



#Optimisme2015



# Printemps de l'Optimisme

Le festival des énergies positives !

→ Paris - 20 et 21 mars 2015

DOSSIER DE PRESSE

# Préalable



Nous avons lancé, en 2014, le Printemps de l'Optimisme, la plus grande mobilisation jamais réalisée en France pour lutter contre la sinistrose et la morosité.

Il ne s'agit pas d'être béat, de rêver, de nier les difficultés, de voir le monde plus beau qu'il n'est.

Il s'agit d'être réaliste, d'affirmer que le pessimisme ne construit rien, de diriger notre regard vers ce qui fonctionne, de mobiliser nos énergies pour faire reculer cette défiance collective qui nuit à la consommation, à la croissance, à l'emploi, au financement de la solidarité.

En 2015, nous allons plus loin, nous faisons plus fort avec un festival des énergies positives tout au long du printemps. Avec un lancement à Paris, justement le jour du printemps et une première édition à Bruxelles.

Rejoignez les personnalités, les sponsors, les médias, les partenaires qui ont ouvert le chemin.

*L'optimisme a besoin de vous.*

Thierry SAUSSEZ,  
Créateur du Printemps de l'Optimisme

## Qui est Thierry Saussez ?

À 66 ans, Thierry Saussez est considéré comme l'un des meilleurs spécialistes de la communication institutionnelle et publique. En 40 ans de carrière, il a conseillé de nombreux leaders économiques, socioprofessionnels, chefs d'Etat, premiers ministres, membres de gouvernements en France, en Europe et en Afrique. Il a également exercé, de 2008 à 2010, les fonctions de délégué interministériel

à la communication du gouvernement. Thierry Saussez est l'auteur de 13 livres, dont plusieurs sont considérés comme des ouvrages de référence dans le domaine de la communication et de l'optimisme (*Manifeste pour l'optimisme* chez Plon en 2011, *Les 101 mots de l'optimisme* chez Archibooks en 2012 et *50 bonnes raisons de choisir l'optimisme* chez Saint-Simon en 2015).

# Qu'est-ce que le Printemps de l'Optimisme ?

Il s'agit d'un événement grand public lancé en France par Thierry Saussez, auteur de plusieurs livres sur l'optimisme, en partenariat étroit avec le Président du Conseil économique, social et environnemental français, Jean-Paul Delevoye, pour promouvoir la confiance collective, mettre en lumière les valeurs de l'optimisme et les initiatives positives.

Le Printemps de l'Optimisme, c'est un temps de débats et de réflexion, un espace d'exposition, d'animations et d'ateliers pratiques mais aussi une politique de communication et de partenariat pour faire partager ces valeurs au plus grand nombre.

Pour fédérer les acteurs de ces initiatives et créer des synergies, Thierry Saussez a constitué, depuis plus de 2 ans, une cohorte multidisciplinaire composée de présidents d'organisations professionnelles, d'entrepreneurs, de directeurs de communication, d'experts et philosophes, d'auteurs, de dirigeants de médias et de journalistes.

## Des objectifs précis

- Lutter contre la sinistrose et la morosité qui ne font qu'ajouter une crise aux autres crises en déprimant la consommation, l'investissement, l'emploi et donc le financement de la solidarité.
- Briser le cliché selon lequel l'optimisme est fait pour quand ça va bien, pour les benêts ou les nantis. C'est face aux crises ou pour surmonter les difficultés qu'il faut encore plus mobiliser les énergies positives.
- Ne pas nier les difficultés mais montrer ce qui fonctionne, valoriser les traceurs, les innovateurs, les entrepreneurs, les "faiseurs" plutôt que les "diseurs", privilégier les solutions.
- Diffuser des conseils pratiques afin d'utiliser nos ressources naturelles pour aller bien, sourire à la vie, diffuser autour de nous la positive attitude





# Programme des 20 et 21 mars 2015

## LES GRANDS DÉBATS

→ **Vendredi 20 mars – Hémicycle – 18h00**  
**FACE AUX CRISES,  
L'OPTIMISME EST-IL POSSIBLE ?**

En partenariat avec  
**PSYCHOLOGIES**

Crise économique, sociale, écologique, crise du vivre-ensemble, notre actualité n'est pas avare d'exemples et faire un Printemps de l'Optimisme dans ce contexte peut paraître décalé et inadapté. Et si pourtant c'était dans la crise qu'il fallait plus que jamais mobiliser les énergies positives ? Et si l'optimisme, "affaire de volonté" d'après Alain, constituait l'une des solutions aux crises que nous traversons ?

Développement personnel, soit d'entreprendre et d'agir, actions concrètes pour la planète et le vivre-ensemble, **Arnaud de SAINT SIMON**, Directeur de PSYCHOLOGIES, réunit autour de lui penseurs et entrepreneurs du réel qui travaillent à mobiliser ces énergies positives. Doux rêveurs ou artisans d'une société meilleure ?

### Séquence inaugurale

#### En présence de :

**Jean-Paul DELEVOYE**, Président du CONSEIL ÉCONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL  
**Thierry SAUSSEZ**, Créateur du PRINTEMPS DE L'OPTIMISME, Conseil en communication, conférencier, auteur du "Manifeste pour l'optimisme", des "101 mots de l'optimisme" et des "50 bonnes raisons de choisir l'optimisme"  
**Alexandre JARDIN**, Parrain du Printemps de l'Optimisme 2015, romancier, réalisateur, cofondateur du mouvement BLEU BLANC ZÈBRE  
**Philippe CROIZON**, Parrain du Printemps de l'Optimisme 2014, athlète-conférencier  
**Alain GRISET**, Président de l'ASSEMBLÉE PERMANENTE DES CHAMBRES DE MÉTIERS ET DE L'ARTISANAT et membre du CESE  
**France ROQUE**, Présidente de la LIGUE DES OPTIMISTES DE FRANCE

### La France est-elle foutue ?

#### Avec notamment :

**François ASSELIN**, Président de la CGPME  
**Jean-Paul DELEVOYE**, Président du CONSEIL ÉCONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL  
**Alexandre JARDIN**, Parrain du Printemps de l'Optimisme 2015, romancier, réalisateur, cofondateur du mouvement BLEU BLANC ZÈBRE  
**David LAYANI**, Président du GROUPE ONEPOINT  
**Stéphane LAYANI**, Président, Directeur général de RUNGIS MARCHÉ INTERNATIONAL  
**Marie-Christine SARAGOSSE**, Présidente de FRANCE MÉDIAS MONDE

### Mobiliser ses ressources personnelles, s'engager et vivre ensemble, c'est possible !

Introduction vidéo de **Matthieu RICARD**, moine bouddhiste, auteur et interprète du Dalai Lama  
**Jean-Paul DELEVOYE**, Président du CONSEIL ÉCONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL  
**Alexandre JARDIN**, Parrain du Printemps de l'Optimisme 2015, romancier, réalisateur, cofondateur du mouvement BLEU BLANC ZÈBRE  
**Ilios KOTSOU**, Auteur de "Éloge de la lucidité" et doctorant en psychologie à l'UNIVERSITÉ LIBRE DE BRUXELLES  
**Sylvie MAGNEN**, Directrice de la stratégie des ressources humaines d'EY FRANCE  
**ROST**, Chanteur, rappeur, écrivain, président de BANLIEUES ACTIVES, personnalité associée du CESE  
**Jean-Pierre TERNAUX**, Neurobiologiste, directeur de recherche honoraire au CNRS et coordinateur de l'Observatoire du bonheur de COCA-COLA

→ **Samedi 21 mars, Hémicycle, 10h30-12h00**  
**TOUTES LES RAISONS D'ÊTRE OPTIMISTES !**

Pour la première fois en France, 3 personnalités incontestées dans leur domaine interviennent successivement avant de débattre ensemble avec l'assistance. Un sociologue reconnu, **Michel MAFFESOLI**, Grand prix des Sciences humaines de l'Académie française, auteur de "Les nouveaux bien-pensants" et de "L'ordre des choses : penser la postmodernité", en sera le grand témoin et **Benoît CORNU**, Directeur de la communication de PMU, l'invité d'honneur.

**Optimisme et communication**, avec **Thierry SAUSSEZ**, Conseil en communication, conférencier, auteur du "Manifeste pour l'optimisme", des "101 mots de l'optimisme" et des "50 bonnes raisons de choisir l'optimisme"  
**Optimisme et management**, avec **Philippe GABILLIET**, Professeur de psychologie et de management à l'ESCP EUROPE, conférencier, coach de dirigeants, auteur de "Éloge de l'Optimisme" et "Éloge de la chance"  
**Optimisme et développement personnel**, avec **Florence SERVAN-SCHREIBER**, Professeure de bonheur, auteure de "3 kifs par jour" et "Power Patate"

→ **Samedi 21 mars, Salle 301, 10h30-12h00**  
**21 RÉUSSITES, 21 MOTS POUR LE DIRE,  
21 PROPOSITIONS LE 21 MARS POUR LA TRISOMIE 21**

avec  Collectif  
**les Amis d'Eléonore**  
Trisomique... et alors... !

Beaucoup d'hommes et de femmes atteints dans l'intégrité de leurs aptitudes physiques et intellectuelles disent souffrir davantage du regard posé sur eux que de leurs propres limitations. En effet, regarder et voir ne sont pas seulement des perceptions, mais des actes en lesquels se joue notre appartenance à la communauté humaine : être regardé, c'est être humanisé ou déshumanisé, et regarder, c'est être humain ou inhumain. Pour un regard plus positif sur la différence !

**Modérateur : Emmanuel LALOUX**, Fondateur du collectif LES AMIS D'ÉLÉONORE

#### Intervenants :

**Jean-Paul DELEVOYE**, Président du CONSEIL ÉCONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL  
**Eléonore LALOUX**, Auteure de "Triso et alors !"  
**Danielle MOYSE**, Philosophe, enseignante, agrégée de l'Université, chercheuse associée à l'IRIS (Institut de Recherche Interdisciplinaire sur les enjeux sociaux CNRS /EHESS)  
**Anne-Charlotte TAILLANDIER**, Maître de conférences à l'UNIVERSITÉ D'ARTOIS  
**Zahia ZEROULOU**, Maître de conférences à l'UNIVERSITÉ DE LILLE 1, membre du CENTRE LILLOIS D'ÉTUDES ET DE RECHERCHES SOCIOLOGIQUES ET ÉCONOMIQUES (CLERSE, CNRS)

→ **Samedi 21 mars, Hémicycle, 14h00-16h00**  
**POUR UN SYSTÈME ÉDUCATIF PLUS POSITIF**

En partenariat avec



et le soutien de la



Le message de l'optimisme s'adresse à tous, sans segmentation d'âge. Néanmoins, la jeunesse, porteuse par définition d'avenir, doit faire l'objet d'une attention particulière. Celle-ci subit aujourd'hui de plein fouet la crise. Et pourtant, c'est peut-être parce qu'elle a conscience du poids qui pèse sur elle qu'une partie de la jeunesse fait de l'optimisme plus qu'une option, mais une nécessité et un socle pour sa réussite personnelle, scolaire et professionnelle. Notre système scolaire les y aide-t-il ? Notre école est-elle le lieu de la mobilisation des énergies positives ? Comment faire la pédagogie de l'optimisme pour une génération positive ? Le système éducatif français peut-il devenir plus positif ? Quelles recherches, quelles nouvelles pratiques sont mises en œuvre pour forger une génération confiante, autonome, créative et entreprenante ? Une étude exclusive AGEFA PME - OPINIONWAY "les 16-29 ans jugent le système éducatif", sera présentée à cette occasion.

**Modérateur : Alexandre JOST**, fondateur de la FABRIQUE SPINOZA, think tank du bonheur citoyen

#### Intervenants :

**Audrey AKOUN**, Thérapeute comportementaliste et cognitive, co-auteur de "Apprendre autrement avec la pédagogie positive" - LA FABRIQUE À BONHEURS  
**Bernard CAPRON**, Président d'AGEFA PME  
**Jean-Paul DELEVOYE**, Président du CONSEIL ÉCONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL  
**Jacques LECOMTE**, Docteur en psychologie, auteur de "La bonté humaine", Président d'honneur de l'ASSOCIATION FRANÇAISE ET FRANCOPHONE DE PSYCHOLOGIE POSITIVE  
**Philippe MUTRICY**, Directeur des études, de l'évaluation et de la prospective de BPIFRANCE  
**Malene RYDAHL**, Auteur de "Heureux comme un Danois", directrice de la communication corporate, Europe, Afrique et Moyen-Orient de HYATT HOTELS  
**François TADDEI**, Généticien, auteur d'un rapport sur l'éducation pour l'OCDE, initiateur du projet "savanturiers", fondateur du CRI, CENTRE DE RECHERCHE INTERDISCIPLINAIRE

→ Samedi 21 mars, salle Ventéjol, 11h00-12h00  
**LE "FEEL GOOD AU TRAVAIL", QU'EST-CE QUE C'EST ?**

Le "Feel Good" en entreprise est et sera l'enjeu majeur de ces 10 prochaines années. Dans l'atelier qui sera présenté à cette occasion, il s'agira d'informer et de sensibiliser les acteurs sur les enjeux du "Feel Good", de transmettre aux entreprises les premières clefs nécessaires pour améliorer la QVT (Qualité de vie au Travail) et de les informer des besoins des futurs "générations Y et Z" dans le but de soutenir leur transformation et de contribuer à leur réussite.

Avec les témoignages d'experts : **Laurence TOURCHER**, Directrice adjointe des programmes de FRANCE TELEVISIONS, **Roseline DESGROUX**, Auteur de "Santé et bien vivre au travail - 100 questions pour comprendre et agir", **Emmanuelle DUEZ**, Cofondatrice de l'association WOMEN'UP et THE BONSON PROJECT - spécialiste de la génération Y et **Xavier CHOURAQUI-SERVIÈRE**, Président de l'association FEMMES & HEMMES DE DEMAIN et de la société de conseil HAVEAGOODDAY.

Atelier proposé par l'association FEMMES & HOMMES DE DEMAIN

→ Samedi 21 mars, salle Ventéjol, 12h00-13h00  
**RENFORCER LE POSITIF ET L'OPTIMISME AVEC LA MÉTHODE COUÉ !**

Avec **Luc TEYSSIER D'ORFEUIL**, Coach, formateur spécialiste en positivité et co-auteur de trois ouvrages sur la Méthode Coué, "Méthode Coué-autosuggestion consciente", "Être heureux avec la Méthode Coué" et "La Méthode Coué pour les Nuls". Son dernier ouvrage toujours positif : "Ma vie en rose fluo". Prendre conscience de la pertinence, de l'efficacité et de la simplicité de l'autosuggestion consciente et de l'approche ici et maintenant de la méthode d'Emile Coué. Utiliser l'autosuggestion et la méthode Coué au quotidien permet d'aller de mieux en mieux et de faire de mieux en mieux dans tous les domaines. Venez découvrir et pratiquer les trois manières d'utiliser l'autosuggestion consciente et positive : par le corps, par l'image et par les mots !

→ Samedi 21 mars, salle Ventéjol, 13h00-14h00  
**APPRENEZ À CULTIVER VOTRE BONHEUR !**

Avec **Sophie MACHOT**, auteur du livre "Cultivez votre bonheur", coach, formatrice en relations humaines, conférencière et bloggeuse. Semez, arrosez, récoltez et croquez ! Quatre actions comme autant de saisons pour apprendre à cultiver son bonheur comme on cultive son jardin. Une heure d'atelier pour découvrir les 3 graines à semer dans sa vie pour être plus heureux, plus optimiste et plus confiant au quotidien !

→ Samedi 21 mars, salle Ventéjol, 14h00-15h00  
**NE VOUS PRÉOCCUPEZ PAS DE VOS PROBLÈMES, OCCUPEZ-VOUS EN !**

Avec **Jean-Luc HUDRY**, Auteur de "Craquer ou pas, l'incroyable histoire vraie qui améliore la vôtre", et animateur du blog Moralotop. 5 solutions concrètes pour réduire le stress et vous renforcer face aux événements de l'existence. Décidément, vos problèmes ont du souci à se faire...

→ Samedi 21 mars, salle Ventéjol, 15h00-16h00  
**ESTIME DE SOI "JE M'AIME, JE SÈME, JE S'AIME"**

Avec **Rolande MAIO**, Formatrice-coach et ex présidente de l'ASSOCIATION FRANÇAISE DE PRATICIENS ÉLÉMENT HUMAIN®. L'estime de soi est au centre de la relation humaine. C'est le cœur du réacteur de chacun d'entre nous d'où émergent créativité, motivation, efficacité et envies. Sans estime de soi, pas de progression possible. Dans cet atelier, il s'agit de comprendre que ma relation aux autres dépend en grande partie de la relation que j'ai avec moi-même et de ma propre estime, un jardin à cultiver pour le voir croître et embellir. Si je me sens bien avec moi-même, si je m'estime, alors je me sentirai bien avec les autres.

Atelier proposé en association avec MID&PLUS, site internet d'informations pour les femmes, un regard positif et créatif sur le monde au féminin.

→ Samedi 21 mars, salle Ventéjol, 16h00-17h00  
**RIEN N'EST IMPOSSIBLE**

**Philippe CROIZON**, amputé des quatre membres à la suite d'un accident en 1994, est le premier nageur handicapé à avoir réussi la traversée de la Manche à la nage (en 2010) et relié symboliquement les cinq continents à la nage avec Arnaud Chassery, nageur valide, en 2012. Il vous propose de partager son expérience, sa conviction et son énergie en vous racontant son histoire de vie et ses exploits. Il témoignera de la réalité du concept de résilience, pour répéter inlassablement que chacun de nous est capable de déplacer des montagnes et de renverser le sort. Peu à peu, ses interventions contribuent également à faire évoluer le regard que la société porte sur le handicap. Aujourd'hui, dans la philosophie de Philippe Croizon, il n'y a de place que pour le bonheur... "Osons être heureux aux yeux de tous !..." C'est, en substance, le message d'un homme qui sait d'expérience qu'allégresse et plaisir sont des sentiments qui ne s'usent que si l'on ne s'en sert pas.

→ Samedi 21 mars, salle Ventéjol, 17h00-18h00  
**LE DÉPASSEMENT DE SOI**

Avec **Catherine DESTIVELLE**, alpiniste, auteur de "Ascensions", "Alpinisme, la saga des inventions" et "La montagne à la une".

LES ATELIERS DU BIEN-ÊTRE AVEC CULTURE & COMPAGNIE	 L'ÉNERGIE	 LE PARTAGE	LE JARDIN DES CITATIONS AVEC GÉNÉRATION CARE BY BNP PARIBAS CARDIF
LA TABLE DE L'OPTIMISME AVEC LES VERGERS ST. EUSTACHE ET RUNGIS MARCHÉ INTERNATIONAL	 LA GOURMANDISE	 LA SOLIDARITÉ	L'ESPACE DE L'ENGAGEMENT AVEC ONE HEART, LES AMIS D'ÉLÉONORE
LE MUR DE LA GRATITUDE AVEC PSYCHOLOGIES, NOTES SUPER STICKY POST-IT® ET KAMA CONSEIL	 LA GRATITUDE	 LA DÉCOUVERTE	L'ATELIER FLORAL AVEC LA CHAMBRE DES MÉTIERS ET DE L'ARTISANAT
LA PAUSE JARDINAGE AVEC CIEL, MON RADIS !	 LA CONVIVIALITÉ	 L'ENTHOUSIASME	HAPPY PMU AVEC LE PMU
LES BONNES PRATIQUES EN ENTREPRISE AVEC GREAT PLACE TO WORK®	 LA CONFIANCE	 L'INNOVATION	COCA-COLA LIFE AVEC COCA-COLA FRANCE
LA LIBRAIRIE DE L'OPTIMISME AVEC LA PROCURE	 LA CURIOSITÉ	 LE PARTAGE	LES PETITS OPTIMISTES AVEC L'OPENMIND KFÉ ET LA FABRIQUE SPINOZA
HUG ME AVEC KARINE PAOLI	 LE PARTAGE	 LA COMMUNICATION	PHOTOPTIMISTES 2015 ! & POSITIVE PUBLICITÉ AVEC JCDECAUX
		 L'ENTHOUSIASME	LA GALERIE DES ÉCLATS DE RIRES AVEC LOL PROJECT



## LA COMMUNICATION

### Positive publicité, avec JCDecaux

Les images peuvent transmettre les valeurs de l'Optimisme. Venez profiter des plus belles campagnes des annonceurs engagés pour l'optimisme.

### Photoptimistes 2015 ! avec JCDecaux

Découvrez les 50 coups de cœur du jury du grand concours PHOTOOPTIMISTES 2015 !, organisé avec JCDECAUX, SKYROCK.COM et COCA-COLA FRANCE sur WIPPLAY.COM.



## LA CONFIANCE

### Les bonnes pratiques en entreprise, avec Great Place To Work®

"Entreprise libérée", "management agile", des notions qui dans l'entreprise d'aujourd'hui, illustrent la confiance du manager envers les salariés. Nous vous proposons d'en découvrir des représentations concrètes au travers des actions de différents lauréats du Palmarès Great Place to Work® des entreprises où il fait bon travailler.



## LA CONVIVIALITÉ

### La pause jardinage, avec Ciel, mon radis !

Participez à un atelier de semis pour préparer les tomates qui pousseront cet été sur vos balcons ! Pas de main verte ici, le jardinage, c'est facile ! Tomates black zebra, bloody butcher, orange berry ou barbaniaka, nous vous montrons que les tomates ont plus d'un tour dans leur sac.



## LA CURIOSITÉ

### La librairie de l'optimisme, avec La Procure

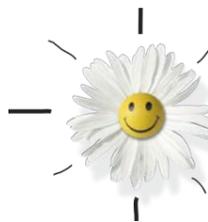
Explorez et découvrez, au cœur de cette librairie optimiste, les ouvrages consacrés au bien-être, au développement personnel, à la découverte de soi. Venez y rencontrer leurs auteurs au cours de séances de dédicace décoiffantes. Découvrez la liste des auteurs page 10.



## LA DÉCOUVERTE

### L'atelier floral, avec les Chambres de Métiers et de l'Artisanat

Connaissez-vous le pouvoir des fleurs ? Découvrez le talent de nos apprentis artisans fleuristes qui composent de véritables œuvres d'art naturelles. A votre tour, devenez artiste et créez votre propre composition.



## L'ÉNERGIE

### Les ateliers du bien-être, avec Culture et Compagnie

Le corps est l'allié de l'optimisme ! Exercez-vous au bonheur avec des initiations au Qi Gong, aux danses des sourires, et au yoga du rire.



## L'ENTHOUSIASME

### Happy PMU, avec PMU

On parie que vous allez gagner. Découvrez les courses de chevaux et le pari hippique comme vous ne les avez jamais vus.

### La galerie des éclats de rire, avec Lol Project

Venez découvrir l'exposition du photographe David Ken et ses milliers d'éclats de rire immortalisés par d'immenses mosaïques, où se côtoient anonymes mais aussi influenceurs et célébrités de tous les horizons. Une aventure photographique et humaine qui a déjà traversé 27 villes de France, 8 hôpitaux et plus de 4 000 rencontres !



## LA GOURMANDISE

### La table de l'optimisme, avec Les Vergers St. Eustache et Rungis marché international

Découvrez autour de cette table des produits exceptionnels, mis en valeur par des ouvriers passionnés, témoins d'un des atouts français les plus jalouxés, la gastronomie. Apprenez à les cuisiner grâce aux conseils et aux démonstrations avisés de ces artisans des métiers de bouche.



## LA GRATITUDE

### Le mur de la gratitude, avec Psychologies, les Notes Super Sticky Post-it®, et Kama Conseil et associés

La gratitude est une composante essentielle du bonheur. Elle égaie nos vies, nous réconcilie, soigne et apaise nos corps. Inspirez-vous des témoignages de personnalités et exprimez, à votre tour, votre reconnaissance.



## L'INNOVATION

### Coca-Cola life, avec Coca-Cola France

Depuis plus de 128 ans, Coca-Cola véhicule des valeurs d'innovation, de convivialité, d'optimisme et de partage. Cette année, Coca-Cola présente sa toute dernière innovation produit sur le marché français : Coca-Cola life !

L'espace Coca-Cola life permet aux visiteurs de découvrir et déguster cette nouvelle boisson à teneur réduite en calories et au goût sucré d'origine naturelle\*. Pour immortaliser ce moment d'exception, chaque visiteur peut se faire prendre en photo dans un décor aux couleurs de la marque et déposer sur l'arbre à souhaits, un message d'optimisme.

\* 30 % de calories en moins que la moyenne des colas sucrés, grâce à une réduction de sucres de 30 % résultant de l'utilisation d'extrait de stévia.



## LE PARTAGE

### Les petits optimistes, avec l'OpenMind Kfé et la Fabrique Spinoza

Il n'y a pas d'âge pour être optimiste ! Jeux créatifs, chansons, mimes, tous les enfants et leurs parents sont invités à venir s'essayer au bonheur. Profitons de cette ambiance joyeuse pour inventer la classe et l'école idéales !

### Le jardin des citations, avec Génération Care by BNP Paribas Cardif

Profitez de ce jardin pour vous ressourcer de paroles inspirantes et réconfortantes. Ca y est ? Alors attrapez un crayon, inscrivez votre citation favorite sur des bulles d'air, respirez, et pourquoi pas, laissez votre citation s'envoler dans le ciel de Paris...

### Hug me, avec Karine Paoli

1 photo de dos + 1 photo de face + 1 dédicace + 1 titre de musique = 1 hug photographique et magique !



## LA SOLIDARITÉ

### L'espace de l'engagement, avec One Heart, Les amis d'Éléonore

La solidarité est une valeur fondamentale de l'optimisme. Acteur et pas seulement spectateur, l'optimiste a des convictions et s'engage. Découvrez dans cet espace plusieurs associations et entreprises solidaires qui vous donneront envie de passer à l'action !

# Les auteurs de la librairie de l'optimisme



# Les intervenants du Printemps de l'Optimisme

## Audrey AKOUN

"Apprendre autrement avec la pédagogie positive" Eyrolles, 2013  
"Je dis stop à la pression" Eyrolles, 2014

## Virginie AUBERT

"Osez la convivialité" Entreprise & Convivialité, 2014

## Michel BERNARD

"Cultiver la sérénité au travail" Dunod, 2015

## Iлона BONIWELL

"Introduction à la psychologie positive, Science de l'expérience optimale" Payot, 2012

## Alain COHEN

"J'ai croqué un chef, 14 chefs, 14 maisons" Leymon 2012

## Philippe CROIZON

"Plus fort la vie. Arthaud" 2014

## Joëlle CUVILLIEZ

"Maintenant réjouissez-vous" First, 2014  
"50 exercices de rire" Eyrolles, 2015  
"Le rire pour les nuls" First, 2013

## Catherine DESTIVELLE

"Ascensions" Arthaud, 2014  
"Alpinisme, la saga des inventions" (co-écrit avec Gilles MODICA), Éditions du Mont-Blanc, 2014  
"La montagne à la une" (co-écrit avec Philippe BONHÈME), Éditions du Mont-Blanc, 2013

## Philippe GABILLIET

"Éloge de la chance ou l'art de prendre sa vie en main" Saint-Simon, 2012  
"Éloge de l'optimisme : quand les enthousiastes font bouger le monde" Saint-Simon, 2010

## Marie-Christine GUILLON

"Osez la convivialité" Entreprise & Convivialité, 2014

## Alice HAMON

"C'est tellement mieux avec, 785 petits riens qui donnent la pêche" Moralotop, 2014

## Patrice HARDY

"J'ai croqué un chef, 14 chefs, 14 maisons" Leymon 2012

## Jean-Luc HUDRY

"Craquer ou pas ? L'incroyable histoire vraie qui améliore la vôtre" Moralotop, 2014

## Jacques LECOMTE

"Introduction à la psychologie positive" Dunod, 2009  
"La bonté humaine" Odile Jacob, 2012  
"Guérir de son enfance" Odile Jacob, 2010

## Sophie MACHOT

"Cultivez votre bonheur" Eyrolles, 2014

## Michel MAFFESOLI

"Les nouveaux bien-pensants" Éditions du Moment, 2014  
"Le réenchantement du monde" Éditions de la Table ronde, 2007  
"L'ordre des choses, penser la postmodernité" Éditions CNRS, 2014

## Martine MEDJBER-LEIGNEL

"Maintenant réjouissez-vous" First, 2014  
"50 exercices de rire" Eyrolles, 2015  
"Le rire pour les nuls" First, 2013

## Françoise PELISSIER

"Osez la convivialité" Entreprise & Convivialité, 2014

## Malene RYDAHL

"Heureux comme un Danois" Grasset, 2014

## Aurélié SARTRES

"J'ai croqué un chef, 14 chefs, 14 maisons" Leymon 2012

## Thierry SAUSSEZ

"Les 101 mots de l'optimisme" Archibooks, 2012  
"50 bonnes raisons de choisir l'optimisme" Saint-Simon, 2015

## Jacques SCHECROUN

"Une autre façon d'aimer" Éditions de l'Homme 2015

## Florence SERVAN-SCHREIBER

"3 kifs par jour" Marabout, 2011  
"Power Patate" Marabout, 2014

## Luc TEYSSIER D'ORFEUIL

"La méthode Coué : Autosuggestion consciente" Eyrolles, 2011  
"Être heureux avec la méthode Coué" Eyrolles, 2012  
"La méthode Coué pour les nuls" First, 2013

**Audrey AKOUN**, Thérapeute comportementaliste et cognitiviste, co-auteur de "Apprendre autrement avec pédagogie positive" – LA FABRIQUE À BONHEURS

**Bernard CAPRON**, Président d'AGEFA PME

**Xavier CHOURAQUI-SERVIÈRE**, Président de l'association FEMMES & HOMMES DE DEMAIN et de la société de conseil HAVEAGOODAY

**Benoit CORNU**, Directeur de la communication de PMU  
**Philippe CROIZON**, Parrain du Printemps de l'Optimisme 2014, athlète-conférencier

**Jean-Paul DELEVOYE**, Président du CONSEIL ÉCONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL

**Roseline DESGROUX**, Auteur de "Santé et bien vivre au travail – 100 questions pour comprendre et agir"

**Catherine DESTIVELLE**, Alpiniste, auteur de "Ascensions", "Alpinisme, la saga des inventions" et "La Montagne à la une"  
**Emmanuelle DUEZ**, Cofondatrice de l'association WOMEN'UP et THE BOSON PROJECT, spécialiste de la génération Y

**Philippe GABILLIET**, Professeur de psychologie et de management à l'ESCP EUROPE, conférencier, coach de dirigeants, auteur de "Éloge de l'Optimisme" et "Éloge de la chance"

**Alain GRISET**, Président de l'ASSEMBLÉE PERMANENTE DES CHAMBRES DE MÉTIERS ET DE L'ARTISANAT et membre du CESE

**Jean-Luc HUDRY**, Auteur de "Craquer ou pas, l'incroyable histoire vraie qui améliore la vôtre", et animateur du blog MORALOTOP

**Alexandre JARDIN**, Parrain du Printemps de l'Optimisme 2015, romancier, réalisateur, cofondateur du mouvement BLEU BLANC ZÈBRE

**Alexandre JOST**, Fondateur de la FABRIQUE SPINOZA, think tank du bonheur citoyen

**Ilios KOTSOU**, Auteur de "Éloge de la lucidité" et doctorant en psychologie à l'UNIVERSITÉ LIBRE DE BRUXELLES

**Emmanuel LALOUX**, Fondateur du collectif LES AMIS D'ÉLÉONORE

**Éléonore LALOUX**, Auteure de "Triso et alors !"

**David LAYANI**, Président du GROUPE ONEPOINT

**Stéphane LAYANI**, Président, directeur général de RUNGIS MARCHÉ INTERNATIONAL

**Jacques LECOMTE**, Docteur en psychologie, auteur de "La bonté humaine", président d'honneur de l'ASSOCIATION FRANÇAISE ET FRANCOPHONE DE PSYCHOLOGIE POSITIVE

**Sophie MACHOT**, Auteur du livre "Cultivez votre bonheur", coach, formatrice en relations humaines, conférencière et bloggeuse.

**Michel MAFFESOLI**, Sociologue, grand prix des Sciences humaines de l'Académie française, auteur de "Les nouveaux bien-pensants" et de "L'ordre des choses : penser la postmodernité"

**Sylvie MAGNEN**, Directrice de la stratégie des ressources humaines d'EY FRANCE

**Rolande MAIO**, Formatrice-coach et ex présidente de l'association Française de PRATICIENS ÉLÉMENT HUMAIN®.

**Danielle MOYSE**, Philosophe, enseignante, agrégée de l'Université, chercheuse associée à l'IRIS (Institut de Recherche Interdisciplinaire sur les enjeux sociaux CNRS/EHESS)

**Philippe MUTRICY**, Directeur des études, de l'évaluation et de la prospective de BPIFRANCE

**Mathieu RICARD**, Moine bouddhiste, auteur et interprète du Dalai Lama

**ROST**, Chanteur, rappeur, écrivain, président de BANLIEUES ACTIVES, personnalité associée du CESE

**Malene RYDAHL**, Auteur de "Heureux comme un Danois", directrice de la communication corporate, Europe, Afrique et Moyen-Orient d'HYATT HOTELS

**Arnaud de SAINT SIMON**, Directeur de PSYCHOLOGIES

**Marie-Christine SARAGOSSE**, Présidente de FRANCE MÉDIAS MONDE

**Thierry SAUSSEZ**, Créateur du PRINTEMPS DE L'OPTIMISME, conseil en communication, conférencier, auteur du "Manifeste pour l'optimisme", et des "101 mots de l'optimisme" et des "50 bonnes raisons de choisir l'optimisme"

**Florence SERVAN-SCHREIBER**, Professeure de bonheur, auteure de "3 kifs par jour" et "Power Patate"

**François TADDEI**, Généticien, auteur d'un rapport sur l'éducation pour l'OCDE, initiateur du projet "Savanturiers", fondateur du CRI, CENTRE DE RECHERCHE INTERDISCIPLINAIRE

**Anne-Charlotte TAILLANDIER**, Maître de conférences à l'Université d'Artois

**Jean-Pierre TERNAUX**, Neurobiologiste, directeur de recherche honoraire au CNRS, coordinateur de l'Observatoire du bonheur de COCA-COLA

**Luc TEYSSIER D'ORFEUIL**, Coach, formateur spécialiste en positivité et auteur

**Laurence TOURCHER**, Directrice adjointe des programmes de FRANCE TÉLÉVISIONS

**Zaihya ZEROULOU**, Maître de conférences à l'Université de Lille 1, membre du Centre Lillois d'Études et de Recherches Sociologiques et Économiques (CLERSE, CNRS/Université Lille 1 Sciences et technologies)



# Le Manifeste

Lancé à l'occasion de la 1<sup>re</sup> édition, le Manifeste pour l'Optimisme compte plus de 1 700 signatures dont 23 grands signataires.

Nous sommes les champions du monde du pessimisme. Pourtant, à l'opposé de cette défiance collective, nous avons confiance en nous sur le plan individuel. La majorité des Français se déclare heureuse dans sa vie personnelle et professionnelle.

Dans la sphère de proximité, pour protéger nos proches nous n'étaions pas nos états d'âme, nos contrariétés, nous prenons sur nous et relativisons.

Cette hygiène de vie positive, nous voulons l'appliquer à notre comportement collectif, à notre regard sur la France et sur le monde.

D'abord, parce que nous le savons aujourd'hui : de la même façon que la réussite d'une personne ne dépend pas uniquement de ses origines ou de sa formation, la prospérité, la croissance d'un pays ne sont pas seulement fonction de critères matériels comme le climat, les ressources, les matières premières, etc. Le développement dépend aussi de facteurs psychologiques et mentaux, du moral d'une personne comme d'une nation.

Ensuite, parce qu'il est temps d'en finir avec l'idéologie de la résignation pathologique : plus encore que de traitements ou de médicaments, notre santé mentale est fonction de nos ressources personnelles pour nous épanouir ou surmonter les épreuves. La psychologie positive n'a que quelques décennies mais déjà les recherches sur le cerveau le prouvent : le meilleur médicament, c'est nous !

Enfin et surtout, parce que nous récusons l'idée que l'optimisme est fait pour les beaux jours, quand tout va bien, pour les béats et les nantis. Plus c'est difficile, plus il faut mobiliser des énergies positives. Nous faisons nôtre cette citation d'Albert Camus dans "Le mythe de Sisyphe" : "C'est au cœur de l'hiver que j'ai découvert que j'avais en moi un invincible printemps".

Oui, avec la crise, des millions de Français sont en galère. Mais justement, la fraternité n'est pas la démission, le repli sur soi. Le défaitisme, le déclinisme, la sinistrose dépriment la consommation, l'investissement, la création des richesses qui sont nécessaires à l'expression de la solidarité nationale. C'est pourquoi, contre le "french bashing", nous voulons dire haut et fort que la France a des atouts formidables. Notre pays enregistre un taux de natalité record en Europe, ce qui n'est pas une marque de défiance envers l'avenir.

La France reste l'une des premières puissances mondiales sur les plans agricole, maritime, aéronautique, spatial et militaire.

Notre tissu économique est l'un des plus diversifiés d'Europe avec ses artisans, ses commerçants, ses TPE, ses PME et ses grandes entreprises qui rayonnent aux quatre coins de la planète, notamment dans les domaines du luxe, de l'énergie, des transports, de la construction.

Sur les 500 premières entreprises mondiales pour le chiffre d'affaires, 31 sont françaises, plus que les allemands et les britanniques, ce qui nous place dans le peloton de tête.

La France est le 1<sup>er</sup> pays au monde pour le tourisme, le 3<sup>e</sup> pour les investissements étrangers, le 6<sup>e</sup> pour le dépôt des brevets.

Nos créateurs, nos innovateurs, nos chercheurs, nos médecins, nos sites historiques, nos équipements culturels, nos paysages, nos terroirs, nos vignobles, notre hôtellerie, notre gastronomie classée au patrimoine mondial de l'humanité font de la France un pays unique et attractif.

Du fait de notre histoire et de notre culture, notre langue et nos valeurs sont universelles et parlent d'une façon singulière au monde entier où l'on a toujours envie de France, parfois même plus que chez nous.

Oui, nous avons les ressources, les talents, les capacités. Il ne tient qu'à nous de briser le cercle délétère de la défiance et de faire de la somme de nos confiances individuelles une grande force collective.

Voilà pourquoi, ensemble, nous entendons promouvoir la confiance et faire de l'optimisme une cause d'intérêt général.

## Les Grands Signataires du Manifeste pour l'Optimisme



**François-Xavier d'AILLIÈRES**  
Editeur du TROMBINOSCOPE



**Christophe ALAUX**  
Directeur général ACCOR  
HOTELSERVICES FRANCE



**Marc BALAND**  
Directeur marketing de GARNIER



**Antoine BOULAY**  
Directeur des relations institutionnelles  
et médias de BPIFRANCE



**Sylvie BRISSON**  
Directrice des ressources humaines  
du groupe CLUB MÉDITERRANÉE



**Bernard CAPRON**  
Président d'AGEFA PME



**Benoît CORNU**  
Directeur de la communication  
de PMU



**Jean-Charles DECAUX**  
Directeur général de JCDECAUX



**Jean-Paul DELEVOYE**  
Président du CONSEIL ÉCONOMIQUE,  
SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL



**Philippe DOURCY**  
Directeur de la communication  
corporate OXYLANE/DECATHLON



**Patrick DUMOULIN**  
Directeur général de l'Institut  
GREAT PLACE TO WORK®



**Eric GALLANT**  
Président de POSITIVISME  
ET PARTAGE



**Jérôme GRAY**  
Directeur marketing Europe  
de NUTELLA®



**Alain GRISET**  
Président de l'APCMA



**Florence KARRAS**  
Porte parole de GÉNÉRATION CARE  
BY BNP PARIBAS CARDIF



**David LAYANI**  
Président de GROUPE ONEPOINT



**Stéphane LAYANI**  
Président de RUNGIS MARCHÉ  
INTERNATIONAL



**Nathalie LEBAS-VAUTIER**  
Créatrice et cofondatrice d'EKYOG



**Jean-Pierre LETARTRE**  
Président d'EY FRANCE



**Florence PARIS**  
Directeur des affaires publiques  
et de la communication  
de COCA-COLA FRANCE



**Frédérique RAOULT**  
Directeur du développement durable  
et de la communication de SUEZ  
ENVIRONNEMENT



**Didier RIDORET**  
Président d'honneur de la  
FÉDÉRATION FRANÇAISE  
DU BÂTIMENT



**Jean-François ROUBAUD**  
Président d'honneur de la  
CONFÉDÉRATION GÉNÉRALE DES PME



**Guillaume SARKOZY**  
Délégué général de MALAKOFF  
MÉDÉRIC

Ils nous font confiance en 2015 !

• 100 000 ENTREPRENEURS

**A**

- AGEFA PME
- APCMA
- AÉROPORTS DE PARIS
- AFFAIRES D'OPTIMISME
- ART EVENT
- ASSOCIATION FRANÇAISE DE PRATICIENS ÉLÉMENT HUMAIN
- ASSOCIATION FRANÇAISE ET FRANCOPHONE DE PSYCHOLOGIE POSITIVE
- AUFEMININ

**B**

- BANLIEUES ACTIVES
- BLEU BLANC ZÈBRE
- BONJOUR FRENCH FOOD
- BPIFRANCE

**C**

- CAFÉ MONDE ET MÉDIAS
- CENTRE DE RECHERCHE INTERDISCIPLINAIRE
- CENTRE NATIONAL DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE
- CIEL, MON RADIS !
- CIGALE MÉDIAS
- CLUB MÉDITERRANÉE
- CODÉVELOPPEMENT ACADEMY
- COCA-COLA FRANCE
- COMMUNICATION & ENTREPRISE
- CONFÉDÉRATION GÉNÉRALE DES PETITES ET MOYENNES ENTREPRISES
- CONSEIL ÉCONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL
- CULTURE ET COMPAGNIE

**D**

- DOUZAL

**E**

- ÉCORÉSEAU
- ENTREPRISE & CONVIVIALITÉ
- EY FRANCE

**F**

- FABRIQUE SPINOZA
- FACEBOOK
- FEMMES & HOMMES DE DEMAIN
- FRANCE 24
- FRANCE MÉDIAS MONDE
- FRANCE TÉLÉVISIONS

**G**

- GARNIER
- GÉNÉRATION CARE BY BNP PARIBAS CARDIF
- GREAT PLACE TO WORK®
- GROUPE ONEPOINT
- GROUPE SOS

**H**

- HAVE A GOOD DAY
- HUG ME CONCEPT

**I**

- INFLUENCIA
- INFORMATIONS ENTREPRISE

**J**

- JCDECAUX

**K**

- KAIZEN
- KAMA CONSEIL ET ASSOCIÉS

**L**

- LA FABRIQUE À BONHEURS
- LA LIGUE DES OPTIMISTES DE FRANCE
- LA PROCURE
- LES AMIS D'ÉLÉONORE
- LE TROMBINOSCOPE
- LOL PROJECT
- LOUIS EVENT

**M**

- MAIRIE DU XVI<sup>e</sup>
- MCD
- MÉTROPOLE NICE CÔTE D'AZUR
- MID&PLUS
- MORALOTOP
- MOUSTIC THE AUDIO AGENCY
- MESDEMOISELLES MADELEINES

**N**

- NOTES SUPER STICKY POST IT®
- NUTELLA®

**O**

- OPINIONWAY
- ONE HEART
- OPENMIND KFE

**P**

- PETIT BAMBOU
- PHILIPPE CROIZON CONSULTING
- PMU
- POSITIVISME & PARTAGE
- PSYCHOLOGIES
- PYGMALION COMMUNICATION

**Q**

- QUALÉIDO
- QUALISENS

**R**

- REPORTERS D'ESPOIRS
- RFI
- RUNGIS MARCHÉ INTERNATIONAL

**S**

- SKYROCK.COM
- SMYLIFE
- SUEZ ENVIRONNEMENT

**T**

- THE BOSON PROJECT

**U**

- UNE ODYSSEE HUMAINE
- UNIVERSITÉ LIBRE DE BRUXELLES

**V**

- VERGERS ST. EUSTACHE

**W**

- WIPPLAY.COM
- WOMEN' UP



#Optimisme2015



# Printemps de l'Optimisme

Le festival des énergies positives !

Judi  
**23 avril**  
9h30 - 18h  
Comité économique et social européen  
**Bruxelles**

SPONSORS



PARTENAIRES



PARTENAIRES MÉDIAS



## CONSTRUISONS UNE EUROPE POSITIVE !

ÉVÉNEMENT GRAND PUBLIC

2 grands débats sur l'avenir et le bonheur en Europe, des ateliers de développement personnel toute la journée, un espace d'exposition avec sa librairie de l'optimisme. Le 23 avril, Bruxelles sera la capitale de l'Europe positive !

Inscriptions gratuites sur



[www.printempsdeloptimisme.com](http://www.printempsdeloptimisme.com)



# Printemps de l'Optimisme

Le festival des énergies positives !



#Optimisme2015

#### CONTACT PRESSE

##### DOUZAL

Victoria Ducluzeau et Victoire Touati  
Tél : 01 53 05 50 00  
vducluzeau@douzal.com /  
vtouati@douzal.com

#### PRODUCTEUR



##### Agence Événement d'Elles

25 rue Titon  
75011 Paris  
Tél : 01 53 05 97 00  
contact@evenementdelles.fr