scientifiques ont mis en lumière les effets bénéfiques de l'écriture. « Activité engageante et fortement coûteuse en ressources attentionnelles », elle a le pouvoir de « transformer l'état émotionnel des rédacteurs » (Rachid Bannour, [L'écriture expressive et ses effets : Approche cognitivo-émotionnelle](#)).

L'écriture a à la fois un impact sur le corps et sur le cerveau : cela soulage les douleurs, en faisant travailler les articulations, atténue les symptômes de la dépression, libère du stress, améliore le sommeil et aide à mieux atteindre ses objectifs ([source](#)).

Elle permet également d'augmenter la capacité de concentration et la coordination entre vision et gestes ; il est conseillé d'intégrer cette activité dans une routine matinale, afin d'éveiller le corps et l'esprit ([source](#)).

« Toute activité intellectuelle est bénéfique à tout âge, particulièrement lorsqu'elle met en œuvre les ressources de l'imaginaire et nécessite de construire une histoire avec rigueur, comme c'est le cas pour une nouvelle », précise Joël Baqué. Le parrain du concours À Vos Plumes, qui a animé les ateliers, espère avoir donné aux participants l'envie d'écrire d'autres textes de fiction.

À Vos Plumes en chiffres

- 5 926 participations cumulées lors des directs en visioconférences ;
- 81 % de femmes ;
- 230 nouvelles reçues ;
- Un jury officiel (un comité de lecture) constitué de 310 HappyNautes ;
- Des participants qui ont entre 60 et plus de 80 ans, avec une moyenne forte entre 66 et 70 ans.

Les dates importantes du concours

27 avril

Le coup d'envoi du concours est lancé, avec le premier atelier À Vos Plumes. Quinze séances sont organisées en visioconférences, et animées par Joël Baqué. Le dernier atelier s'est déroulé le 13 juillet.

14 juillet

Date limite pour envoyer les nouvelles.

Jusqu'au 16 août

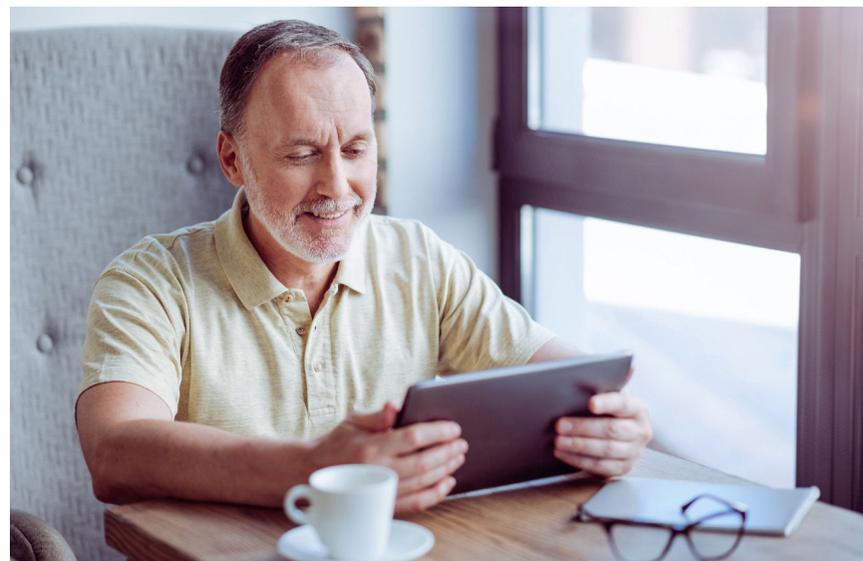
Le jury sélectionne les 11 meilleures nouvelles parmi les 230 reçues.

Du 30 août au 15 septembre

2e tour de vote du jury pour la sélection du ou de la lauréat(e).

22 septembre, 16h30

Remise du prix HappyVisio 2021 de la nouvelle par visioconférence.



HappyVisio : la visioconférence au service de la prévention

HappyVisio est un pionnier et un expert en organisation d'événements sur-mesure et en direct via visioconférence. La société est spécialisée dans les domaines de la prévention, de la santé et du bien-être. Elle a pour mission d'accompagner les acteurs de la prévention dans leurs actions auprès de leurs publics cibles.

HappyVisio propose une solution complète, conviviale, interactive, et clé en main, avec un engagement sans faille, pour ses HappyNautes et ses partenaires. Elle met en relation les intervenants professionnels et les organismes souscripteurs (collectivités locales, caisses de retraite et de prévoyance, mutuelles, etc.) avec leurs usagers, grâce à la plateforme digitale simple d'utilisation HappyVisio.com.

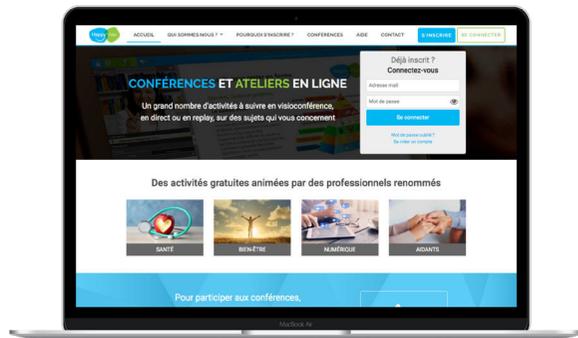
Les séniors peuvent accéder gratuitement aux activités d'HappyVisio grâce à un code mis à leur disposition par leur mutuelle ou par leur collectivité.



Un large réseau d'intervenants

La plateforme s'appuie sur un réseau de plus de 400 experts, dont des médecins, psychologues, nutritionnistes et ergothérapeutes, tous issus d'établissements reconnus comme la Croix-Rouge française, France Parkinson, le réseau anti-arnaques, et la Compagnie des aidants. HappyVisio compte par ailleurs plusieurs centaines de milliers d'utilisateurs.

Chaque année, HappyVisio organise plus de **3 500 conférences et ateliers** sur plus de 150 sujets. Pendant les activités, les participants s'informent, posent leurs questions et échangent en toute convivialité.



Les points forts d'HappyVisio

- Un vaste panel d'activité sur des sujets variés ;
- Des activités de qualité ;
- La convivialité de l'animation ;
- L'accompagnement de ses partenaires et utilisateurs via une hotline et de la formation ;
- Un accès simple et fiable à la plateforme de contenus ;
- L'accès illimité aux replays.



Portrait de Benjamin Raspail, co-fondateur d'HappyVisio

Benjamin Raspail a étudié le droit public et les relations internationales à Paris, puis a eu une première expérience entrepreneuriale dans le domaine des vins et spiritueux. Il a ensuite rejoint la fonction publique pour accompagner les réfugiés dans leurs demandes d'asile.

“ *Cela m'a permis de développer une sensibilité particulière qui m'a poussé à prendre la direction des ressources humaines d'un EHPAD, puis à diriger un centre de rééducation.* ”

De ces différentes expériences, Benjamin retient deux éléments marquants : la solitude dans laquelle se trouvent nombre de seniors, et l'incroyable potentiel de la visioconférence, découvert lors d'une période de travail à l'étranger.

Ce double constat l'a poussé, avec deux amis d'enfance, à se lancer dans l'aventure entrepreneuriale dès 2014. Le projet mûrit et, en 2017, HappyVisio marque de la start-up ADAM Visio, voit le jour.

À propos d'HappyVisio

HappyVisio est basé à Ivry-sur-Seine, dans les locaux de Silver Innov'. Dans un premier temps axé sur un public de personnes âgées, la plateforme de divertissement a diversifié son offre, et propose aujourd'hui des programmes d'activités complets par visioconférence à destination des aidants, des patients, des adolescents et bientôt des salariés.

En plein essor, la start-up compte 25 collaborateurs engagés et dynamiques. Elle continue à étoffer ses programmes d'activité, sans faire de concession sur la qualité, tout en diversifiant encore son offre : « Nous proposons des programmes pour les seniors, les aidants, les écoles, et les patients, mais allons prochainement proposer un programme pour les salariés, dans le domaine de la prévention de la qualité de vie au travail. Notre objectif est d'accompagner les personnes dans les différentes étapes de leur vie », explique Benjamin Raspail.

La start-up souhaite également travailler sur la data afin de fournir à ses clients un pilotage détaillé des actions de prévention menées.



Pour en savoir plus

Site web : <https://www.happyvisio.com/>

<https://www.facebook.com/HappyVisio-946209832121534>

<https://www.linkedin.com/company/10662862/admin/>

Contact presse

Candice Thomassin

Mail : candice@happyvisio.com

Tél. : 06 40 13 93 80