

MHF Newsletter



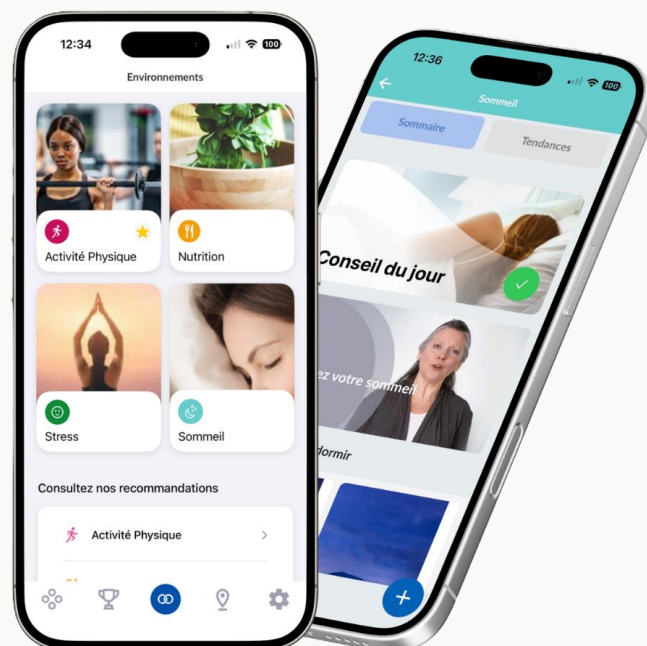
MYHEALTHFRIEND : SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

MyHealthFriend (MHF) est une **application mobile gratuite**, développée par le CHU de Nice, l'ASL CN1 et l'ASL CN2 dans le cadre d'une **coopération transfrontalière franco-italienne**, avec le soutien du programme **Interreg ALCOTRA**.

Conçue pour **favoriser le bien-être au quotidien**, elle s'articule autour de **4 axes** : **activité physique, nutrition, stress et sommeil**.

Un **bilan personnalisé** permet à chaque utilisateur d'identifier ses priorités et d'accéder à des contenus adaptés à ses besoins.

Depuis son lancement, l'application MHF compte **près de 1 500 téléchargements** ! Les modules consacrés au **stress** et au **sommeil** sont **les plus populaires** auprès des utilisateurs.



TOP NEWS

01

MHF À NICE : RENCONTRE AVEC LA VILLE

Lors de la journée portes ouvertes de la Maison Sport Santé (rue d'Italie, 11 juin 2026), l'équipe MHF a rencontré M. le maire de Nice, Éric Ciotti, et sera prochainement reçue en mairie pour évoquer le déploiement de l'application.

02

MODULE ACTIVITÉ PHYSIQUE

Deux nouveaux programmes complets seront bientôt disponibles, également destinés aux personnes à mobilité réduite

03

NOUVEAU PARTENARIAT EN COURS

Une collaboration avec le Centre d'Innovation et d'Usages en Santé (CIUS) est en cours pour accompagner le déploiement de l'application auprès des usagers et favoriser l'accès à des solutions numériques innovantes au service de la santé et du bien-être.

04

38/50 PATIENTS INCLUS DANS L'ÉTUDE CLINIQUE AU CHU DE NICE

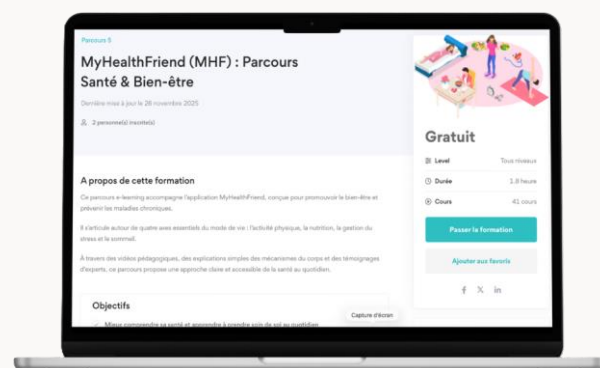
Étude pilote sur la satisfaction d'utilisation de l'application MyHealthFriend chez 50 patients atteints de maladies neurologiques chroniques. **PROCHAINEMENT** : Inclusion d'autres patients en Italie par l'ASL CN1 et l'ASL CN2.

NOUVEAU PARCOURS DE FORMATION

Le parcours « **Santé & Bien-être** », développé dans le cadre du projet MHF, est disponible gratuitement sur la **plateforme Prosol e-learning**.

Cette plateforme, **créée en 2022** et **cofinancée par le programme Interreg ALCOTRA**, propose 5 parcours de formation.

Grâce à des **contenus pédagogiques** et des **quiz**, les apprenants peuvent progresser à leur rythme et renforcer leurs connaissances en matière de santé et de bien-être.



<https://www.prosol-elearning.com>

MHF Newsletter



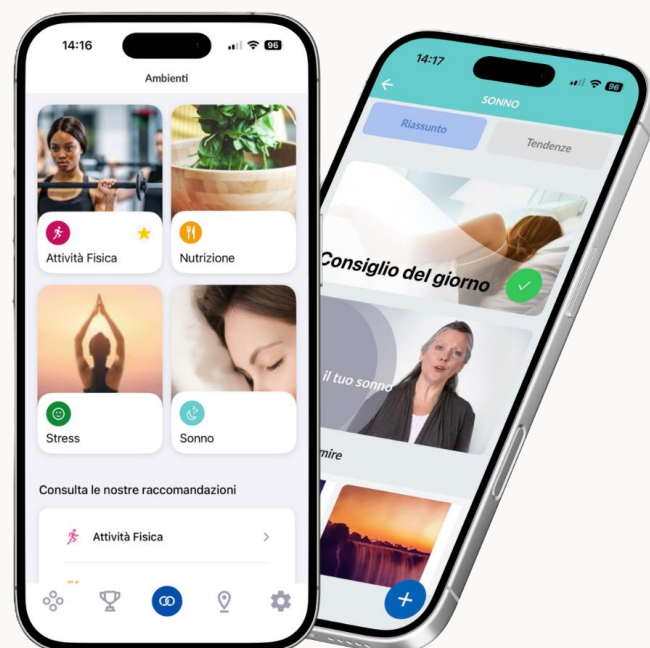
MYHEALTHFRIEND : SALUTE E BENESSERE

MyHealthFriend (MHF) è un'applicazione mobile gratuita, sviluppata dal CHU di Nizza, dall'ASL CN1 e dall'ASL CN2 nell'ambito di una **cooperazione transfrontaliera franco-italiana**, con il sostegno del programma **Interreg ALCOTRA**.

Progettata per **promuovere il benessere nella vita quotidiana**, si articola attorno a **4 aree: attività fisica, nutrizione, stress e sonno**.

Una **valutazione personalizzata** consente a ciascun utente di individuare le proprie priorità e di accedere a contenuti adatti alle proprie esigenze.

Dal suo lancio, l'applicazione MHF ha registrato **quasi 1.500 download!** I moduli dedicati alla gestione dello **stress** e al **sonno** sono i più apprezzati dagli utenti.



TOP NEWS

01

MHF A NIZZA: INCONTRO CON LA CITTÀ

Durante la giornata porte aperte della Maison Sport Santé (via d'Italia, 11 giugno 2026), il team MHF ha incontrato il sindaco di Nizza, Éric Ciotti, e sarà presto ricevuto in municipio per discutere lo sviluppo dell'applicazione.

02

MODULO ATTIVITÀ FISICA

Presto saranno disponibili due nuovi programmi completi, dedicati anche a persone non deambulanti.

03

NUOVA PARTNERSHIP IN CORSO

È in corso una collaborazione con il Centro per l'Innovazione e gli Usi in Sanità (CIUS) per supportare la diffusione dell'applicazione tra gli utenti e favorire l'accesso a soluzioni digitali innovative al servizio della salute e del benessere.

04

38/50 PAZIENTI INCLUSI NELLO STUDIO CLINICO PRESSO IL CHU DI NIZZA

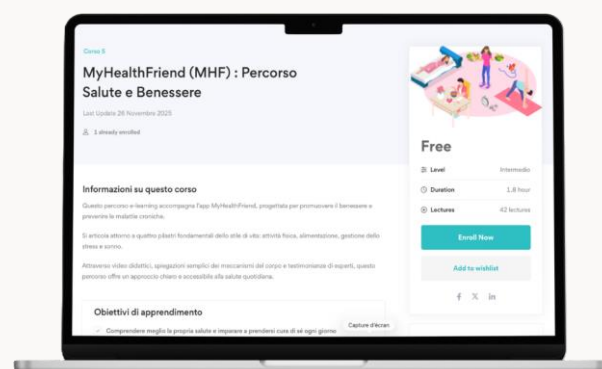
Studio pilota sulla soddisfazione d'uso dell'applicazione MyHealthFriend condotto su 50 pazienti affetti da malattie neurologiche croniche. **PROSSIMAMENTE:** Inclusione di altri pazienti in Italia da parte di ASLCN1 e ASLCN2

NUOVO PERCORSO DI FORMAZIONE

Il percorso « **Salute & Benessere** », sviluppato nell'ambito del progetto MHF, è disponibile gratuitamente sulla **piattaforma Prosol e-learning**.

Questa piattaforma, **creata nel 2022** e **cofinanziata dal programma Interreg ALCOTRA**, propone 5 percorsi formativi.

Grazie a **contenuti didattici** e **quiz**, gli utenti possono progredire al proprio ritmo e rafforzare le proprie conoscenze in materia di salute e benessere.



<https://www.prosol-elearning.com>