



#Optimisme2015



Printemps de l'Optimisme

Le festival des énergies positives !

→ Paris - 21 mars 2015

RETOMBÉES PRESSE



Ecoréseau poursuit son développement

 Le magazine *Ecoréseau*, fondé par Jean-Baptiste Leprince, vient de célébrer ses deux ans avec une nouvelle formule. Le journal de l'économie « *si possible positive* » est devenu mensuel il y a un an. Il poursuit donc son développement et entend confirmer sa progression en passant à un tirage de 35 000 exemplaires (contre 5 000 précédemment). Le magazine a souhaité améliorer sa prise en main, en réduisant le format, et espère offrir une meilleure expérience grâce à une maquette repensée, permettant une meilleure hiérarchisation des sujets. Deux nouveaux chroniqueurs rejoignent l'équipe : Jeanne Bordeau, fondatrice de l'Institut de la qualité de l'expression, qui tiendra la chronique « *Dico d'époque* » ; et Thierry Saussez, fondateur du Printemps de l'**optimisme**, qui s'occupera d'une chronique « *L'onde positive* », dans le baromètre de l'optimisme proposé désormais en début de journal. La communication externe (affichage, radio, TV, Web, newsletters...) va, par ailleurs, être renforcée.



L'onde positive

par **Thierry Saussez**

Fondateur du printemps
de l'optimisme

Restez Charlie

Ce mot d'ordre a rassemblé la France comme jamais depuis la Libération, en Europe et dans le monde entier à un niveau rarement atteint. Il y avait, dans cette foule, comme de la joie, en tout cas de la sérénité. Cela confirme que l'optimisme n'est pas d'abord fait pour le temps calme. Quand cela va bien, on peut même avoir des états d'âme. Il est surtout nécessaire quand il faut mobiliser des énergies positives face aux difficultés.

Ce mot d'ordre dépasse la question de savoir si l'on aimait ou non Charlie Hebdo. C'est une réaction à un meurtre odieux et la volonté de défendre une liberté fondamentale, celle de la presse. C'est l'expression du refus de la soumission au terrorisme, à l'antisémitisme, de la solidarité avec les forces de sécurité qui ont fait, une fois de plus, la preuve de leur abnégation et de leur efficacité. On a tué des hommes et des femmes parce qu'ils étaient journalistes, juifs ou policiers.

À tous ces titres Charlie reste, dans notre mémoire collective, comme le signal fédérateur d'un sursaut républicain, de tous ceux qui refusent la barbarie, les fanatismes, les extrémismes.

Les pessimistes diront peut être que c'était une réaction de l'instant, spontanée, sans lendemain ou même le résultat d'une grande émotion collective portée par une couverture médiatique quasiment en direct, durant trois jours, alimentant la fascination pour le morbide et le spectaculaire.

Il appartient aux optimistes de démentir ces risques. La démocratie doit être défendue, ressourcée, vivifiée durablement par chacun d'entre nous. Les principales valeurs de l'optimisme sont des armes pour ce combat : la maîtrise de soi, l'engagement, la tolérance.

On dit « N'ayez pas peur » mais vous avez le droit d'être inquiet et le devoir de ne pas vous enfermer dans le stress et encore moins de le diffuser autour de vous.

Il faut passer de l'indignation à l'engagement. Où vous voulez. Quand vous voulez. Pour soutenir la presse, une cause humanitaire, militer dans une association, une organisation syndicale, professionnelle, politique, culturelle, devenir élu local, etc.

La somme de vos engagements constitue la garantie d'une société unie, bienveillante, solide. C'est un rempart contre la dislocation et la terreur qu'entendent imposer les ennemis de la civilisation.

Comme l'a dit Boris Cyrulnik, en parlant de résilience sociétale, « *les sociétés se redonnent une dignité en ne se soumettant pas* ».

Au fond, ce qui nous soude le plus, englobe nos valeurs, c'est effectivement la dignité, l'identité, la fierté, le sentiment d'appartenance à la nation. À nous, à vous de les faire vivre.



EcoRéseau dévoile sa nouvelle formule



Après être passé mensuel en janvier 2014, soit un an après son lancement, le journal poursuit donc son développement et confirme sa progression.

Ce qu'il faut retenir en quelques points, entre autres :

- **le tirage du journal augmente** de 5 000 exemplaires pour atteindre les 35 000 exemplaires au total
- **la communication externe autour du titre est renforcée** (affichage, radios, tv, web, newsletters, marketing direct, etc.) et de nouveaux partenariats - de diffusion notamment - seront dévoilés au cours du premier semestre
- afin d'améliorer la prise en main du journal, faciliter son usage et son transport, **le format est réduit** (265 l x 336 h au lieu de 280 l x 355 h) tout en conservant la même qualité de papier ; de même, **la maquette du journal continue son évolution progressive** pour améliorer l'expérience de lecture et permettre une meilleure hiérarchisation des sujets.
- renforcement de l'équipe éditoriale, notamment avec **l'arrivée de deux nouveaux chroniqueurs** : **Jeanne Bordeau** (Fondatrice de l'Institut de la qualité de l'expression) qui tiendra une chronique intitulée « Dico d'Epoque » et exposera un de ses « tableaux de mots » dans chaque numéro ; ces éléments seront publiés dans la nouvelle rubrique « Regard Sémantique » qui viendra clôturer chaque édition
- Thierry Saussez** (Fondateur du Printemps de l'Optimisme et Conseiller en communication) qui animera de son côté la chronique « L'onde positive » dans « le baromètre de l'optimisme » que propose désormais le journal EcoRéseau dans ses premières pages
- Pour son deuxième anniversaire toujours, le journal propose exceptionnellement un **tarif « découverte », ramené à 3 €** au lieu de 3,90 € habituellement.



NOUVELLE FORMULE

EcoRéseau Comprendre, Entreprendre, Innover

Entreprendre en 2015
Toutes les clés pour réussir

EcoRéseau
L'information économique autrement, et si possible positive

FÉVRIER 2015 - n°17 - ecoreseau.fr

Offre découverte
3€
2,99€

POURQUOI L'ESPRIT D'ENTREPRISE NOUS SAUVERA

Entrepreneurs, politiques, institutionnels
et fonctionnaires témoignent.
Consensus national en vue.

L'15226 17 F 3.00 € 30

PROSPECTIVE LES EMPLOIS DE DEMAIN	CRÉER AUJOURD'HUI LE STATUT ETUDIANT- ENTREPRENEUR	ECONOMIE LE PHÉNOMÈNE DES MAKERS
--	---	---

NOUVEAU : LE BAROMÈTRE DE L'OPTIMISME
INNOVATION : LES LABS D'ENTREPRISES À LA MODE

Business Solutions
L'offre Mercedes-Benz pour les entreprises.
A découvrir en pages 2 et 3.

Mercedes-Benz

Annonceur / Secteur

EcoRéseau devient mensuel



La Nuit de l'optimisme, c'est quoi ?

Optimiste avant tout parce qu'il faut y croire... Avant le Printemps de l'Optimisme, organisé par Thierry Saussez, et qui aura lieu le 21 mars, voici la Nuit de l'Optimisme le 10 février prochain. INfluencia est le partenaire de ces deux évènements.

Il y a un an **Christine Cayré** et **Affaires d'optimisme** organisaient une manifestation d'un genre nouveau : une nuit de **l'optimisme** pour « *rencontrer et entendre des optimistes contagieux et des experts de la psychologie positive afin d'imaginer collectivement de nouvelles façons de travailler ensemble* ». Et malgré ce début d'année où le pessimisme pourrait l'emporter avec les évènements tragiques que notre pays a connus, elle récidive dans quelques jours. « *L'entreprise est un endroit d'où peuvent partir les changements, le collectif y est palpable. C'est là où on peut semer des graines de changement et de confiance* », explique-t-elle.

L'événement- autour du thème de « *la confiance, moteur et composante de l'optimisme* », rassemblera 350 participants : dirigeants, directeurs de communication, responsables RH, managers... désireux de découvrir et partager l'espace d'une longue soirée de bonnes pratiques pour cheminer ensemble vers l'entreprise positive.

Un événement en trois temps

Co-crée : mise en oeuvre d'un processus créatif collectif qui facilite le dialogue constructif et le partage de connaissances et d'expériences.

S'exprimer : après l'échange des idées, l'énergie circule grâce au chant !

Partager : la matière produite pendant l'atelier créatif est soumise aux intervenants qui débattent et apportent de nouveaux éclairages.

Des intervenants inspirés et inspirants

Sophie Peters : Editorialiste (la Monde, la Tribune, Psychologie Magazine) animatrice de la Libre antenne le vendredi sur **Europe 1**. Journaliste et psychanalyste, spécialisée en management et qualité de vie au travail.

Laurence Baranski : Coach de dirigeants et conseil en pilotage de la transformation. Parallèlement à ses interventions au sein d'entreprises et d'institutions, elle s'implique dans des dynamiques citoyennes. Elle a expérimenté différentes approches en développement personnel et se forme régulièrement à leur pratique, dans une perspective holistique. Co-auteur de « *L'urgence de la métamorphose* » (Des idées & des hommes) et auteur de « *Le manager éclairé* » (Eyrolles). Elle parle de nécessité impérieuse de la coopération et de la création de confiance et de cohérence dans les environnements complexes où nous évoluons.

Vincent Dormieu : Altiste concertiste, membre de plusieurs ensembles symphoniques et d'orchestres de chambre (Orchestre philharmonique de Radio France, Orchestre National de France, Orchestre de Paris, Orchestre de Chambre de Paris, Opéra national de Paris). Il enseigne dans le cadre **DÉMOS** (enseignement orchestral et social dispensé par la cité de la musique) à Paris. Il nous dit l'importance de la confiance dans l'interprétation, entre respect de l'intention du compositeur et expression de la singularité des musiciens.

Alexandre Gérard : Président Directeur Général de la société inov'On , dépannage de flexibles hydrauliques , conseil & communication. Ébranlé par la crise en 2009 et les licenciements qui ont

[Visualiser l'article](#)

suivi, **Alexandre Gérard** s'est lancé dans une quête sociale et a décidé de réinventer les modes de fonctionnement de sa société. Il s'est inspiré et engagé dans mouvement de l'entreprise libérée. Où la liberté et la responsabilité des salariés deviennent le fondement de l'organisation..

Emmanuel Jaffelin : Philosophe, auteur de « *Eloge de la gentillesse* » et de « *Petite philosophie de l'entreprise* ». (François Bourin). Il propose « *d'ouvrir les hommes du XXIème siècle à une sociabilité nouvelle* » en posant un regard sur l'Entreprise, qui n'est « *ni un simple constat ni un réquisitoire* » mais une fenêtre ouverte sur l'Entreprise elle-même et sur sa double finalité de produire de la richesse mais aussi du bien-être.

Jacques Lecomte : Docteur en psychologie et président d'honneur de l'Association française et francophone de psychologie positive (APP). Auteur de « *La bonté humaine* » (Odile Jacob.) Son travail s'appuie sur les recherches contemporaines qui montrent combien des valeurs et attitudes telles que la confiance en autrui, la coopération, le respect, l'empathie, la fraternité, ont du sens non seulement dans les relations interpersonnelles, mais également au niveau social et politique **Nicolas Peltier** : PDG et fondateur en 1999 de la Société Anatole, un des leaders européens du Telecom Expense Management (TEM). **Nicolas Peltier** a décidé d'entamer une transformation en profondeur de son entreprise où la quête de sens et la recherche d'un accomplissement pour chacun des salariés sont devenues des priorités. Où l'interprétation financière a repris sa place de simple outil de mesure des résultats.

Video : <https://www.youtube.com/embed/aMuOhfhr2K0>

Optimisme : peut-on devenir optimiste ? 1 exemple

- *Ah bon, vous êtes optimiste, vous, avec tout ce qu'on voit... c'est dingue ça.*
- *Oui, justement, malgré les évènements, j'ai foi en l'avenir.*

- *Foi en l'avenir ... pfff... foi en l'avenir... franchement, y'en a des gratinés...*

Puis cette personne s'en va effarée par le Martien qu'elle vient de rencontrer et s'éloigne, tête basse, en marmonnant : *optimiste, incroyable ça.. un optimiste... pfff... de doux rêveurs.*



Cette image peu flatteuse colle donc aux **optimistes** comme un sparadrap aux doigts du Capitaine Haddock (allusion réservée aux lecteurs de Tintin).

Pourtant, la réalité est différente, en voici un exemple concret : (Cliquez sur la flèche pour écouter l'interview).

<http://www.moralotop.com/wp-content/uploads/2015/01/PADJeanLucHudry.wav>

Transcription de l'interview :

Bonjour Jean-Luc Hudry, vous êtes l'auteur de « ». Optimiste convaincu, qu'est-ce qui vous a donné envie de participer au Printemps de l'Optimisme dès sa première édition, et quel souvenir vous en gardez ?

L'envie de rencontrer de drôles d'oiseaux que sont les optimistes dont on dit à tort qu'ils sont les ravis de la crèche, un peu benêts, un peu naïfs, et l'envie aussi peut-être de voir si des gens qui étaient pessimistes viendraient à cette manifestation.

Et de manière générale si je suis venu c'est parce qu'une approche pessimiste m'aurait conduit à ne pas venir justement et que j'aime tout ce qui est constructif.

J'en garde donc un très bon souvenir.

C'est un peu comme une famille qui se réunit, et quand une famille se réunit, elle a des points communs et c'était génial de constater que tous ces gens sont repartis avec de l'enthousiasme.

Qu'est-ce que l'optimisme pour vous et qu'est-ce qu'une personne optimiste ?

L'optimisme c'est la certitude que quels que soient les événements de votre vie, rien ni personne ne peut vous empêcher de mobiliser le meilleur en vous.

Quelles que soient les circonstances de votre vie vous êtes maître des événements et vous n'êtes pas maîtrisé par les événements.

Pour moi, c'est cela l'**optimisme**, aller chercher au fond de soi ce qu'il y a de meilleur pour vous mobiliser, pour agir, là où vous avez une marge de manœuvre et là-dessus il n'y a aucune espèce de circonstance exceptionnelle qui peut vous en empêcher.

C'est ça l'optimisme.

Vous, est-ce que vous êtes naturellement optimiste ou est-ce que vous vous y êtes converti ?

Je n'étais pas naturellement optimiste, loin de là. Mais un jour ma vie a basculé pour une raison familiale, un drame s'est produit et j'ai hérité de 25 années de problèmes.

Et Miss Catastrophe, la petite voix insidieuse qui vous dit que vous n'y arriverez pas, que vous allez vous casser la figure m'a harcelé continuellement, jour et nuit, du matin au soir, partout, dans mon lit, au bureau.

Et un soir, j'étais tellement submergé de problèmes qu'elle a failli me faire faire un geste irréparable, c'est-à-dire que j'ai failli en finir de la vie, tellement j'étais dans le pessimisme.

Et ce sont mes valeurs, dont **l'optimisme**, qui m'ont sorti de là en me disant :

Eh, tu ne te rends pas compte, tu vas laisser l'adversité prendre le dessus sur toi. Tu vas laisser l'adversité retirer ta vie alors que tu as plein de choses à faire, que tu as déjà fait plein de choses, que tu as plein de gens qui t'aiment et que tu aimes, toi aussi, plein de gens. Non, sois optimiste, retrousse-toi les manches.

Je suis donc reparti à la bataille.

J'ai obtenu des succès auxquels personne ne croyait, même tous les gens qui me soutenaient. C'est dire que l'optimisme pour moi n'est pas un concept fumeux ou un peu ésotérique.

C'est vraiment du vécu.

Selon vous, quels sont les gestes du quotidien qui peuvent nous permettre de déclencher l'optimisme ?

Eh bien quand je prends mon café le matin, je fais le tour du propriétaire, c'est-à-dire que je fais le tour de moi-même et je me dis, voyons tu as ça, ça et ça... pas seulement sur le plan matériel, tu as des amis, tu as une santé, tu as des capacités, mobilise-les.

Assieds-toi sur ce que tu as pour aller chercher ce que tu n'as pas.

Quand je fais le tour du propriétaire le matin en buvant mon café, je repars, là encore, comme une fusée. Parce que j'ai envie, envie d'avoir envie et envie d'agir sur les choses.

Quelles sont selon vous les personnes qui incarnent le mieux l'optimisme ?

Les personnalités ou les gens tout simplement qui font le pas de plus dans leur vie.

Si vous avez reçu peu de la vie, faites un pas de plus quand même.

Si vous avez reçu beaucoup, tant mieux pour vous, faites le pas de plus aussi.

Si bien que dans les deux cas vous vivez par vous-même et non pas par le fruit des circonstances.

Et pour moi c'est ça la véritable définition des gens optimistes.

Merci Jean-Luc.

Merci.

Dans un contexte morose (pour le moins) où les questionnements personnels et collectifs se rejoignent dans l'inquiétude et la peur du lendemain, il convient de réagir.

Je vous invite à participer à la seconde édition du **Printemps** de l'**Optimisme** créé par **Thierry Saussez**.

Vos problèmes ne disparaîtront pas comme par enchantement, mais vous évoluerez avec des milliers de personnes, désireuses de bouger, de construire, de passer du BDPP – Bureau des plaintes et pleurs – au BDDR – Bureau des discours responsables – (2 appellations maison !).

Croyez-moi, constater de visu que l'union fait la force, que l'énergie des uns met en marche celle des autres et que rien de réaliste n'est impossible à qui le décide, bref, tout ça vous propulse.

C'est pourquoi, en un mot comme en mille :

Le 21 mars
Participez au Printemps de l'Optimisme !
(Gratuit)

Invitez vos proches, vos collègues et collaborateurs, et même votre arrière grand-mère (si en stock), invitez qui vous voulez mais prenez les choses en main.

Une chose est certaine, j'irai !

Avez-vous coché ce 21 mars 2015 sur vos tablettes ?
Relayez l'info, merci.



Les Français, individuellement heureux, mais collectivement pessimistes

71% des Français sont pessimistes pour l'avenir collectif de la France. Les plus optimistes sont les 25-34 ans (36%). Les retraités (78%), les non diplômés (77%) et les femmes (74%) sont très pessimistes. Pourtant, 75% des Français se disent heureux dans leur vie. Les femmes (76%) se disent plus heureuses que les hommes (74%).

Champions du bonheur : les 60+ (84%), les diplômés du supérieur (82%) et les 18-24 ans (78%).
C'est quoi être heureux ? Être en bonne santé (88% vs 96% pour les 65+), vivre en paix (87%), pouvoir s'exprimer (83%).



Omar Sy, l'optimisme incarné selon les Français

visuel indisponible

Une étude conduite par le site OpinionWay, révèle qu'Omar Sy arrive en tête du classement des hommes français qui incarnent le mieux l'optimisme. Il devance ainsi Jean Dujardin et le président François Hollande.

A vrai dire, ces résultats ne nous étonnent pas tant que ça. Grâce à son large sourire et à son rire ultra communicatif, **Omar Sy** a su conquérir le cœur du public et nous le démontre en étant régulièrement nommé parmi les personnalités préférées des Français. Aujourd'hui, l'acteur césarisé pour son rôle dans *Intouchables* obtient une nouvelle distinction en étant élu comme l'homme français qui incarne le mieux l'**optimisme**.

Dans le cadre d'un sondage mené pour le **Printemps de l'Optimisme** et intitulé "*L'optimisme des Français*", le site OpinionWay a interrogé 1006 personnes âgées de 18 ans ou plus. Entre le 11 et le 12 février dernier, il leur a été demandé de citer de manière spontanée les figures françaises qui, selon elles, représentaient le mieux l'optimisme. La plateforme a ensuite retenu les noms des cinq personnalités qui étaient le plus souvent mentionnées. Cette liste a été soumise aux sondés qui ont dû choisir leur "champion". En tête du classement avec **61%** des votes, **Omar Sy** est suivi par l'acteur **Jean Dujardin** (22%) et le politicien **Alain Juppé** (5%). Arrivent ensuite le président de la République **François Hollande** ainsi que son Premier ministre, **Manuel Valls** qui obtiennent tous deux 4% des suffrages.

"J'ai tendance à aller chercher le bon partout"

Interviewé en 2011 par le magazine *Marie Claire*, Omar Sy évoquait justement cette "**positive attitude**" qu'il développe naturellement. "*Le mauvais, les énergies négatives, le malheur, la misère me terrorisent. J'ai tendance à aller chercher le bon partout*", avait-il alors déclaré "*C'est vital. Dès que je peux sourire, je souris. Ça me fait du bien. On parle de générosité dans ces cas-là, mais c'est de l'égoïsme pur.*" Et bien qu'il reste égoïste, car c'est comme ça qu'on l'aime.

Retrouvez le programme du Printemps de l'Optimisme sur le site du mouvement

Les plus beaux sourires des stars : <http://www.aufeminin.com/news-people/omar-sy-l-optimisme-incarne-selon-les-francais-s1245126.html>

www.paperblog.fr
Pays : France
Dynamisme : 1042



[Visualiser l'article](#)

JoiejoieJoie

Très heureuse de vous annoncer que j'animerai un atelier le samedi **21** Mars de 13h à 14h lors du **Printemps de l'Optimisme** 2015, au Conseil Économique et Social !

Venez semer des graines de joie et d'**optimisme** dans votre vie ! Je vous attends
😊
Pour vous inscrire, cliquez : [ICI](#)



Cultivez votre bonheur au Printemps de l'optimisme !

Je vous attends le **samedi 21 Mars** de 13h à 14h* au Printemps de l'Optimisme où j'aime la joie d'animer l'Atelier.

« **APPRENEZ À CULTIVER VOTRE BONHEUR !** »

Venez découvrir les 3 graines à semer dans votre vie pour être plus optimiste, épanoui et heureux au quotidien.

L'atelier sera suivi d'une dédicace du livre « Cultivez votre bonheur » à l'espace « La librairie Optimiste »



Lieu: Conseil économique et social
9, place d'Iéna 75016 - Métro: Iéna (ligne 9)

Salle: Vintjoï **Heure:** de 13h à 14h*

Inscription: www.printempsdeloptimisme.com
Rubrique: [Programme](#) puis [Les ateliers](#)

M'inscrivez pas à découvrir le programme de cette année florissante ! Tables rondes, Ateliers, Animations, Expositions, de quoi se restaurer en bonnes herbes optimistes pour le restant de l'année !

Sophie MACHOT - Auteure du livre « Cultivez votre Bonheur » à (Eyrolles) - Coach et Formatrice - www.sophie-machot.com www.concentredebonheur.com

*ou j'y suis... C'est l'heure de la trottée, certes. Mais voyez les choses d'un oeil optimiste: 3 possibilités s'offrent à vous: 1- vous manger avant 2- vous manger pendant (j'aime les gratinés!) 3- vous manger après. Dans tous les cas, vous évitez l'affreux foie surchargé de l'OR...
Soyez serein(e), et !



A la Une, Sénégal

Omar Sy : l'optimisme incarné !

Rédigé par Blaise AKAME il y a 1 jour



Une étude conduite par le site OpinionWay, révèle que l'acteur français d'origine sénégalaise **Omar Sy** arrive en tête du classement des hommes français qui incarnent le mieux l'optimisme. Il devance ainsi Jean Dujardin et le président François Hollande.

A vrai dire, ces résultats ne nous étonnent pas tant que ça. Grâce à son large sourire et à son rire ultra communicatif, Omar Sy a su conquérir le cœur du public et nous le démontre en étant régulièrement nommé parmi les personnalités préférées des Français.

Aujourd'hui, l'acteur césarisé pour son rôle dans *Intouchables* obtient une nouvelle distinction en étant élu comme l'homme français qui incarne le mieux l'optimisme.

Dans le cadre d'un sondage mené pour le Printemps de l'Optimisme et intitulé « *L'optimisme des Français* », le site Opinion Way a interrogé 1006 personnes âgées de 18 ans ou plus.

Entre le 11 et le 12 février dernier, il leur a été demandé de citer de manière spontanée les figures françaises qui, selon elles, représentaient le mieux l'optimisme.

La plateforme a ensuite retenu les noms des cinq personnalités qui étaient le plus souvent mentionnées.

Cette liste a été soumise aux sondés qui ont dû choisir leur « *champion* ».

En tête du classement avec 61% des votes, Omar Sy est suivi par l'acteur Jean Dujardin (22%) et le politicien Alain Juppé (5%).

Arrivent ensuite le président de la République François Hollande ainsi que son Premier ministre, Manuel Valls qui obtiennent tous deux 4% des suffrages.

Source : Au Féminin

amazon.fr

Florence en quelques ... Le Routard Florence ...

Poche €8,99 Broché €9,90

Retrouvez-nous sur Facebook



Africa Top Success



3 888 personnes aiment Africa Top Success.



Module social Facebook



Africa Top Sports

Le Premier Portail Sportif Africain

[Elim] Afrobasket 2015 : le Mali prend une option face au Sénégal

Le Mali a pris une option pour la phase finale de l'Afrobasket 2015. Unique adversaire du Sénégal dans le groupe B (Zone II FIBA-Afrique) des éliminatoires combinés de l'Afrobasket et [...] Lire l'article [Elim] Afrobasket 2015 : le Mali prend une option face au Sénégal sur Africa Top Sports.

Open 13 de Marseille : Gilles Simon bat Monfils en finale

Huit ans après y avoir remporté son premier titre à l'ATP, Gilles Simon est de nouveau couronné à l'Open 13 de Marseille. Aux prises en finale, ce dimanche, avec Gaël [...] Lire l'article Open 13 de Marseille : Gilles Simon bat Monfils en finale sur Africa Top Sports.

CAN U17 : La CAF suspend le trio arbitral du match Zambie-Niger



Envie d'entreprendre ? Le programme...

Vous avez envie de créer du neuf, d'atteindre un objectif privé ou professionnel, de vous mettre en mouvement, d'apprendre ?

Envie de sortir de vos compétences et intérêts habituels pour découvrir autre chose et avancer ?

Envie, enfin, de contact, d'échanges, de partages, d'idées mises ensemble pour de nouveaux projets, bref...

vous avez envie d'entreprendre ?

Ne cherchez plus, en Mars et Avril, rencontrons-nous !



21 mars de 14h à 15 h Atelier / Conférence :

Ne vous préoccupez pas de vos problèmes, occupez-vous en !

Conseil Économique et social : Paris 16ème.

Vous repartirez avec des solutions pratiques pour mieux faire face aux événements, réduire stress et soucis puis **entreprendre** mieux que jamais, au bureau comme à domicile. Accès sur inscription : <http://www.printempsdeloptimisme.com/evenements...>

21 mars de 13h à 14h et de 15h à 16h.

Dédicace du livre :

Craquer ou pas ?

L'incroyable histoire vraie qui améliore la vôtre.

« Cette histoire se dévore et fait mieux vivre » disent les lecteurs.

Livre Sélectionné pour le Prix du Livre Optimiste 2014.

Le **Printemps** de l' **Optimisme**, crée par **Thierry Saussez**, a attiré des milliers de personnes en 2014. Pour être sûr de pouvoir y accéder, l'accès se fait sur inscription : <http://www.printempsdeloptimisme.com/evenements...>

2 avril 9h30 : Conférence :

Comment sortir d'une tuile professionnelle et rebondir ?

Maison du Management : Paris 5ème.

Vous souhaitez rebondir et vous demandez comment ?

Notez cette date sur votre agenda.

Quelle que soit votre activité, rejoignez-nous dans ce haut lieu de **l'entreprendre**.

Modalités d'inscription prochainement communiqués.

Vendredi 10 avril de 19 heures à 22h30 Atelier :

Trop de temps gâché : comment ne plus être débordé ?

Hotel Bedford, Paris 8ème

Chaque semaine on me demande comment je parviens à enchaîner, blog, réseaux, conférences; développement d'idées nouvelles, etc.

Il y a peut-être (sûrement) un peu de « niaque » mais il y a aussi une méthode et une organisation.



Pendant 2 heures 30, nous les passerons en revue car avoir **envie d'entreprendre** c'est bien, disposer des bons outils pour le faire, c'est (bien) mieux.

Venez le 10 avril, veille de week-end, vous pourrez vous reposer le lendemain et commencer à appliquer la méthode. Et, croyez-moi, la bonne humeur sera de la partie : on progresse tellement plus comme ça...



Entrenez, réservez ces dates sur votre agenda.

Vous souhaitez vous lancer, améliorer tel ou tel secteur de votre vie, acquérir de nouvelles compétences et les appliquer, bravo.

Une chose importante dans la vie est de ne jamais cesser d'apprendre et d'expérimenter.

Quand, à 27 ans, je suis passé du jour au lendemain du statut de salarié dans une société américaine à celui de patron de Pme avec, sur les épaules, une écrasante responsabilité (voir Le livre) il a bien fallu que j'apprenne.

Une masse considérable de choses et de comportements.

Quel plaisir c'eût été d'être accompagné, drivé... mais non, personne ne m'a aidé à déchiffrer et défricher le terrain – pas facile à prononcer – alors n'est restée qu'une solution : tout découvrir par soi-même.

Lorsque j'ai été confronté à un évènement familial dramatique et à ses incroyables conséquences, (re-voir le livre) il a bien fallu, là encore, s'immerger dans un autre monde et apprendre, apprendre... sans que personne ne me donne les clés du code, certains le cachant même pour que je ne le découvre pas : cela m'a pris du temps, une énergie folle... mais le secret a été percé.

Et quand, enfin, je me suis lancé sur Internet, dans l'univers du blogging, des applications iPhone, des réseaux sociaux, de la web TV (entre autres), il m'a fallu, là encore, apprendre ce que j'ignorais, c'est à dire tout. Un travail de Romain (restez cool amis Romains, rien de personnel là dedans :)... et ce n'est pas fini.

Tout cela pour montrer par les faits que sortir de son champ de compétences, s'informer et se former permet d'aller plus loin.

Si j'avais à entretenir un potager, peindre une toile ou jouer du biniou, je chercherais la personne compétente pour m'y aider.

Faites de même, entreprenez, je me réjouis de vous rencontrer !

PSYCHOLOGIES

N°349 | 4€ | MARS 2015

MAGAZINE

NICOLAS
BEDOS

“J’ai su étrangler
mes démons”

ADOLESCENCE

Djihadistes
sur le divan

NUMÉRIQUE

Skype thérapie,
l’avenir de la psy ?

ÉDUCATION

Un enfant optimiste
en 5 leçons

DOSSIER

EN COUPLE
EN FAMILLE
AU TRAVAIL

RÉUSSIR À POSER DES LIMITES

+ Test : Qu’est-ce qui vous empêche de dire stop ?

Totems et tambours
Demain, tous
chamans ?

RÉCIT

J’ai fait de
mon insomnie
une amie

ALEXANDRE
JOLLIEN
Ma quête
spirituelle
en Corée

NUTRITION

Les “fodmaps”
nous gonflent

M 01751 - 349S - F: 4,00 € - RD



349 000

Optimiste ou cynique ?

« Il y a un risque de dislocation de notre société. On a l'impression que ce qui nous sépare est plus important que ce qui nous rapproche. Nous avons un risque de choc générationnel, de choc des territoires et de choc de la diversité des identités [...]. Je ne sais pas si nous allons aller vers une radicalisation dans les rapports humains et une violence de plus en plus forte ou si, au contraire, nous irons vers une prise de conscience. » Jean-Paul Delevoye¹, toujours aussi juste dans son sombre diagnostic sur le vivre-ensemble, a fait du Conseil économique, social et environnemental (Cese) un lieu des solutions et accueille le deuxième Printemps de l'optimisme² le 21 mars.

Le contraire de l'optimisme n'étant pas le pessimisme mais le cynisme, comme l'a bien résumé Luc Simonet³, notre choix est clair : sombrer dans le fatalisme, attendre un énième plan banlieues, ou bien soutenir ceux qui réinventent concrètement, souvent dans l'ombre, le vivre-ensemble. Charles Rojzman, qui voudrait proposer à la France la thérapie sociale, qu'il pratique dans les quartiers difficiles (lire p. 58), et aussi Latifa Ibn Ziaten, la mère d'un jeune homme assassiné par Mohamed Merah, qui va de cité en cité pour porter le débat sur la tolérance, le respect et la laïcité. Ou encore Alexandre Jardin, infatigable animateur du mouvement citoyen Bleu Blanc Zèbre⁴ : un « do tank », et pas un think tank, qui affirme que le redressement français passera par les actions concrètes d'un peuple providentiel et non par l'attente d'un homme providentiel. Allez voir sur leur site les centaines d'initiatives en cours.

Inspirants également, ces centaines de milliers d'utilisateurs de l'économie du « co » – dont je suis –, amateurs de bons plans, certes, mais qui inventent aussi de nouvelles sociabilités, souvent locales, tout comme ces entreprises sociales et solidaires, qui marient capital, humain et environnement. Et le vivre-ensemble à l'école ? Des ateliers du bonheur étaient organisés gratuitement en janvier dernier à Paris

pour les enseignants et les éducateurs, par la Fabrique Spinoza⁵. Anecdote ? Interrogez la journaliste Hélène Jouan⁶ sur le record de coups de fil reçus lors de l'émission que nous avons faite sur l'habitat intergénérationnel, un sujet que je pensais marginal... « C'est impossible, dit la Fierté ; c'est risqué, dit l'Expérience ; c'est sans issue, dit la Raison ; mais essayons, murmure le Cœur », a écrit l'auteur américain William Arthur Ward. Ces hirondelles feront-elles le printemps ? Évidemment pas, mais ne lâchons pas sur un optimisme innovant, concret et, bien sûr, lucide. Êtes-vous d'accord, chers lecteurs ? Dites-le-moi sur arnaudss@psychologies.com.

1. Président du Cese, dans un entretien à Croix du Nord le 5 février (« Reconstruire des espérances individuelles sur un projet collectif », sur croixdunord.com).

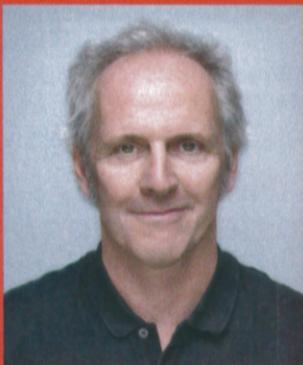
2. printempsdeloptimisme.com. Lire également p. 112 et p. 180.

3. Fondateur de la Ligue des optimistes du royaume de Belgique (liguedesoptimistes.be).

4. bleublanczebre.org.

5. fabriquespinoza.fr.

6. Animatrice du Téléphone sonne, du lundi au jeudi sur France Inter, de 19h20 à 20 heures.



**Arnaud
de Saint Simon**
Directeur de Psychologies

Un enfant optimiste en 5 leçons

ÉDUCATION

L'amour et l'autorité ne suffisent plus à l'épanouissement de l'enfant.

Alain Braconnier, psychiatre et psychanalyste, nous assure dans son dernier ouvrage que l'éducation à l'optimisme est une nécessité. Dans un contexte morose, il nous livre cinq postures éducatives pour renforcer l'envie de grandir. Inspirant.

PAR LAURENCE LEMOINE

Dans sa pratique, Alain Braconnier rencontre de plus en plus d'enfants et d'adolescents en proie à un sentiment d'impuissance devant l'existence. Il reçoit aussi davantage de parents préoccupés de l'avenir de leur progéniture. Son dernier livre entend placer l'optimisme au fondement de l'éducation : « Dans les années Dolto, on a souligné l'importance de l'amour pour l'épanouissement de l'enfant, retrace-t-il. Puis l'accent a été mis sur la nécessité du cadre et de l'autorité, lorsqu'on s'est aperçu qu'on était parfois allé trop loin dans l'amour à tout prix. Aujourd'hui, il me semble que l'amour et l'autorité ne suffisent plus. Dans la morosité ambiante, nous devons aussi entretenir leur goût de vivre, leur envie de grandir, leur espoir. » Et de préciser : « Il ne s'agit pas de cultiver un optimisme béat. Mais de stimuler leurs res-

sources intérieures, de sorte qu'ils puissent reconnaître leur potentiel et affronter avec lucidité, énergie et volonté les difficultés. Pour moi, l'optimisme est le point de départ d'une éducation qui nourrit une bonne estime de soi. » S'appuyant sur les récentes recherches en psychologie positive, le psychiatre assure que même un parent pessimiste

peut parvenir à éduquer à l'optimisme, à condition qu'il mesure à quel point son pessimisme l'empêche d'entreprendre et qu'il soit désireux de préserver son enfant de ses propres empêchements. Il a également constaté que l'on pouvait aider les enfants anxieux et fragiles à retrouver leur optimisme initial. Il « suffit » de déployer les cinq postures éducatives suivantes. Simples en apparence, « elles nécessitent de la persévérance, affirme-t-il. Et peuvent changer la vie des plus jeunes en les aidant à retrouver le sourire et à ne plus craindre le lendemain ».

>>>



L'Enfant optimiste
d'Alain Braconnier,
Odile Jacob, 320 p.,
22,90 €.

1 NOURRIR SA CURIOSITÉ

Petit, l'enfant a soif de découvertes. Tout ce qu'il touche, goûte, renifle lui donne envie de s'aventurer au-devant de son environnement. Le laisser expérimenter, éprouver la satisfaction de pouvoir accéder à ce qu'il souhaite connaître est essentiel. « Mais il faut l'entourer, indique Alain Braconnier. Sans quoi, livré à lui-même face à des énigmes qu'il ne parvient pas à résoudre, il finit par se désintéresser et par douter de son intelligence. » Partager nos émerveillements, expliquer, répondre à ses questions, l'initier à de nouvelles lectures, aux musées, au voyage ancre en lui la conviction que l'existence lui réserve de nombreux plaisirs. De quoi se projeter avec envie vers l'avenir.

2 DÉDRAMATISER SES ERREURS

L'enfant, dans ses découvertes, fait aussi l'expérience de ses propres limites. Ses échecs doivent pouvoir être surmontés si nous ne voulons pas qu'il finisse par se sentir incapable, et en vienne à jeter l'éponge à la moindre difficulté. « Il importe donc que nous prenions conscience des peurs (souvent excessives) que nous lui communiquons sans le vouloir », avertit le psychiatre. Et que nous examinions notre propre relation à l'erreur, qui nous empêche, peut-être, de la lui présenter comme une opportunité d'apprendre. Lui faire confiance, être à ses côtés sans faire à sa place, le laisser tâtonner pour trouver, valoriser ses succès, le pousser à recommencer, tout cela accroît sa ténacité et son espoir de réussir ce qu'il entreprend.

3 LAIDER À PRÉCISER SA PENSÉE

Martin Seligman, figure de proue de la psychologie positive, s'est intéressé à ce qui pouvait permettre à l'enfant de maîtriser une situation plutôt que de la subir. Autrement dit, de l'envisager de manière optimiste ou pessimiste. « Il a découvert que deux traits caractérisaient la pensée pessimiste, précise Alain Braconnier : la tendance à personnaliser ("C'est parce que je suis nul qu'il m'arrive un truc nul") et la tendance à généraliser ("Ça se passe toujours comme ça"). » Lorsqu'il est confronté à une difficulté, il importe donc d'aider l'enfant à donner une explication plus exacte des faits : que s'est-il passé ? Quelle aide, quelle compétence lui ont manqué ? Les solutions lui apparaîtront alors de manière plus précise, et davantage à sa portée que lorsqu'elles lui semblaient liées à son mauvais destin.

4 LUI INCULQUER LE SENS DE L'EFFORT

L'enfant aura besoin de combativité pour se faire une place, mener les projets susceptibles de le rendre heureux. Pour cela, il doit ressentir très tôt que l'énergie qu'il déploie est payante, qu'elle aboutit réellement à accroître ses compétences ou à améliorer son sort. Dès lors, on s'abstiendra de le critiquer pour ce qu'il n'est pas encore capable de faire ou de le comparer aux autres qui, eux, y arrivent. « Devant une tâche qui lui paraît encore inaccessible, lui rappeler les réussites qu'il doit à ses propres efforts (avoir appris à marcher, à lire, à faire du vélo...) l'aidera à faire preuve de pugnacité », assure le psychiatre. De manière générale, aux loisirs passifs on préférera les activités qui lui permettent de se confronter à lui-même (musique, escalade) et de ressentir la fierté d'avoir dépassé ses limites.

5 FAVORISER SES RELATIONS

Un enfant pessimiste a tendance à s'isoler. Ou à s'entourer d'enfants encore plus mal dans leur peau. « Or le regard qu'il porte sur lui-même et sur le monde dépend beaucoup du regard des autres, qui enrichissent le sien ou l'appauvrissent », souligne Alain Braconnier. Être capable d'entrer en relation, de tisser des liens avec des personnalités différentes, certaines qui réconfortent, d'autres qui stimulent, donne à l'enfant un profond sentiment de sécurité : il n'est pas seul, il peut compter sur les autres. Nous pouvons l'aider dans cette exploration en nous intéressant à ses copains, en l'aidant à développer son empathie comme à se préserver des relations qui ne lui font pas du bien, et en valorisant l'amitié.

RENDEZ-VOUS



Tous au forum

Lancé en 2014 par Thierry Saussez, auteur d'un *Manifeste*

pour l'optimisme (Plon, 2011), le Printemps de l'optimisme revient à Paris le 21 mars, à Bruxelles le 23 avril et à Nice le 9 mai. Au programme, de nombreuses conférences en compagnie de personnalités telles que Matthieu Ricard ou Ilios Kotsou. Et, notamment, ce débat animé par Arnaud de Saint Simon, directeur de Psychologies : « Face aux crises, l'optimisme est-il possible ? »

printempsdeloptimisme.com (lire également p. 180).

L'AGENDA DU MOI

PAR CÉCILE GUÉRET

CONFÉRENCES

« Musique et cerveau »

C'est le nom d'un cycle de trois conférences proposé par Radio France. Le 14 mars, venez écouter les spécialistes en neurosciences de la musique Hervé Platel et Emmanuel Bigand, ainsi que Barbara Tillmann, directrice de recherche au CNRS, qui parlera de la perte des capacités musicales. Avec le témoignage de la cantatrice Natalie Dessay. Le deuxième mouvement, le 13 juin, aura pour thème « Musique, mémoire et apprentissage », avec des spécialistes de la mémoire musicale, ainsi qu'avec le compositeur et pianiste Antoine Hervé. Enfin, le 12 septembre, le mouvement « Musique et santé » évoquera la musicothérapie avec, comme témoin, la chanteuse et auteure Juliette.

Les 14/3, 13/6 et 12/9, à Paris. Prix : 80 € par conférence, 200 € pour le cycle. Rens. : www.musique-sante.org.



FORUMS

Éducation transpersonnelle

Comment penser et soutenir une éducation qui intègre le transpersonnel, c'est-à-dire qui fasse toute sa place aux dimensions physique, émotionnelle, psychique, énergétique et spirituelle de chacun ? Une éducation à la créativité, à la bienveillance, à la rencontre de soi et de l'autre ? Pour sa quatorzième édition, le Forum du Groupe de recherches et d'études en thérapies transpersonnelles (Grett) aura pour thème « Éducation et transpersonnel, un chemin vers soi ». Avec des conférences, des

ateliers, des tables rondes. Le vendredi, une rencontre s'intéressera, entre autres, à la façon dont l'enfant éduque le parent. Et la coach Nathalie Fabre se penchera sur l'accompagnement des enfants à besoins spécifiques (troubles de l'apprentissage, précocité, troubles envahissants du développement...).

Du 20 au 22/3, à Paris. Prix : 200 €. Rens. : grett.fr.

Printemps de l'optimisme

Pour lutter contre le défaitisme, la sinistrose et la morosité. Contre le « déclinisme » et le *French bashing* qui déprime la consommation, l'investissement et

le financement de la solidarité. Pour mobiliser les énergies face aux crises. Mais aussi pour promouvoir la confiance collective et les initiatives positives. Le Printemps de l'optimisme, dont Psychologies est partenaire (lire également p. 112), permet, pour la deuxième année, de rassembler tous les défenseurs de cette cause d'intérêt général. Au programme : des débats, des ateliers pratiques, des témoignages. Un Manifeste pour l'optimisme circule, et il compte déjà plus de mille sept cents signatures. Engagez-vous !

Le 21/3, à Paris. Rens. : printempsdeloptimisme.com.

COLLOQUE

« Toucher la confiance »

Parce que les massages ont souvent des effets plus profonds et moins anodins que « juste nous faire du bien », la Fédération française de massages-bien-être (FFMBE) organise son premier colloque sur un thème incontournable : la confiance. Dans un contexte social anxieux, quel rôle le massage peut-il jouer pour renforcer le sentiment de sécurité intérieure ? Sur quelle éthique le masseur doit-il s'appuyer pour honorer la confiance accordée et être à la hauteur de sa responsabilité ? Mais aussi : >>>



L'onde positive



par **Thierry Saussez**

Fondateur du printemps
de l'optimisme

N'ayez pas peur

A l'exception de la montée d'adrénaline comme signal d'alerte déclenchant une action, la peur est le plus généralement un refuge du pessimisme, un obstacle volontaire que l'on place devant soi. D'après les enquêtes, nos vraies peurs sont d'ordre intime. Elles concernent la maladie, la mort et plus encore la crainte qu'il arrive quelque chose à nos enfants ou nos proches.

Nos peurs collectives sont virtuelles et innombrables : la pollution, le réchauffement climatique, les inondations, les incendies, les tremblements de terre, le terrorisme, les virus... et même la neige.

On retrouve ici la différenciation entre notre univers personnel avec seulement quelques peurs ou phantasmes et la dimension collective dans laquelle nous chargeons la barque comme pour évacuer le stress personnel. La preuve : il faudrait appliquer systématiquement le principe de précaution à la plupart des grands défis de la planète mais l'ignorer dans notre vie quotidienne. Dans ce cadre, nous préférons minimiser le risque au profit de l'usage quotidien du téléphone portable, de l'ordinateur, de la voiture, de la moto, de la télévision.

Deux de ces peurs collectives montent dans une société en crise, la peur de perdre et celle du déclassement. Nous sommes attachés aux avantages tenus pour irrémédiablement acquis, aux dignités permanentes. Lorsqu'on nous tend la perche des sondages, nous sommes nombreux à exprimer la crainte de rétrograder professionnellement, de perdre notre emploi, voire de finir SDF.

L'optimiste fera remarquer que si l'on a peur de perdre, c'est que l'on a quelque chose à perdre et que si l'on craint de tomber, c'est que l'on n'est pas par terre.

À bien y réfléchir, ces peurs collectives nous soudent, elles font lien. Nous les partageons. Disons même qu'elles nous rassurent. Mieux, elles nous offrent une solidarité de façade avec ceux, individus comme peuples, qui affrontent, eux, de véritables épreuves.

Elles correspondent bien à notre côté «enfants gâtés». J'aime beaucoup cette déclaration de l'écrivain indien Gurcharan Das : « Parfois, j'imagine un peu la France comme un gros chat rassasié, confortablement assoupi auprès du feu. Il faut avoir un peu faim pour savourer le bonheur ».

Nous avons des peurs, des craintes, des angoisses. Un conseil : ne cherchez pas systématiquement à les fuir ou à les oublier. Elles risqueraient fort de s'incruster. Laissez-les s'installer, faites-en le tour, isolez-les. Puis concentrez-vous sur quelqu'un ou quelque chose de positif. Le résultat ne devrait pas se faire attendre.



Découvrez les nominés des Grands Prix KRÉA 2015 !



Qui seront les lauréats de l'édition 2015 des Grands Prix KRÉA ? Avant de répondre à cette question, découvrez les événements ayant retenu l'attention du comité de pré-sélection, réuni le 27 février. Au total, ce sont 13 agences et annonceurs représentant 18 opérations qui sont invités à venir présenter leur candidature devant le jury 2015, le 6 mars prochain.

Dispositif Global Hors-Média :

- ▶ MC Cann G Agency – Ibis Lits Sans Limite
- ▶ Le Public Système – Tech Days 2014
- ▶ Double 2 – Audi TTweet&Down

Événement Grand Public :

- ▶ MCI France – Le plus grand Haka du monde pour Mazda
- ▶ Le Public Système/Rouge – XBOX One Hotel
- ▶ Ubi bene – Adidas All in or nothing

Événement Interne :

- ▶ Mc Cann G Agency – Klésia, c'est nous
- ▶ Le Public Système – Les Rendez-vous Relais & Châteaux
- ▶ Lever de Rideau – Blend dates 2014

Manifestation Institutionnelle :

- ▶ Communauté d'agglomération Pau Pyrénées – Les idées mènent le monde 2014
- ▶ Événement d'Elles – Le **Printemps** de l'**optimisme**
- ▶ Magic Garden – Cérémonie internationale commémorative du 70e anniversaire du débarquement

Soirée Événementielle :

- ▶ Le Public Système – 50 ans Volkswagen Bank France
- ▶ Lemonchik by P1 – Rollout Falcon 8X
- ▶ Ubi bene – Expérience Exodus

Voyage Incentive :

- ▶ AREP – Challenge Brossette Business Class
- ▶ CWT Meetings & Events – Voyage Plantation Collaborateurs Clients Valrhona
- ▶ A'tipic – The sky's the limit



change

MARS

6 au 8 mars

Salon Bio Foodle 6^e édition
Charleroi Expo, Belgique
www.biofoodle.be

12 au 15 mars

Salon du Bois et de l'Habitat
Alpexpo, Grenoble (38)
www.salondubois.com

14 mars

Rencontre avec Emmanuel Druon
animée par Cyril Dion
Librairie du 104, Paris 19^e
01 40 38 85 65

[ÉVÈNEMENT KAIZEN] RETROUVEZ-NOUS SUR PLACE!

20 au 23 mars
Salon Vivre Autrement 28^e édition
Parc Floral, Paris (75012)
www.salon-vivreautrement.com

[ÉVÈNEMENT KAIZEN] RETROUVEZ-NOUS STAND G88

20 au 23 mars
Salon du livre de Paris 35^e édition
Paris expo Porte de Versailles, Paris 15^e
www.salondulivreparis.com

20 au 30 mars

Semaine pour les alternatives
aux pesticides 10^e édition
Partout en France et dans le monde
www.semaine-sans-pesticides.fr

21 mars

Printemps de l'Optimisme
Conseil Économique et Social, Paris 16^e
www.printempsdeloptimisme.com

17 au 19 avril

Salon Bio à 100 %
Parc des expositions de Metz
Métropole, Metz (57)
www.salonbioeco.com

28 avril au 3 mai

Forum « Éduquer pour élever les
consciences ». Un séminaire d'intel-
ligence collective dédié aux profes-
seurs, enseignants, éducateurs et
citoyens parents.
Les Amanins, La Roche-sur-Grâne (26)
www.lesamanins.com • 04 75 43 75 05

28 avril au 3 mai

Formation auto-construc-
teur
Les Amanins, La Roche-sur-Grâne (26)
www.lesamanins.com • 04 75 43 75 05

PASSEZ À L'ACTE!

Bientôt les beaux jours,
un retour à la terre s'impose!

L'AGENDA KAIZEN
MARS-AVRIL 2015



RENDEZ-VOUS

[ÉVÈNEMENT KAIZEN]

18 mars

Conférence : L'économie collaborative,
l'économie de demain ?
Conférence animée par Cyril Dion et
Anne-Sophie Novel.
Institut Goethe, Paris 16^e
www.kaizen-magazine.fr • 01 56 03 54 71

18 au 20 mars

Salon Écobat 12^e édition, le rendez-vous
du bâtiment et de la ville durable
Paris expo Porte de Versailles, Paris 15^e
www.salon-ecobat.com

19 au 22 mars

Salon Destinations nature 31^e édition,
le salon des randonnées, des sports et
voyages nature.
Paris expo Porte de Versailles, Paris 15^e
www.randonnee-nature.com

20 au 22 mars

Salon du Randonneur 9^e édition
Cité Internationale/Centre des
Congrès, Lyon (69)
www.randonnee.org

20 au 22 mars

Salon La Vie autrement 13^e édition
Grimaud (83)
www.bio-logiques.fr

28 mars

Le WWF appelle les citoyens à couper
l'électricité partout dans le monde pen-
dant une heure, de 20 h 30 à 21 h 30.
www.earthhour.fr

AVRIL

3 avril au 3 mai

Festival Photo de Mer 11^e édition
Vannes (56)
www.photodemer.fr

7 au 21 avril

Festival international du Film des droits
de l'homme de Paris 13^e édition
Paris et Île-de-France
www.festival-droitsdelhomme.org/paris

10 au 12 avril

Salon Bio & Co 8^e édition
Micropolis, Besançon (25)
www.salonbioeco.com

17 avril

La Bio dans les étoiles, avec Vandana
Shiva, Olivier de Schutter, Gilles-Éric
Séralini...
Théâtre d'Annonay (07)
www.labiodanslesetoiles.com

14 mars La Villette, Paris 19^e

Le Club des jardiniers Villette : jardinage parents-
enfants selon des méthodes naturelles.
www.lavillette.com • 01 40 03 75 89

30 mars au 3 avril Mas de Beaulieu, Lablachère (07)

Stage Approche de la permaculture : 5 jours
pour aiguïser le sens de l'observation et décou-
vrir comment mettre en interrelation les éléments
présents dans un jardin.
www.terre-humanisme.org • 04 75 36 65 40

3 au 6 avril Ferme du Plessis (28)

Formation sur les forêts nourricières : les forêts
nourricières reproduisent les principes de l'éco-
système forestier dans un jardin pour maximiser la
production et minimiser le travail de l'humain.
www.etw-france.org

6 au 10 avril Mas de Beaulieu, Lablachère (07)

Stage Le Potager Agroécologique niveau 1 : pour
acquérir les bases pratiques et théoriques.
www.terre-humanisme.org • 04 75 36 65 40

[SÉJOUR KAIZEN]

25 au 29 avril La Lune en bouche, Saint-Andéol (26)
Séjour cueillette et cuisine sauvage. Chaque
matin : sortie botanique (cueillette de fleurs, de
plantes et fruits sauvages). Après-midi : bai-
gnade, rando, qi gong, atelier pain...
www.laluneenbouche.com • 04 75 21 26 34

TÉLÉVISION P. 10

ORDINAIRES

L'ex-Miss France se confie sur ses grands débuts d'animatrice dans l'émission « Les Extraordinaires », ce soir sur TF1. BERTHELY/TEF

Marine Lorphelin, une Miss chez les surdoués



metronews

www.metronews.fr

vendredi 6 mars 2015 - n° 2751

PROCÈS P. 6

Flash-Ball : le policier peine à convaincre

EXCLUSIF P. 2

« Halte à la loi du silence »

A deux jours de la Journée des droits des femmes, la ministre Marisol Touraine reçoit aujourd'hui un rapport sur le sexisme au travail. Elle confie à *metronews* sa volonté de lutter contre ces pratiques.



KOVAR/AP

CLASSEMENT P. 3



Florence Foresti, reine de l'optimisme

L'humoriste arrive largement en tête (43 %) des personnalités féminines les plus enthousiasmantes pour les Français, selon un sondage OpinionWay réalisé pour le Printemps de l'optimisme et dévoilé par *metronews*. BENAROCI/SPA

SONDAGE P. 4

Elections : la tentation du vote-sanction

ÉVASION P. 9

Vercors : les trésors de la « petite Laponie »

FOOTBALL P. 14

Marseille, une défense pas d'attaque

Florence Foresti, ici en juin 2014
lors de la cérémonie des Molière,
recueille 43 % des suffrages. SPA



Ces femmes qui sourient à la vie

Exclusif

Au diable la sinistrose ! A l'occasion de la Journée des droits des femmes, le Printemps de l'optimisme – qui se tient le 21 mars à Paris – s'est intéressé à celles qui incarnent le mieux cet état d'esprit en France. Le résultat de l'étude réalisée par OpinionWay et que dévoile metronews est détonnant : sur la première marche du podium, on retrouve Florence Foresti, suivie – de loin – par un quatuor de politiques.

« Garder ma fraîcheur »

L'humoriste s'offre une échappée belle en recueillant 43 % des suffrages pour cette première édition. « Après les événements de janvier, cela exprime un besoin de décompresser », juge le « spin doctor » Thierry Saussez, créateur du Printemps de l'optimisme.

Discrète, l'artiste n'a pas souhaité commenter, se disant néanmoins « très touchée ». Florence Foresti avait malgré tout levé une part de son mystère dans une récente interview accordée au quotidien belge *La Dernière Heure* : « Le danger qui me guette, c'est qu'en vieillissant [...] on devient soit aigri soit cynique... Pour moi, c'est un exercice mental de garder ma fraîcheur ! » Pour Laurent Bernelas, d'OpinionWay, elle incarne « quelqu'un qui est parti de loin pour

arriver très haut. Les gens ont privilégié un parcours de vie plutôt que de la politique. »

Une politique que Marine Le Pen, elle, pratique au quotidien. La patronne du FN s'invite à la 2^e place du sondage avec 16 % des voix. Premiers séduits ? Les jeunes de 18 à 24 ans, qui sont 22 % – contre 11 % pour les 65 ans et plus – à lui témoigner leur sympathie. Derrière l'élu, on retrouve Simone Veil. Celle qui a mené une vie de combats recueille en effet 15 % des voix, suivie par Najat Vallaud-Belkacem (12 %). « Ces femmes incarnent surtout l'énergie, une des valeurs de l'optimisme », analyse Thierry Saussez.

La ministre de l'Education nationale est suivie de près par son ancienne mentor, Ségolène Royal (9 %). Une cinquième place que

Marine Le Pen, en 2^e position, séduit surtout les jeunes.

savoure la ministre de l'Ecologie : « C'est bien car j'ai connu beaucoup d'épreuves, que les Français ont vues, et ils perçoivent aussi que j'ai toujours gardé de l'optimisme et un regard positif sur la vie, nous a-t-elle fait savoir. C'est parce que je m'intéresse aux autres, et à la beauté de la nature et de la culture. Et puis, j'ai des enfants affectueux et joyeux. »

● THOMAS GUIEN

Etude réalisée les 28 et 29 janvier auprès de 1 012 personnes représentatives de la population française âgée de 18 ans et plus.

UN JOUR D'ACTU

L'ÉLU

Le candidat « incendiaire » de l'UMP

Politique. Michel Habig, investi par l'UMP pour les prochaines élections départementales, a été condamné en 2006 à six mois de prison avec sursis. Le maire d'Ensisheim avait incendié des caravanes qui stationnaient illégalement dans sa commune.



LE SLOGAN

« Donne du pouvoir aux femmes si t'es un homme »

Société. La nouvelle campagne de l'ONG Care France pour l'égalité entre les sexes, lancée fin février, invite les hommes à partager le pouvoir et à casser les stéréotypes de genre. Mais, si la majorité des féministes considère que le pari est réussi, d'autres regrettent que la campagne joue sur certains clichés.



L'ACCIDENT

Spectaculaire sortie de piste à New York

ÉTATS-UNIS. Impressionnant accident, hier, sur les pistes enneigées de La Guardia, l'un des aéroports de New York. Un avion en provenance d'Atlanta a quitté son couloir, glissant sur plusieurs centaines de mètres avant de s'immobiliser contre un remblai. Selon les premiers éléments disponibles, aucun blessé sérieux ne serait à déplorer. En revanche, en raison des craintes d'incendie, de nombreux secours ont été mobilisés. Le climat, particulièrement rigoureux à New York actuellement, serait à l'origine de cette sortie de piste. Une tempête de neige, assez rare en cette fin d'hiver, s'est encore abattue ces dernières heures sur « Big Apple ». ●

LE DÉPART

Geneviève Fioraso

Remaniement. Souffrant de « problèmes de santé assez graves », la secrétaire d'Etat chargée de la Recherche et de l'Enseignement supérieur a présenté sa démission hier. Son portefeuille sera repris par Najat Vallaud-Belkacem, la ministre de l'Education nationale.

LE CHIFFRE

2,74 €

Consommation. C'est, en moyenne, le prix d'un sandwich jambon-beurre en 2014 en France, selon le cabinet Gira Conseil. Il a augmenté de 1,05 % l'an dernier. Et pour une pizza Reine, il faut déboursier en moyenne 10,54 euros.

Quelles sont les femmes qui incarnent le mieux l'optimisme en France ?

metronews

Par metronews



EXCLU METRONEWS - A l'approche de la journée des droits des femmes, le festival "le Printemps de l'Optimisme" a réalisé un sondage pour connaître celles qui incarnent au mieux cette valeur en France. Verdict ? Une humoriste... et plusieurs politiques.

Au diable la sinistrose ! A l'occasion de la journée des droits des femmes, le **Printemps de l'Optimisme** - qui se déroule le **21** mars à **Paris** - s'est intéressé à celles qui incarnent le mieux cet état d'esprit en France. Le résultat de l'étude réalisée par OpinionWay* et que dévoile *Metronews* est détonnant : sur la première marche du podium on retrouve Florence Foresti, suivie - de loin - par un quatuor de politiques.

Il faut dire que l'humoriste s'offre une échappée belle en recueillant 43% des suffrages pour cette première édition. "Après les événements de janvier, cela exprime un besoin de décompresser, de respirer", juge le "spin doctor" Thierry Saussez, créateur du **Printemps de l'Optimisme**.

Discrète, l'artiste n'a pas souhaité faire de commentaire, se disant néanmoins "très touchée" par cette distinction populaire. Florence Foresti avait malgré tout levé une part de son mystère dans une récente interview accordée au quotidien belge *La Dernière Heure* : "Le danger qui me guette, c'est qu'en..."

Lire la suite sur metronews.fr

www.lachaineducoeur.fr

Pays : France

Dynamisme : 8



Page 1/1

[Visualiser l'article](#)

Le Printemps de l'optimisme arrive pour la 2e année à Paris !

Le **21** mars c'est le jour du **printemps**, les fleurs vont bourgeonner, les abeilles butiner, le soleil rayonner... Bref, c'est la fin de l'hiver gris, froid, maussade ! C'est donc l'occasion de faire le plein d'**énergie positive** !

Rendez-vous au **CESE (Conseil Economique Social et Environnemental)** de **Paris** afin d'"**Agir pour le vivre ensemble**". Ce **festival** de la positive attitude va permettre de réunir des acteurs qui répondent tous les jours aux **problématiques sociétales et environnementales**. De nombreux ateliers vont être mis en place : **du yoga, des ateliers floral, des expos photos, des grands débats, des rencontres...** **Michel MAFFESOLI**, Sociologue, Grand prix des Sciences humaines de l'Académie française, **Alexandre Jardin**, romancier et fondateur de l'association Bleu, blanc, zèbre, ou encore **Jean Paul Delevoye**, le Président du CONSEIL ECONOMIQUE, SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL seront là pour participer aux discussions autour des initiatives positives.

C'est un évènement **gratuit** le temps d'une journée où tout le monde peut venir, les grands comme les petits.

Plus d'informations sur le programme par **ici**.



Faites le plein de conférences inspirantes le 21 mars

Le printemps c'est la saison du renouveau. Les jours s'allongent, le soleil nous fait bénéficier de ses rayons lumineux à défaut d'être chaleureux, et ça fait du bien au corps et au moral !

Concrètement, le printemps c'est dans deux semaines.

Le 21 mars sera vraiment une journée de renouveau, une journée de transition pour évoluer, faire le plein d'une nouvelle énergie positive dans nos vies.

À Paris, plusieurs événements sont organisés dans le domaine du développement personnel, de la spiritualité, de la parentalité, et de la philosophie.

BienHeureusement ! en a sélectionné trois :

- ♥ Le printemps de l'optimisme
- ♥ La « BIG » conférence de l'INREES : Le réel est il réel ?
- ♥ Le printemps de l'éducation

Le printemps de l'Optimisme – 21 mars 2015



Ce festival des **énergies positives**, impulsé par **Thierry Saussez** se tiendra à Paris au Conseil Economique, Social et Environnemental (CESE), de 10h à 18h30.

Au programme, vous pourrez assister à des tables rondes qui réunissent des personnalités que vous connaissez peut-être déjà si vous êtes lecteurs de Bienheureusement! : Florence Servan Schreiber, professeure de bonheur, Philippe Gabiliet, professeur de psychologie & de management, spécialiste de l'optimisme, Alexandre Jost, fondateur du think tank « La fabrique Spinoza », Audrey Akoun co-fondatrice de la fabrique à Bonheurs et plein d'autres...

Il y aura aussi des ateliers, plus interactifs avec par exemple Luc Teyssier d'Orfeuil qui nous apprendra à renforcer le positif avec la méthode Coué ; Sophie Machot, blogueuse et auteure qui nous entrainera à cultiver notre bonheur... etc.

Bref, tout le programme est à découvrir sur le site du Printemps de l'optimisme.

bienheureusement.fr

Pays : France

Dynamisme : 5

[Visualiser l'article](#)

Pour nos amis belges qui nous lisent, une deuxième édition de l'évènement aura lieu à Bruxelles le 23 avril, au comité économique et social européen.

La « BIG » conférence de l'INREES – 21 mars 2015



L'évènement est malheureusement déjà complet. Mais si vous êtes lecteur de Bienheureusement !, peut-être avez-vous déjà réservé votre place car nous en avons déjà parlé précédemment lors de l'agenda du premier trimestre 2015.

La thématique de l'évènement ravira les sceptiques, ceux qui ne sont jamais sûr de rien car : Le Réel est-il Réel ?

Pendant 4 heures vont s'enchaîner plusieurs conférences & tables rondes autour de la physique quantique, de la philosophie, de la spiritualité avec des intervenants prestigieux comme Igor & Grichka Bogdanov, Philippe Guillemant, Trinlay Tulku, Jan Kounen et Jacques Franck.

Le contenu va sans doute bousculer nos neurones et notre perception des choses. J'ai hâte !

Le printemps de l'Education – 21 & 22 mars 2015

Le printemps de l'éducation est une association créée en 2012 et représentée par la sémillante Antonella Verdiani, docteur en sciences de l'éducation qui a travaillé de nombreuses années à l'Unesco. Aujourd'hui, elle donne des formations autour de l'éducation à la joie, convaincue que la manière dont nous éduquons nos enfants peut changer le monde.

Le mouvement pour le renouveau de l'éducation est soutenu par de nombreuses personnalités du monde de la psychologie, du développement personnel, de l'économie alternative : Laurent Gounelle, Isabelle Filliozat, Christophe André, Pierre Rabhi...

C'est à la Gaîté lyrique que se tiendront le 21 et 22 mars prochains les premières rencontres nationales du printemps de l'éducation. Un programme très riche avec de nombreuses tables rondes, conférences inspirantes et ateliers pour réfléchir autrement autour de l'éducation, de la pédagogie, de l'autorité et de la parentalité.

Nous vous invitons à consulter ce programme très riche sur le site du printemps l'éducation en suivant ce lien.

bienheureusement.fr

Pays : France

Dynamisme : 5



[Visualiser l'article](#)

Bienheureusement couvrira les trois évènements pendant ce week end formidable de printemps. Et vous ?
Y serez-vous ?



PRIX **Les « Idées mènent le monde » face au Débarquement**

Bonne surprise pour les élus qui ont appris jeudi soir que l'événement des Idées mènent le monde était nommé pour le Grand Prix KRÉA 2015 (catégorie manifestation institutionnelle) lancé par le magazine professionnel Meet > In. C'est au regard de ses adversaires que l'on mesure la performance. Face aux Idées, il y a du beau monde : le Printemps de l'**optimisme** mais surtout le 70e anniversaire du Débarquement en Normandie.



Le Printemps de l'Optimisme approche !



Après l'enthousiasme suscité par la 1^e édition du **Printemps de l'Optimisme**, Thierry Saussez et son équipe poursuivent sur leur belle lancée et organisent 2 nouveaux événements, auxquels Entreprise & Convivialité s'associe.

Le samedi 21 mars le CESE ouvrira ses portes au grand public et accueillera toutes celles et tous ceux qui ont envie de respirer et de sourire, de libérer leurs énergies positives et de partager les vertus de l'optimisme !

Au programme ce jour-là : des animations ludiques et interactives pour petits et grands, des ateliers sur le développement personnel, des grands débats avec l'intervention de scientifiques, sociologues, psychologues, écrivains, entrepreneurs ..

Pour tout savoir sur l'événement et vous y inscrire gratuitement, rendez-vous sur le site www.printempsdeloptimisme.com

Printemps de l'Optimisme
Le printemps des énergies positives !

Samedi 21 mars
CESE - 75016 Paris
10h - 18h30

Entreprise & Convivialité
Bien vivre ensemble au travail

Vous invite au Printemps de l'Optimisme !
• 2 grands débats "Pour un système éducatif plus positif" et "Toutes les raisons d'être positives"
• De nombreux ateliers pratiques autour du développement personnel en compagnie de professionnels et d'experts
• Un espace d'exposition et d'animations ludiques et interactives pour petits et grands.

INVITATION cliquez ici
Programme et inscription gratuite

Partenaires :

Partenaires médias :

#Optimisme2015 | www.printempsdeloptimisme.com



Printemps de l'optimisme : l'APCMA a choisi l'enthousiasme

La croissance et la prospérité dépendent de facteurs psychologiques aussi bien que de facteurs matériels. C'est le parti pris du Printemps de l'Optimisme, festival des énergies positives. Rendez-vous le 21 mars au Conseil économique social et environnemental à Paris et le 23 avril au Comité économique et social européen à Bruxelles pour des débats, des ateliers, des animations, des expositions (les inscriptions sont ouvertes). Partenaire du Printemps de l'Optimisme, l'APCMA partage cet état d'esprit. Les CMA se mobilisent au quotidien pour inciter les artisans à préparer la reprise économique : investissement sur la production, recherche de nouveaux marchés, formation des futurs collaborateurs.

CONTACT :

www.printempsdeloptimisme.com
Facebook : [leprintempsdeloptimisme](https://www.facebook.com/leprintempsdeloptimisme)





Un enfant optimiste en 5 leçons

Visuel indisponible

L'amour et l'autorité ne suffisent plus à l'épanouissement de l'enfant. Alain Braconnier, psychiatre et psychanalyste, nous assure dans son dernier ouvrage que l'éducation à l'optimisme est une nécessité. Dans un contexte morose, il nous livre cinq postures éducatives pour renforcer l'envie de grandir. Inspirant.

L'Enfant optimiste d'Alain Braconnier (Odile Jacob).

Dans sa pratique, Alain Braconnier rencontre de plus en plus d'enfants et d'adolescents en proie à un sentiment d'impuissance devant l'existence. Il reçoit aussi davantage de parents préoccupés de l'avenir de leur progéniture.

Son dernier livre entend placer l'optimisme au fondement de l'éducation : « Dans les années Dolto, on a souligné l'importance de l'amour pour l'épanouissement de l'enfant, retrace-t-il. Puis l'accent a été mis sur la nécessité du cadre et de l'autorité, lorsqu'on s'est aperçu qu'on était parfois allé trop loin dans l'amour à tout prix. Aujourd'hui, il me semble que l'amour et l'autorité ne suffisent plus. **Dans la morosité ambiante, nous devons aussi entretenir leur goût de vivre, leur envie de grandir, leur espoir.** » Et de préciser : « Il ne s'agit pas de cultiver un optimisme béat. Mais de stimuler leurs ressources intérieures, de sorte qu'ils puissent reconnaître leur potentiel et affronter avec lucidité, énergie et volonté les difficultés. Pour moi, l'optimisme est le point de départ d'une éducation qui nourrit une bonne estime de soi. »

S'appuyant sur les récentes recherches en psychologie positive, le psychiatre assure que **même un parent pessimiste peut parvenir à éduquer à l'optimisme**, à condition qu'il mesure à quel point son pessimisme l'empêche d'entreprendre et qu'il soit désireux de préserver son enfant de ses propres empêchements. Il a également constaté que l'on pouvait aider les enfants anxieux et fragiles à retrouver leur optimisme initial. Il « **suffit** » de **déployer les cinq postures éducatives suivantes. Simples en apparence, « elles nécessitent de la persévérance, affirme-t-il. Et peuvent changer la vie des plus jeunes en les aidant à retrouver le sourire et à ne plus craindre le lendemain ».**

Nourrir sa curiosité

Petit, l'enfant a soif de découvertes. Tout ce qu'il touche, goûte, renifle lui donne envie de s'aventurer au-devant de son environnement. Le laisser expérimenter, éprouver la satisfaction de pouvoir accéder à ce qu'il souhaite connaître est essentiel. « Mais il faut l'entourer, indique Alain Braconnier. Sans quoi, livré à lui-même face à des énigmes qu'il ne parvient pas à résoudre, il finit par se désintéresser et par douter de son intelligence. »

Partager nos émerveillements, expliquer, répondre à ses questions, l'initier à de nouvelles lectures, aux musées, au voyage ancre en lui la conviction que l'existence lui réserve de nombreux plaisirs. De quoi se projeter avec envie vers l'avenir.

Déramatiser ses erreurs

Tous au forum de l' **optimisme** !

Lancé en 2014 par **Thierry Saussez**, auteur d'un *Manifeste pour l'optimisme* (Plon, 2011), **le Printemps de l'optimisme** revient à Paris le 21 mars, à Bruxelles le 23 avril et à Nice le 9 mai.



Au programme, de nombreuses conférences en compagnie de personnalités telles que Matthieu Ricard ou Ilios Kotsou. Et, notamment, ce débat animé par Arnaud de Saint Simon, directeur de Psychologies : « Face aux crises, l'optimisme est-il possible ? ».

L'enfant, dans ses découvertes, fait aussi l'expérience de ses propres limites. Ses échecs doivent pouvoir être surmontés si nous ne voulons pas qu'il finisse par se sentir incapable, et en vienne à jeter l'éponge à la moindre difficulté. « Il importe donc que nous prenions conscience des peurs (souvent excessives) que nous lui communiquons sans le vouloir », avertit le psychiatre. Et que nous examinions notre propre relation à l'erreur, qui nous empêche, peut-être, de la lui présenter comme une opportunité d'apprendre.

Lui faire confiance, être à ses côtés sans faire à sa place, le laisser tâtonner pour trouver, valoriser ses succès, le pousser à recommencer, tout cela accroît sa ténacité et son espoir de réussir ce qu'il entreprend.

L'aider à préciser sa pensée

Martin Seligman, figure de proue de la psychologie positive, s'est intéressé à ce qui pouvait permettre à l'enfant de maîtriser une situation plutôt que de la subir. Autrement dit, de l'envisager de manière optimiste ou pessimiste. « Il a découvert que deux traits caractérisaient la pensée pessimiste, précise Alain Braconnier : la tendance à personnaliser ("C'est parce que je suis nul qu'il m'arrive un truc nul") et la tendance à généraliser ("Ça se passe toujours comme ça"). »

Lorsqu'il est confronté à une difficulté, il importe donc d'aider l'enfant à donner une explication plus exacte des faits : que s'est-il passé ? Quelle aide, quelle compétence lui ont manqué ? Les solutions lui apparaîtront alors de manière plus précise, et davantage à sa portée que lorsqu'elles lui semblaient liées à son mauvais destin.

Lui inculquer le sens de l'effort

Test

Êtes-vous optimiste ou pessimiste ?

L'enfant aura besoin de combativité pour se faire une place, mener les projets susceptibles de le rendre heureux. Pour cela, il doit ressentir très tôt que l'énergie qu'il déploie est payante, qu'elle aboutit réellement à accroître ses compétences ou à améliorer son sort. Dès lors, on s'abstiendra de le critiquer pour ce qu'il n'est pas encore capable de faire ou de le comparer aux autres qui, eux, y arrivent. « Devant une tâche qui lui paraît encore inaccessible, lui rappeler les réussites qu'il doit à ses propres efforts (avoir appris à marcher, à lire, à faire du vélo...) l'aidera à faire preuve de pugnacité », assure le psychiatre.

De manière générale, aux loisirs passifs on préférera les activités qui lui permettent de se confronter à lui-même (musique, escalade) et de ressentir la fierté d'avoir dépassé ses limites.

Favoriser ses relations

Un enfant pessimiste a tendance à s'isoler. Ou à s'entourer d'enfants encore plus mal dans leur peau. « Or le regard qu'il porte sur lui-même et sur le monde dépend beaucoup du regard des autres, qui enrichissent le sien ou l'appauvrissent », souligne Alain Braconnier. Être capable d'entrer en relation, de tisser des liens



avec des personnalités différentes, certaines qui réconfortent, d'autres qui stimulent, donne à l'enfant un profond sentiment de sécurité : il n'est pas seul, il peut compter sur les autres.

Nous pouvons l'aider dans cette exploration en nous intéressant à ses copains, en l'aidant à développer son empathie comme à se préserver des relations qui ne lui font pas du bien, et en valorisant l'amitié.

Gal

NOUVEAU

+ DE GRANDES
SAGAS

+ DE STARS
EN COULISSES

KATE
SOUS L'EMPRISE
DE SA MÈRE

DAVID BOWIE
L'ICÔNE QUI RÉINVENTE
LA MODE

ENCEINTE
TRISTANE BANON
SA REVANCHE SUR LA VIE
APRÈS L'AFFAIRE DSK

INGRID CHAUVIN
LES CONFIDENCES
D'UNE BATTANTE

SPÉCIAL
MINCEUR
LES SECRETS DE
SONIA ROLLAND POUR
GARDER LA LIGNE

Sa chanson pour Les Enfoirés crée la polémique.
Vexé, il sort du silence... pour mieux disparaître

GOLDMAN

L'homme blessé

CHUCHOTEMENTS



CHEESE !

Qu'ont en commun Nathalie Péchalat (photo), Muriel Hurtis et Victoria Ravva ? Elles sont sportives de haut niveau et font partie du club Mounia et ses filles à fromages, qui rassemble les amatrices de saveurs fromagères. De bonnes raisons pour poser, sous l'objectif de Sophie Carre et Vincent Lappartient, dans le cadre de l'expo de la Milk Factory, jusqu'au 20 avril.

Come-back. Après un passage sur grand écran (dans *L'art de la fugue*, actuellement en salles), **BENJAMIN BIOLAY** revient à ses premières amours : la musique. Le chanteur quitte en effet le label Naïve pour rejoindre Barclay, chez Universal Music, où l'on retrouve également sa complice, **VANESSA PARADIS**, **MATTHIEU CHEDID** et **MARC LAVOINE**. **CARLA BRUNI** avait fait un choix identique, on lui souhaite le même succès.

Jusqu'au bout de la nuit. A 56 ans, **MADONNA** n'a rien perdu de son énergie légendaire. Après son passage au

« Grand Journal » de Canal+, le 2 mars, la chanteuse est allée dépenser ses dernières forces dans la boîte de nuit parisienne Raspoutine. Après y avoir chanté et dansé durant des heures, la star s'est désaltérée au champagne rosé Perrier-Jouët en dégustant des macarons spécialement concoctés pour elle par la maison Pierre Hermé. Chic.

Mortellement glauque. Alors que **BOBBI KRISTINA**, la fille de Whitney Houston, est dans le coma depuis le 31 janvier (suite à une probable overdose), sa famille semble prête à tout pour tirer

profit de ce drame. En effet, les tantes et l'oncle paternels de la jeune femme tournent actuellement une télé-réalité au cours de laquelle ils spéculent régulièrement, face caméra, sur les causes et les coupables de cette hospitalisation. Impudeur, quand tu nous tiens...

Positive attitude. Quel président Français incarne le mieux l'optimisme ? Le gagnant est : **CHARLES DE GAULLE** pour 26 % des personnes interrogées ! Suivi de **JACQUES CHIRAC** (20 %) selon un sondage réalisé par Opinion Way pour le Printemps de l'optimisme. L'événement, qui se tiendra au Conseil économique, social et environnemental le 21 mars, a été créé par le communicant Thierry Saussez. Au programme pour lutter contre la morosité : des ateliers du bien-être et des débats sur le dépassement de soi, notamment. Le rappeur **ROST** ou le romancier **ALEXANDRE JARDIN** seront de la partie.

Double casquette. Pour fêter son 27^e anniversaire, le Double Fond, café théâtre spécialisé dans la magie à Paris, a invité le réalisateur et comédien **BRUNO PODALYDÉS** (accompagné d'**ALEXANDRA** et **DOMINIQUE DUVIVIER**) à réaliser quelques tours durant huit soirées exceptionnelles, intitulées *Cinéma...gie*, entre le 3 et le 24 avril prochains. Etonnant.

Envie de croiser quelques têtes connues lors d'un prochain séjour dans la capitale ? Foncez au restaurant *La Belle Epoque*. Le 26 février dernier, les clients de cet établissement situé dans le 2^e arrondissement ont pu y croiser **MAXIM NUCCI** (du groupe Yodelice), **JÉRÉMIE RENIER**, et **CATHERINE DENEUVE** dînant en tête à tête avec la réalisatrice **EMMANUELLE BERCOU**. Pas mal !

Mordu. Dans *Motherless Child : The Definitive Biography of Eric Clapton*, consacrée au musicien britannique (en librairie le 12 mars), on apprend que ce dernier a beaucoup souffert après sa rupture d'avec **CARLA BRUNI**. L'actuelle épouse de Nicolas Sarkozy lui avait en effet préféré **MICK JAGGER**. Pour autant, **ERIC CLAPTON** aurait avoué, quelques années plus tard, éprouver de la reconnaissance envers le leader des Stones qui l'a finalement « délivré d'une histoire vouée à l'échec ».

Le début de la fin ? **HARRY STYLES**, leader de **ONE DIRECTION**, souhaiterait voler de ses propres ailes. Selon la presse anglaise, le chéri de ces (jeunes) dames, lassé par les comportements immatures de ses partenaires, **ZAYN MALIK**, **LIAM PAYNE**, **NIAL HIRAN** et **LOUIS TOMLINSON**, réfléchirait à une carrière solo. « Il ne veut pas tourner le dos à ses camarades [...] Il veut quitter One Direction sur une bonne note, pas en décevant ses fans. » Il devrait donc faire cela en douceur...

Repenti. **BERNARD MINET**, star de feu le groupe **LES MUSCLÉS**, qui officiait au Club Dorothee, a confessé regretter la vulgarité de certains de ses faits d'arme. Interrogé par la chaîne de YouTube, Génération Club Do, le musicien (aujourd'hui âgé de 61 ans) a déclaré : « Nous étions des bons soldats et puis ça nous faisait rigoler quand même. Mais ce que je regrette le plus, c'est le clip de la chanson sur Mathilda May. » Faute avouée...

Branché. **BAPTISTE GIABICONI** a lancé son site, giabionistyle, au VIP Room. Pour l'occasion, le poulain de Karl Lagerfeld était venu accompagné de... sa chère maman, bien sûr !

"It" parade

NOS TROIS INCONTOURNABLES DE LA SEMAINE



1 GARE VIP Sur de bons rails. A deux mois et demi de la 68^e édition du Festival international du film, la gare SNCF de Cannes (qui accueille 3,8 millions de voyageurs par an) s'est refait une beauté. Mention spéciale à son escalier monumental, dans l'esprit des célèbres marches du Palais des Congrès, qui une fois encore

2 ELITE MODEL LOOK Le concours visant à recruter les top models de demain innove en ouvrant son casting à ces messieurs. Si vous, joli mâle, avez entre 16 et 22 ans, mesurez plus d'1,84 mètre, et rêvez de prendre la pose pour les plus grands, tentez donc votre chance entre le 28 mars et le 6 juin. (in-



3 ONAIR Pour ne rien manquer de l'actu de vos stars préférées dans les médias, onAir vous informe, en temps réel, de leur passage à la télévision ou à la radio. Grâce à cette application ultramalline - conçue par la start-up lyonnaise MCIS -, vous pourrez écouter ou regarder tous ceux que vous aimez en live. Pour ne rien gâcher, c'est gratuit et dis-



**7 JOURS A LYON > REGARDS**

L'ŒIL DE Erick Roux de Bézieux*

OP-TI-MIS-TE!

Le pessimisme semble avoir pris le contrôle de notre pays. Témoin le "baromètre mondial de la confiance en l'avenir" où la France est la deuxième nation la plus pessimiste du monde. Et pourtant, malgré les mauvaises nouvelles, l'atonie du gouvernement, la dégradation des indicateurs, je préfère regarder un verre à moitié plein. Ce n'est pas chez moi une aptitude congénitale au bonheur;

l'optimisme ne m'affranchit pas des problèmes, des chagrins et autres emm... de la vie! Kierkegaard a assez bien défini la chose: *"Être optimiste, c'est prendre conscience que ce n'est pas le chemin qui est difficile, mais le difficile qui est le chemin."*

Être optimiste, ce n'est pas être inconscient, ce n'est pas nier les difficultés ou jouer à croire que tout va bien en ce bas monde. Être optimiste, c'est simplement affirmer que le pessimisme ne construit rien. C'est lutter contre cet "esprit si français" qui consiste à critiquer et à se penser décliniste jusqu'à, *in fine*, faire tomber la société tout entière dans la spirale dépressionnaire.

Thierry Saussez, homme de communication engagé, a créé l'année dernière le "Printemps de l'Optimisme, festival des énergies positives". Il aura lieu à Paris le 21 mars. (www.printempsdeloptimisme.com)

Les énergies positives, ce sont par exemple celles que mobilise les Bleu-

BlancZèbre d'Alexandre Jardin, prouvant que la volonté et les bonnes idées des "faiseurs" contribuent à changer la vie bien plus efficacement que les belles phrases des "diseurs". Les énergies positives, ce sont aussi celles des bénévoles de Lyon Duchère AS emmenés par Mohamed Tria qui montrent aux jeunes qu'un avenir est possible. Ce sont encore celles de ces entrepreneurs, de Lyon et d'ailleurs, qui décident de tout risquer pour bâtir leur espérance. Et aussi celles qui s'expriment dans le cadre du Forum de la "positive économie" créé par Jacques Attali. Les énergies positives, ce sont celles entraînées par Jean-Louis Borloo dans son pari d'électrifier l'Afrique.

Les énergies positives sont pléthores autour de nous, à commencer par un bonjour et un sourire! Albert Camus écrivait dans *Le mythe de Sisyphe* que *"c'est au cœur de l'hiver que j'ai découvert en moi un invincible printemps"*. Alors, face au *french bashing*, il est temps de se lever et de dire que notre pays a de fantastiques atouts. À commencer par notre taux de natalité (si c'est pas de la confiance en l'avenir!), nos entrepreneurs (imaginez si nous leur donnions un peu d'air), nos leaders mondiaux et nos ETI (car la France entreprend), notre langue (la seule, avec l'anglais, parlée sur les 5 continents), etc.

On le vit au quotidien dans nos organisations, l'une des clés de la réussite managériale est de donner envie. Mais qui a envie d'un verre à moitié vide? Et comment mobiliser les énergies lorsque l'on focalise sur le "ça ne marchera jamais"?

Le 21 mars, ce sera le printemps. Et si, vous aussi, vous décidez de lutter contre la sinistrose et la morosité. Et si, vous aussi, vous décidez de commencer par un sourire, puis de le partager...

* dirige un groupe d'entreprises spécialisées dans la communication et l'influence.





Le blog d'Erick Roux de Bezieux



Le pessimisme semble avoir pris le contrôle de notre pays. Témoin le « baromètre mondial de la confiance en l'avenir » où la France est la deuxième nation la plus pessimiste du monde. Et pourtant...

... malgré les mauvaises nouvelles, l'atonie du gouvernement, la dégradation des indicateurs, je préfère regarder un verre à moitié plein. Ce n'est pas chez moi une aptitude congénitale au bonheur ; l'optimisme ne m'affranchit pas des problèmes, des chagrins et autres emm... de la vie ! Kierkegaard a assez bien défini la chose : « *Etre optimiste, c'est prendre conscience que ce n'est pas le chemin qui est difficile, mais le difficile qui est le chemin.* »

Être optimiste, ce n'est pas être inconscient ou rêveur ; ce n'est pas nier les difficultés ou jouer à croire que tout va bien en ce bas monde.

Être optimiste, c'est simplement affirmer que le pessimisme ne construit rien. C'est lutter contre ce « esprit si français » qui consiste à critiquer et à se penser décliniste jusqu'à, *in fine*, faire tomber la société toute entière dans la spirale dépressionnaire.

Thierry Saussez, homme de communication engagé, a créé l'année dernière le « Printemps de l'Optimisme, festival des énergies positives ». Il aura lieu à Paris le 21 mars et à Bruxelles le 23 avril.

Les énergies positives, ce sont par exemple celles que mobilisent les BleuBlancZèbre d'Alexandre Jardin, prouvant que la volonté et les bonnes idées des « faiseurs » contribuent à changer la vie bien plus efficacement que les belles phrases des « diseurs ». Les énergies positives, ce sont aussi celles des bénévoles de Lyon Duchère AS emmenés par mon ami Mohamed Tria qui, au travers du foot, montrent aux jeunes qu'un avenir est possible. Les énergies positives, ce sont encore celles de ces entrepreneurs, de Lyon et d'ailleurs, qui décident de tout risquer pour bâtir leur espérance. Les énergies positives, ce sont aussi celles qui s'expriment dans le cadre du Forum de la « positive économie » créé par Jacques Attali. Les énergies positives, ce sont celles entraînées par Jean-Louis Borloo dans son pari d'électrifier l'Afrique.

Les énergies positives sont pléthores autour de nous, à commencer par un bonjour et un sourire ! Albert Camus écrivait dans « Le mythe de Sisyphe » que « **C'est au cœur de l'hiver que j'ai découvert en moi un invincible printemps** ». Alors, face au « french bashing », il est temps de se lever et de dire que notre pays a de fantastiques atouts. A commencer par notre taux de natalité (si c'est pas de la confiance en l'avenir !), nos entrepreneurs (imaginez si nous leur donnions un peu d'air), nos leaders mondiaux et nos ETI (car la France entreprend), notre langue (la seule avec l'anglais parlée sur les 5 continents), etc.

www.rouxdebezieux.org
Pays : France
Dynamisme : 4



Page 2/2

[Visualiser l'article](#)

On le vit au quotidien dans nos organisations, **l'une des clés de la réussite managériale est de donner envie. Mais qui a envie d'un verre à moitié vide ? Et comment mobiliser les énergies lorsque l'on focalise sur le « ça ne marchera jamais » ?**

Le 21 mars, ce sera le printemps. Dans quelques jours... Et si, vous aussi, vous décidez de lutter contre la sinistrose et la morosité. Et si, vous aussi, vous décidez de commencer par un sourire, puis de le partager...





quefaire.paris.fr
Pays : France
Dynamisme : 31



[Visualiser l'article](#)

Printemps de l'Optimisme, le festival des énergies positives



Marre de la sinistrose, de la grisaille? Venez libérer vos énergies **positives** au Cese, avec des débats, **optimisme** : la vitalité, l'enthousiasme, la gourmandise, la solidarité... Venez, c'est gratuit et ouvert à tous !

Le **Printemps de l'Optimisme**, c'est un événement créé par **Thierry Saussez** afin de mobiliser les Français autour de l'optimisme, contre la sinistrose et la morosité ambiantes. Cet événement vous propose en 2015 2 **grands débats**, "Toutes les raisons d'être optimistes" et "Pour une éducation positive". Des **ateliers de développement personnel** autour de coachs et d'acteurs du bonheur pour vous inspirer. Et un grand espace d'**exposition** et d'**animations** pour libérer vos énergies positives; des **séances de dédicaces**, des dégustations, des jeux, un jardin des citations, le mur de la gratitude...

Cet événement est ouvert au grand public, petits et grands !



www.bpifrance.fr

Pays : France

Dynamisme : 11



Page 1/1

[Visualiser l'article](#)

Pour un système éducatif plus positif, un débat optimiste

A l'occasion du **Printemps de l'optimisme**, le **festival des énergies positives**, assistez, le **samedi 21 mars**, au débat « Pour un système éducatif plus positif », auquel participe **Philippe Mutricy**, directeur des études et de l'évaluation de **Bpifrance Le Lab**.



« Pour un système éducatif plus positif »

Ce débat permettra de soulever les questions suivantes :

Notre système scolaire aide-t-il la jeunesse à positiver ?

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 ?

Informations pratiques

Date: samedi 21 mars 2015

Lieu: Conseil économique et social

Adresse: 9 Place d'Iéna, 75016 Paris

Horaires : de 14h à 18h30

Événement : Printemps de l'optimisme



14/03/2015 06:05:00

AGENDA DES CONFERENCES DE PRESSE ET EVENEMENTS ECONOMIQUES JUSQU'AU 22 MARS EN FRANCE

PARIS, 14 mars 2015 (AFP) - Voici l'agenda prévisionnel des conférences de presse et autres événements économiques jusqu'au 22 mars (heure de Paris):

- (+) Nouvel élément
- (*) Modification ou précision

- SAMEDI 14 MARS -
=====

1/ ECO

- Pas d'événement prévu

2/ SOCIAL

- Les médecins, dentistes, infirmiers, kinésithérapeutes, étudiants ... sont appelés par les syndicats à fermer leurs cabinets contre le projet de loi santé

3/ DIVERS

- Semaine de la langue française et de la Francophonie - Jusqu'au 22 mars

- DIMANCHE 15 MARS -
=====

1/ ECO

- Pas d'événement prévu

2/ SOCIAL

- 14H00 - Manifestation nationale à l'appel de plusieurs syndicats de médecins (généralistes et spécialistes), ainsi que de la Fédération de l'hospitalisation privée (FHP) afin de dénoncer le projet de loi santé - De Denfert Rochereau (14ème) au ministère de la Santé - 14 avenue Duquesne 75007 Paris

- 22H00 - Appel de l'intersyndicale du transport routier (CFDT, CGT, FO, CFTC, CFE/CGC) à des actions de blocage et de grève à partir de dimanche 22H00 suite à l'échec des négociations

- LUNDI 16 MARS -
=====

1/ ECO

- 09H00 - Paris-Ile de France Capitale Economique: présentation de la 4ème



édition de son étude sur la qualité de l'accueil des investisseurs étrangers dans 12 métropoles du monde: 6 secteurs stratégiques ont été étudiés : restauration, hôtels 3 et 4 étoiles, centre d'information tourisme, transports urbains, shopping et centre d'information business - Café Bivouac, 40 avenue de Friedland 75008 Paris

- 10H00 - Conférence de presse Seita sur le thème "Paquet neutre : la France en a-t-elle vraiment besoin ?" - Maison des Centraliens, 8 rue Jean Goujon 75008 Paris

- 10H30 - Conseil d'Administration du Fichier AMEPI : conférence de presse sur le thème "Pour mieux servir leurs clients, les professionnels de l'immobilier s'organisent" - Automobile Club de France, 6-8 place de la Concorde 75008 Paris

- 10H30 - RATP: conférence de presse de présentation des résultats annuels 2014, par Pierre Mongin, PDG du groupe - Maison de la RATP, Bâtiment A - 9ème étage (salle du Conseil d'Administration), 54 quai de la Rapée 75012 Paris

- 12H00 - ARAF/ORR : point presse à l'issue de la signature de l'accord de coopération entre les régulateurs ferroviaires français et britannique en vue de la régulation économique du tunnel sous la Manche, effective à partir de juin - Araf, Tour Montparnasse 48ème étage, 33 avenue du Maine 75015 Paris

2/ SOCIAL

(*) 10H00 - La direction d'Air France réunit les syndicats pour lancer la renégociation des accords d'entreprise - Siège Air France, aéroport de Roissy

- 17H00/19H00 - Laurence Rossignol, secrétaire d'Etat aux Personnes âgées, répond aux questions sur la loi d'adaptation de la société au vieillissement sur twitter #loiASV

3/ DIVERS

- 14H00 - Assises nationales du Vaccin - Institut Pasteur, auditorium du centre d'information scientifique, 28 rue du Docteur Roux 75015 Paris

- 6ème édition du WebProgram-Festival international de programmes sur internet - Théâtre du Gymnase, 38 boulevard de Bonne Nouvelle 75010 Paris - et 17

- Première journée de la langue française dans les médias audiovisuels

- MARDI 17 MARS -

=====

1/ ECO

- 08H30 - European American Press Club: rencontre avec Augustin de Romanet, PDG d'Aéroports de Paris (ADP), sur le thème "Eveil de la société du tourisme et métropolisation du monde" - Auditorium, 31 avenue Pierre 1er de Serbie 75016 Paris

- 09H00 - Conférence de presse de présentation de la nouvelle note du Conseil d'analyse économique (CAE) sur le thème "Pour une politique macroéconomique d'ensemble de la zone euro" - 113 rue de Grenelle 75007 Paris

- 09H00 - Eurazeo : résultats annuels (avant Bourse) + conférence de presse - Centre de conférences Capital 8 - 32 rue de Monceau 75008 Paris

- 09H00 - SuperSonic Imagine : présentation des résultats annuels 2014 publiés la veille après Bourse - Hôtel Hyatt Paris Madeleine, salon Imari, 24 boulevard Malesherbes 75008 Paris

- 09H00 - Petit déjeuner de presse de Fabrice Pesin, le nouveau Médiateur



national du crédit à l'occasion de la sortie du rapport d'activité 2014 de la Médiation du crédit, autour du thème "La Médiation du crédit : résultats, tendances, perspectives" - Médiation du crédit, 98-100 rue de Richelieu 75002 Paris

- 09H00 - Point presse de présentation de la 13ème édition du Baromètre Opodo "Tourisme et e-tourisme en France : bilan 2014 & Tendances 2015", réalisé par le Cabinet Raffour Interactif - Maison des Arts et Métiers, salon Neptune, 9 bis avenue d'Iéna 75016 Paris

- 09H00 - Conférence de presse annuelle "Biocoop : chiffres-clés 2014, perspectives 2015" - Siège de Biocoop, 9 avenue de Villars 75007 Paris

- 09H00 - Visa Europe France/TNS Sofres : point presse de présentation des résultats d'une étude sur les dépenses des Français en voyage : comment et quand dépensent-ils ? Leurs comportements varient-ils selon leur destination ? - Yoko, 170 boulevard Haussmann 75008 Paris

- 09H00 - Conférence de presse de FireEye, spécialiste des cybers menaces - Shangri-La, 10 avenue d'Iéna 75016 Paris

- 09H00/12H30 - 10èmes Rencontres parlementaires sur l'Immobilier et l'Urbanisme sur le thème "Reprise dans l'immobilier ?" - Maison de la Chimie, 28 rue Saint-Dominique 75007 Paris

- 09H00/13H00 - Première édition de Bercy Financements Export en vue de présenter les nouveaux dispositifs du soutien financier à l'export, les enjeux majeurs et les grandes tendances des financements export, ainsi que la nouvelle politique d'assurance-crédit pour 2015. Ouverture par Michel Sapin, ministre des Finances et des Comptes publics, et Emmanuel Macron, ministre de l'Economie, de l'Industrie et du Numérique - Centre de conférences Pierre Mendès France, 139 rue de Bercy 75012 Paris

- 09H15 - Conférence de presse mensuelle de Pierre Gattaz, président du MEDEF - Medef, 55 avenue Bosquet 75007 Paris

(+) 11H30 - Présentation des résultats 2014 de la douane par Christian Eckert, secrétaire d'Etat chargé du Budget - Direction Interrégionale des douanes de Roissy, aéroport Charles De Gaulle, rue du Signe à Roissy

(+) 17H15 - Commission des affaires européennes de l'Assemblée nationale: audition, ouverte à la presse, de Guillaume Pépy, président de la SNCF - Salle de la commission des affaires européennes 3ème étage, 33 rue Saint-Dominique 75007 Paris

2/ SOCIAL

- 13H00 - Audience concernant une affaire qui oppose un ex-salarié du magasin des Champs Elysées à la société Sephora, qui contestait le fait de travailler la nuit - Tribunal des Prud'hommes de Paris, section commerce 2ème chambre, 27 rue Louis Blanc 75010 Paris

- Manifestations à l'appel de toutes les organisations syndicales de retraités dans toute la France contre la politique menée à leur égard. A Paris, à 14H00, manifestation de la place Léon Blum, métro Voltaire vers le ministère des finances à Bercy (12ème)

(+) 17H00 - Commission des affaires sociales de l'Assemblée nationale: audition, ouverte à la presse, de Marisol Touraine, ministre des affaires sociales, de la santé et des droits des femmes, sur le projet de loi relatif à la santé - Salle 6351, 33 quai d'Orsay 75007 Paris



3/ DIVERS

(+) 09H00 - Conférence de presse de l'association Générations Futures sur les pesticides, à l'occasion de la 10ème édition de la Semaine pour les alternatives aux pesticides - La Petite Chaufferie, 2 rue de l'Echiquier 75010 Paris

- 17H00 - Table ronde d'IT-Translation sur "Chercheurs entrepreneurs français : les ingrédients du succès" - Hôtel Millénium, salon Concorde, 12 boulevard Haussmann 75009 Paris

- MERCREDI 18 MARS -

=====

1/ ECO

(+) 09H00 - Point presse de présentation des grandes orientations de Gares & Connexions - Restaurant Lazare Paris, parvis de la gare Saint-Lazare, accès rue intérieure 75008 Paris

- 09H30 - Conférence annuelle de TGV Lyria ayant pour thèmes : résultats annuels 2014, lancement du nouveau site Web, lancement de la campagne promotionnelle en France et en Suisse, offre spéciale sur l'abonnement fréquence Paris-Genève - Institut national de l'histoire de l'art (INHA), 2 rue Vivienne 75002 Paris

- 09H30 - UIT (Union des industries textiles): en amont de la journée "Textile, cap sur le futur", point presse sur le thème "Le rebond du textile français" - Espace Capital 8, 32 rue de Monceau 75008 Paris

- 09H30/19H00 - 12ème édition du salon écobat 2015 - Paris Expo (Hall 5.1), porte de Versailles 75015 Paris - Jusqu'au 20 mars

- 10H00 - VM Matériaux: conférence de presse de présentation des résultats annuels 2014, publiés la veille après Bourse - Auditorium Euronext, 39 rue Cambon 75001 Paris

- 11H00 - OCDE: point presse de présentation des prévisions à proche et moyen terme pour l'économie mondiale - 2 rue André Pascal 75016 Paris

- 11H00 - Monnaie de Paris : présentation de la publication des comptes 2014 - Monnaie de Paris, 11 quai de Conti 75006 Paris

(+) 11H00 - Commission des Finances de l'Assemblée nationale: audition, ouverte à la presse, de Michel Sapin, ministre des Finances et des comptes publics sur la recommandation du Conseil de l'Union européenne du 10 mars visant à ce qu'il soit mis fin à la situation du déficit public excessif en France - Salle 6350, 33 quai d'Orsay 75007 Paris

- 11H30 - HiMedia Group: résultats annuels 2014 (avant Bourse) + conférence de presse - Siège, 6 place du colonel Bourgoïn 75012 Paris

- 13H30 - Commission des finances du Sénat : audition, ouverte au public et à la presse, de Patrick de Cambourg, candidat aux fonctions de président de l'Autorité des normes comptables - Palais du Luxembourg, salle Clemenceau, 15 ter rue de Vaugirard 75006 Paris

- 14H30 - Convention AFG (association française du gaz) sur le thème "Bilan et perspectives gazières" - Auditorium HSBC, salle Benjamin Rossier, 109 avenue des Champs Elysées 75008 Paris

- 18H00 - CCI Paris Ile-de-France: conférence-débat sur le thème "Repenser l'équation formations-compétences-compétitivité". Présentation d'une étude de l'OFEM (Observatoire des Formations, de l'Emploi et des Métiers) sur l'évolution des besoins et des



compétences des entreprises en Ile-de-France - 27 avenue de Friedland 75008 Paris
(+) Salons Sandwich & Snack Show/Parizza/Vending Paris - Paris Expo, porte de Versailles 75015 Paris - et 19 mars
- ADEME: premier colloque national Energie Industrie, au Palais du Pharo à Marseille, sur le thème "Consommations d'énergie en industrie, gagnons en performance énergétique pour gagner en compétitivité" - et 19 mars

2/ SOCIAL

(+) 14H00 - Assemblée nationale: audition de François Chérèque, président de l'Agence du service civique, sur l'évaluation du plan pluriannuel contre la pauvreté et les dispositifs de soutien aux travailleurs modestes - Salle 6242, 2ème sous-sol du Palais Bourbon, 33 quai d'Orsay 75007 Paris
- 16H30 - Audition, ouverte à la presse, de François Chérèque, président de l'Agence du service civique, par la Commission de la défense - Assemblée nationale, salle 4123 1er étage, 33 rue Saint-Dominique 75007 Paris
- 17H00/20H00 - Réunion des partenaires sociaux pour trouver une solution aux problèmes d'indemnisation chômage posés par le système des droits rechargeables (qui lèse des dizaines de milliers de chômeurs) - Medef, 55 avenue Bosquet 75007 Paris

3/ DIVERS

- 10H00 - Point presse de l'Inserm "Manaslu 2015 : une expédition scientifique à plus de 5000 mètres d'altitude", projet d'un chercheur de l'Institut sur l'impact cérébral et cardiaque de l'altitude et sur les altérations du sommeil qu'elle induit - Inserm, 101 rue de Tolbiac (salle 132) 10ème étage 75013 Paris
(+) 10H00 - Présentation de la plateforme "Océan et Climat" et de ses activités en vue de la Conférence Climat de Paris - Maison des Océans, 195 rue Saint-Jacques 75005 Paris

- JEUDI 19 MARS -

=====

1/ ECO

- 08H30 - Deloitte/Altare: point presse de présentation des résultats de l'étude annuelle sur les défaillances d'entreprises en France - Grand Hôtel InterContinental, 2 rue Scribe 75009 Paris
- 08H30 - Havas Media : présentation de "Tendances & Perspectives Media 2015"
- Auditorium Havas, 29/30 Quai Dion Bouton 92800 Puteaux
- 08H30 - Aubay: conférence de presse de présentation des résultats annuels 2014, publiés la veille après Bourse - Hôtel Meurice, 228 rue de Rivoli 75001 Paris
- 11H30 - Conférence de presse annuelle du Conseil interprofessionnel du vin de Bordeaux (CIVB) - Restaurant Helene Darroze, 4 rue d'Assas 75006 Paris
- 18H00 - Irep/France Pub: présentation des résultats 2014 du Marché Publicitaire Français - Pavillon Gabriel, 5 avenue Gabriel 75008 Paris
- Salon mondial du tourisme - Paris Expo Porte de Versailles - Jusqu'au 22 mars

2/ SOCIAL

(+) 09H00/18H00 - Société Générale/ADAPT: 7ème édition de "Pass pour



l'emploi", forum francilien de recrutement pour les personnes en situation de handicap - Parvis de la Défense

3/ DIVERS

- 09H15 - Conférence de presse inaugurale de Place to B, QG des médias pour la COP21, et présentation des résultats de l'enquête BVA/Place to B sur les Français et l'enjeu climatique - Au Belushi's, 5 rue de Dunkerque 75010 Paris

- 14H00 - Conférence de presse l'Union Nationale de l'Apiculture Française (UNAF) sur le thème "La filière apicole en crise ! L'UNAF dresse le bilan des avancées et des reculs de la politique gouvernementale" - Conseil Régional d'Ile-de-France (Salle 3), 57 Rue de Babylone 75007 Paris

- Opération Goût de France/Good France, organisée par le ministère des Affaires étrangères et le chef Alain Ducasse, pour mettre en valeur la gastronomie française : plus de 1.000 chefs dans le monde entier proposent le même jour un dîner préparé dans les restaurants et ambassades de 150 pays. Dîner au château de Versailles en présence notamment du ministre Laurent Fabius et Alain Ducasse

- VENDREDI 20 MARS -

=====

1/ ECO

- 08H30 - STEF: conférence de presse de présentation des résultats annuels 2014, publiés la veille après Bourse - Cercle National des Armées, 8 place Saint Augustin 75008 Paris

(+) 09H00 - 60 millions de consommateurs: conférence de presse sur le thème "Opération transparence, menace sur le service public de l'eau: présentation de l'étude sur l'évolution du prix de l'eau dans 130 villes de France, et point sur la question des coupures d'eau arbitraires" - Institut National de la Consommation, 18 rue Tiphaine 75015 Paris

- 09H00 - PepsiCo France: point presse sur le thème "La vision de PepsiCo France sur le marché français Boissons et Epicerie, bilan 2014, stratégies et perspectives 2015" - Pershing Hall, 49 rue Pierre Charron 75008 Paris

- 09H30/18H30 - 3ème édition du Salon de l'emploi Automobile - Siège social du Groupe Argus, 13 rue des Petits Hôtels 75010 Paris

2/ SOCIAL

- 09H00 - Comité de groupe européen d'Areva, suivi à 14H00 du comité de groupe France - Siège - Tour Areva

- 09H30 - Nouvelle séance de négociations entre les partenaires sociaux sur l'avenir des retraites complémentaires (Agirc-Arrco) - Medef, 55 avenue Bosquet 75007 Paris

3/ DIVERS

(+) 11H00 - Conférence de presse de la ministre de l'Ecologie Ségolène Royal, avec la participation de journalistes météo - Ministère de l'Ecologie, 244 boulevard Saint Germain 75007 Paris

- Journée internationale de la Francophonie

(+) 35ème édition du Salon du livre de Paris 2015 avec le Brésil comme invité d'honneur - Paris Expo Porte de Versailles 75015 Paris - Jusqu'au 23



Svalbard - Eclipse solaire totale, la seule de l'année, visible depuis l'archipel norvégien du

- SAMEDI 21 MARS -

=====

1/ ECO

- Pas d'événement prévu

2/ SOCIAL

- Pas d'événement prévu

3/ DIVERS

- "Marée du siècle", avec un coefficient de 119, sur un maximum de 120

- 2ème édition du Printemps de l'Optimisme, le festival des énergies positives -

Conseil Economique, Social et Environnemental (CESE), 9 place d'Iéna 75016 Paris

- DIMANCHE 22 MARS -

=====

1/ ECO

- Pas d'événement prévu

2/ SOCIAL

- Pas d'événement prévu

éco/arl/mcf/vm



13/03/2015 17:10:00

Agenda hebdomadaire société du lundi 16 au dimanche 22 mars

PARIS, 13 mars 2015 (AFP) - Voici l'agenda des principaux événements du service société prévus dans les domaines Culture, Médias, Sciences, Médecine et Environnement du lundi 16 au dimanche 22 mars:

- Lundi 16 mars -

- PARIS - 14H00 - Assises nationales du vaccin - Institut Pasteur - Auditorium du centre d'information scientifique - 28 rue du Docteur Roux 75015 Paris

- PARIS - 19H00 - Inauguration de l'exposition "Dessine-moi la guerre.

1914-2014: regards des dessinateurs de presse sur les guerres" - Théâtre du Rond-Point - 2bis avenue Franklin D. Roosevelt 75008 Paris

- Première journée de la langue française dans les médias audiovisuels

- PARIS - 6e édition du WebProgram-Festival international de programmes sur internet - Théâtre du Gymnase - 38 boulevard de Bonne Nouvelle 75010 Paris (et le 17)

- Mardi 17 mars -

- PARIS - 9H00 - Conférence de presse de l'association Générations Futures sur les pesticides, à l'occasion de la 10e édition de la Semaine pour les alternatives aux pesticides - La Petite Chaufferie - 2 rue de l'Échiquier 75010 Paris

- PARIS - 17H00 - Table ronde d'IT-Translation sur "Chercheurs entrepreneurs français: les ingrédients du succès" - Hôtel Millénium Salon Concorde - 12 boulevard Haussmann 75009 Paris

- PARIS - Exposition consacrée au compositeur Pierre Boulez - Cité de la Musique - 221 avenue Jean Jaurès 75019 Paris

- PARIS - Exposition Pierre Bonnard "Peindre l'Arcadie" - Musée d'Orsay - 1 rue de la Légion d'honneur 75007 Paris (jusqu'au 19 juillet)

- PARIS - Fin de la 6e édition du WebProgram-Festival international de programmes sur internet - Théâtre du Gymnase - 38 boulevard de Bonne Nouvelle 75010 Paris

- Mercredi 18 mars -

- PARIS - 10H00 - Présentation de la plateforme "Océan et Climat" et de ses activités en vue de la Conférence Climat de Paris - Maison des Océans - 195 rue Saint-Jacques 75005 Paris

- 10H00 - Point presse de l'Inserm "Manaslu 2015: une expédition scientifique à plus de 5000 m d'altitude", projet d'un chercheur de l'Institut sur l'impact cérébral et cardiaque de l'altitude et sur les altérations du sommeil qu'elle induit - Inserm - salle 132 - 10e étage - 101 rue de Tolbiac 75013 Paris



- PARIS - Exposition sur la dynastie des Tudors - Musée du Luxembourg - 19 rue de Vaugirard 75006 Paris (jusqu'au 19 juillet)
- PARIS - Exposition "De Carmen à Mélisande, drames à l'Opéra Comique" - Petit Palais - 5 avenue Dutuit 75008 Paris (jusqu'au 28 juin)

- Jeudi 19 mars -

- PARIS - 08H30 - Havas Media: présentation de "Tendances & Perspectives Media 2015" - Auditorium Havas - 29/30 Quai Dion Bouton 92800 Puteaux
- PARIS - 09H15 - Conférence de presse inaugurale de Place to B, QG des médias pour la COP21, et présentation des résultats de l'enquête BVA/Place to B sur les Français et l'enjeu climatique - au Belushi's - 5 rue de Dunkerque 75010 Paris
- PARIS - 14H00 - Conférence de presse l'Union nationale de l'apiculture française (UNAF) sur le thème "La filière apicole en crise". L'UNAF dresse le bilan des avancées et des reculs de la politique gouvernementale - Conseil régional d'Ile-de-France (Salle 3) - 57 Rue de Babylone 75007 Paris
- PARIS - Opération Goût de France/Good France, organisée par le ministère des Affaires étrangères et le chef Alain Ducasse, pour mettre en valeur la gastronomie française: plus de 1.000 chefs dans le monde entier proposent le même jour un dîner préparé dans les restaurants et ambassades de 150 pays. Dîner au château de Versailles en présence notamment du ministre Laurent Fabius et Alain Ducasse
- PARIS - Ouverture de l'exposition "Yves Saint Laurent 1971, la collection du scandale" - Fondation Pierre Bergé-Yves Saint Laurent - 5 avenue Marceau 75116 Paris (jusqu'au 19 juillet)

- Vendredi 20 mars -

- PARIS - 11H00 - Conférence de presse de la ministre de l'Écologie Ségolène Royal avec la participation de journalistes météo - Ministère de l'Écologie - 244 bd Saint-Germain 75007 Paris
- PARIS - 35e édition du Salon du livre de Paris 2015 avec le Brésil comme invité d'honneur - Paris Expo Porte de Versailles (Parc des Expositions) - 1 place Porte de Versailles 75015 Paris (jusqu'au 23)
- Journée internationale de la Francophonie
- LONGYEARBYEN - Éclipse solaire totale, la seule de l'année, visible depuis l'archipel norvégien du Svalbard

- Samedi 21 mars -

- PARIS - 2e édition du Printemps de l'Optimisme, le festival des énergies positives - Conseil économique, social et environnemental - 9 place d'Iéna 75016 Paris
- PARIS - Exposition "Aardman, L'Art qui prend forme", sur les studios d'animations britanniques Aardman, célèbres pour leurs personnages en pâtes à modeler Wallace et Gromit - Art Ludique-Le Musée - 34 quai d'Austerlitz 75013 Paris
- PARIS - Suite de la 35e édition du Salon du livre de Paris 2015 avec le Brésil comme invité d'honneur. A 18H00, proclamation du palmarès du 30e Prix du jeune écrivain



- stand du groupe Libella (K39) - Paris Expo Porte de Versailles (Parc des Expositions) - 1 place Porte de Versailles 75015 Paris (jusqu'au 23)

- Dimanche 22 mars -

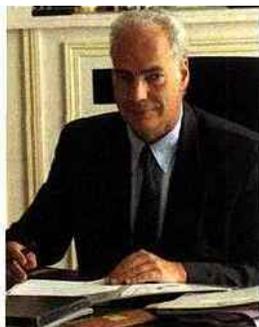
- PARIS - Suite de la 35e édition du Salon du livre de Paris 2015 avec le Brésil comme invité d'honneur - Paris Expo Porte de Versailles (Parc des Expositions) - 1 place Porte de Versailles 75015 Paris (jusqu'au 23)

- Fin de la semaine de la langue française et de la Francophonie

ACS/mjr/dab/er



SNA 2015 : tous unis pour promouvoir l'artisanat



Des indicateurs économiques un peu meilleurs et quelques nouveaux contrats importants permettent d'envisager un retour progressif de la croissance, en France. Pour autant, il faudra de longs mois avant que cette légère amélioration soit perceptible pour l'artisanat, il faudra du temps avant que les Français reprennent confiance, recommencent à consommer et à engager de nouveaux projets. C'est pour contribuer à redonner de l'espoir que nous avons décidé avec l'UPA d'organiser une Semaine Nationale de l'Artisanat résolument positive, aux couleurs du printemps grâce au soutien créatif du FNPCA.

Nous voulons établir avec les Français un dialogue direct sur les métiers de l'artisanat et interpeler les nouveaux consommateurs qu'ils sont devenus. C'est en allant chez leur artisan qu'ils trouvent la qualité, la traçabilité, une vraie valeur ajoutée, le sur-mesure! La campagne SNA les incite à comprendre également qu'en choisissant l'artisanat, les Français maintiennent des emplois de proximité dans des entreprises qui resteront dans nos territoires tout en aidant à leur développement. De la bonne santé des entreprises artisanales dépend encore la transmission des savoir-faire et la possibilité économique, pour l'entreprise, de former de nombreux jeunes. Une chaîne vertueuse au profit du pays tout entier!

Les Rencontres Sénatoriales de l'apprentissage, début mars, sont l'occasion unique, avec le concours des ministres compétents et des sénateurs, de faire un bilan en présence de quelque 150 apprentis. Non pas un bilan statistique et politique, mais celui de leur vécu au quotidien. Des rencontres pour décider des améliorations nécessaires et entraîner vers le succès beaucoup plus de jeunes!

Le premier jour du printemps, c'est le 21 mars. Ce jour-là, nous sommes partenaire du Printemps de l'Optimisme avec **Thierry Saussez** et le CESE. Un mois de mars dédié à l'optimisme tout en agissant sur les difficultés de l'artisanat !

Alain Griset
Président de l'APCMA



SOCIÉTÉ ■ Les optimistes du Limousin organisent leur 2^e dîner le 20 mars

Mobilisation des énergies positives !

La ligue des optimistes du Limousin organise son deuxième "Dîner des optimistes", vendredi 20 mars, à partir de 19 h 30 au Green Saint-Lazare, à Limoges.

Ce dîner sur réservation est ouvert à tous ceux qui souhaitent partager une soirée entre optimistes. « L'objectif de notre association, explique Marc Tranchant, c'est de promouvoir l'évolution des mentalités des hommes et des femmes dans tous les domaines de la vie, privée ou publique, culturelle ou sociale. L'optimisme n'a rien à voir avec la naïveté ou le refus de voir les dures réalités de notre monde. C'est une attitude de l'esprit, volontariste et combative qui conduit à appréhender ces difficultés et incertitudes d'une manière à la fois positive et active. »

Non-conformisme et humour

Cette soirée entre optimistes sera entrecoupée d'animations "positives" assurée par le limougeaud Franck Marcheix, auteur, coach, enseignant en hypnose et motivation. Confé-



OPTIMISTES. De gauche à droite : Franck Marcheix, Marie-José Audouin-Jeannin et Jean-Marc Tranchant. PHOTO BRIGITTE AZZOPARD

rencier reconnu pour son aisance et son pragmatisme, il se caractérise par un mélange de non-conformisme, d'humour et de curiosité intellectuelle. Passionné par la communication inconsciente et les processus de change-

ment, il a développé une chaîne You tube totalisant des milliers de vues sur le coaching et le développement personnel.

Le dîner des optimistes de Limoges, comme la trentaine d'autres qui sont organisés en France, est un écho au "printemps de

l'optimisme" qui se tient les 20 et 21 au conseil économique, social et environnemental à Paris.

➔ **Contact.** Renseignements et inscriptions auprès de Marie-José Audouin-Jeannin (06.75.47.41.09) ou de Jean-Marc Tranchant (06.87.84.76.26). Courriel : optimistes.limousins@gmail.com



SOCIÉTÉ ■ Les optimistes du Limousin organisent leur 2^e dîner le 20 mars

Mobilisation des énergies positives !

La ligue des optimistes du Limousin organise son deuxième "Dîner des optimistes", vendredi 20 mars, à partir de 19 h 30 au Green Saint-Lazare, à Limoges.

Ce dîner sur réservation est ouvert à tous ceux qui souhaitent partager une soirée entre optimistes. « L'objectif de notre association, explique Marc Tranchant, c'est de promouvoir l'évolution des mentalités des hommes et des femmes dans tous les domaines de la vie, privée ou publique, culturelle ou sociale. L'optimisme n'a rien à voir avec la naïveté ou le refus de voir les dures réalités de notre monde. C'est une attitude de l'esprit, volontariste et combative qui conduit à appréhender ces difficultés et incertitudes d'une manière à la fois positive et active. »

Non-conformisme et humour

Cette soirée entre optimistes sera entrecoupée d'animations "positives" assurée par le limougeaud Franck Marcheix, auteur, coach, enseignant en hypnose et motivation. Confé-



OPTIMISTES. De gauche à droite : Franck Marcheix, Marie-José Audouin-Jeannin et Jean-Marc Tranchant. PHOTO BRIGITTE AZZOPARD

rencier reconnu pour son aisance et son pragmatisme, il se caractérise par un mélange de non-conformisme, d'humour et de curiosité intellectuelle. Passionné par la communication inconsciente et les processus de change-

ment, il a développé une chaîne You tube totalisant des milliers de vues sur le coaching et le développement personnel.

Le dîner des optimistes de Limoges, comme la trentaine d'autres qui sont organisés en France, est un écho au "printemps de

l'optimisme" qui se tient les 20 et 21 au conseil économique, social et environnemental à Paris. ■

➔ **Contact.** Renseignements et inscriptions auprès de Marie-José Audouin-Jeannin (06.75.47.41.09) ou de Jean-Marc Tranchant (06.87.84.76.26). Courriel : optimistes.limousins@gmail.com



Sondage: le président le plus optimiste est...

Les Français plébiscitent le général de Gaulle et Jacques Chirac!



Le printemps de l'optimisme a fait réaliser un sondage à propos des présidents de la Ve République incarnant le mieux cette valeur. Ateliers et débats autour de ce thème se tiendront à Paris les 20 et 21 mars prochain.

Quel président français incarne le mieux l'optimisme? Le gagnant est... Charles de Gaulle pour 26 % des personnes interrogées! Suivi du plus jovial, Jacques Chirac, pour 20% d'entre elles.

Quand Georges Pompidou finit dernier. C'est le résultat d'un sondage réalisé par Opinion Way pour le *Printemps de l'optimisme*. « C'est le leadership de ces hommes qui est ainsi salué », décrypte le communicant Thierry Saussez. Il a créé cet événement en 2014 car il était lassé du défaitisme à la française. « Année après année, toutes les études l'attestent : 75% des personnes interrogées répondent généralement qu'elles sont heureuses dans leur vie personnelle, mais nous restons le peuple le plus pessimiste et le plus râleur du monde, constate-t-il. La vie collective est un exutoire. Il suffit pourtant de savoir orienter son regard pour découvrir que plein de choses bien se font dans l'Hexagone. »

La deuxième édition du *Printemps de l'optimisme* aura lieu les **20 et 21 mars** au conseil économique, social et environnemental, avenue d'Iéna, à Paris. Au programme pour lutter contre la morosité : des ateliers du bien-être et des débats autour de thèmes résolument positifs, le « feel good au travail » ou le « dépassement de soi » avec des personnalités comme l'alpiniste Catherine Destivelle, le rappeur Rost, l'athlète Philippe Croizon, le chef Guy Savoy ou le romancier Alexandre Jardin, parrain cette année. « Un mur de la gratitude sur lequel le public pourra déposer des post-it avec des petits messages sera dressé, précise Thierry Saussez. Et une librairie optimiste sera ouverte ».

Cet ancien conseiller de Nicolas Sarkozy regrette que les hommes politiques français ne fassent pas assez preuve d'optimisme en ces temps de crise. « Cette valeur n'est pas réservée aux béats ou aux nantis, plaide-t-il. Mais les dirigeants ont souvent peur d'afficher leur confiance en l'avenir. De crainte que ça ne leur porte malheur ou pour ne pas donner le sentiment qu'ils ne comprennent pas ce que vivent les Français. » Thierry Saussez martèle que c'est au contraire dans la crise qu'il faut mobiliser des énergies positives. Ces deux journées seront suivies d'une édition européenne, à **Bruxelles le 23 avril prochain**. L'optimisme aura la frite.

Crédits photos : GettyImage



L'oeil d'Erick Roux de Bézieux : op-ti-mis-te !



©Olivier Chassignole

Le pessimisme semble avoir pris le contrôle de notre pays. Témoin le "baromètre mondial de la confiance en l'avenir" où la France est la deuxième nation la plus pessimiste du monde. Et pourtant, malgré les mauvaises nouvelles, l'atonie du gouvernement, la dégradation des indicateurs, je préfère regarder un verre à moitié plein. Ce n'est pas chez moi une aptitude congénitale au bonheur ; l'optimisme ne m'affranchit pas des problèmes, des chagrins et autres emm... de la vie ! Kierkegaard a assez bien défini la chose : "Être optimiste, c'est prendre conscience que ce n'est pas le chemin qui est difficile, mais le difficile qui est le chemin."

Être optimiste, ce n'est pas être inconscient, ce n'est pas nier les difficultés ou jouer à croire que tout va bien en ce bas monde. Être optimiste, c'est simplement affirmer que le pessimisme ne construit rien. C'est lutter contre cet "esprit si français" qui consiste à critiquer et à se penser décliniste jusqu'à, in fine, faire tomber la société tout entière dans la spirale dépressionnaire. Thierry Saussez, homme de communication engagé, a créé l'année dernière le "Printemps de l'Optimisme, festival des énergies positives". Il aura lieu à Paris le 21 mars. (www.printempsdeloptimisme.com)

Les énergies positives, ce sont par exemple celles que mobilise le BleuBlancZèbre d'Alexandre Jardin, prouvant que la volonté et les bonnes idées des "faisers" contribuent à changer la vie bien plus efficacement que les belles phrases des "diseurs". Les énergies positives, ce sont aussi celles des bénévoles de Lyon Duchère AS emmenés par Mohamed Tria qui montrent aux jeunes qu'un avenir est possible. Ce sont encore celles de ces entrepreneurs, de Lyon et d'ailleurs, qui décident de tout risquer pour bâtir leur espérance. Et aussi celles qui s'expriment dans le cadre du Forum de la "positive économie" créé par Jacques Attali. Les énergies positives, ce sont celles entraînées par Jean-Louis Borloo dans son pari d'électrifier l'Afrique. Les énergies positives sont pléthores autour de nous, à commencer par un bonjour et un sourire ! Albert Camus écrivait dans Le mythe de Sisyphe que "c'est au cœur de l'hiver que j'ai découvert en moi un invincible printemps". Alors, face au french bashing, il est temps de se lever et de dire que notre pays a de fantastiques atouts. À commencer par notre taux de natalité (si c'est pas de la confiance en l'avenir !), nos entrepreneurs

www.tribunedelyon.fr

Pays : France

Dynamisme : 18



[Visualiser l'article](#)

(imaginez si nous leur donnions un peu d'air), nos leaders mondiaux et nos ETI (car la France entreprend), notre langue (la seule, avec l'anglais, parlée sur les 5 continents), etc.

On le vit au quotidien dans nos organisations, l'une des clés de la réussite managériale est de donner envie. Mais qui a envie d'un verre à moitié vide ? Et comment mobiliser les énergies lorsque l'on focalise sur le "c# ne marchera jamais" ?

Le 21 mars, ce sera le printemps. Et si, vous aussi, vous décidez de lutter contre la sinistrose et la morosité.

Et si, vous aussi, vous décidez de commencer par un sou- rire, puis de le partager...

* dirige un groupe d'entreprises spécialisées dans la communication et l'influence.

Le secret de l'optimiste ? l'engagement !



© dk & dennie cody/Masterfile/Corbis

Ras-le-bol de la sinistrose ? Le **Printemps de l'Optimisme** a choisi de relever les initiatives positives et les artisans du vivre-ensemble, pour sa 2e édition, samedi 21 mars, au Conseil Économique, Social et Environnemental, à Paris.

« *Nous ne cherchons pas à réinventer le monde, ni à ignorer ses misères et ses galères* », défend de sa voix rocailleuse et profonde Thierry Saussez, le fondateur du Printemps de l'Optimisme. « *Face à une vision anxigène du monde, de la vie, notre société attend des contre-champs.* » Fort de cette conviction, il entend contribuer à résoudre le paradoxe du peuple le plus pessimiste au monde, quand 70 % des Français se déclarent heureux dans leur vie personnelle.

N'est-ce pas utopique après une tragédie telle que nous l'avons connue en janvier ? « *L'optimisme est encore plus nécessaire face aux difficultés, répond-il. L'urgence consiste à rétablir la confiance dans le collectif, dans l'avenir* ». Son credo : l'action. L'événement, qui s'appuie sur des valeurs positives fédératrices – bienveillance, tolérance, gratitude... –, présentera cette année des initiatives favorisant le vivre-ensemble. « *L'optimiste ne peut être spectateur. Il s'engage. L'homme n'est jamais aussi grand qu'au service des autres* ».

Ce « festival des énergies positives » entend donc mettre à l'honneur toutes les formes d'engagement. Parmi les associations, le collectif Les Amis d'Éléonore a ainsi été invité par Jean-Paul Delevoye, président du Conseil Économique, Social et Environnemental (Cese). Car le 21 mars est aussi la journée mondiale de la trisomie 21. « *Je connais bien Éléonore Laloux, porteuse de la trisomie 21, précise-t-il à La Vie. Elle nous renvoie à un enjeu, qui m'est cher, celui de l'altérité : reconnaître que l'autre nous enrichit, dans sa différence. Nous vivons dans une société normative de cartésiens et classons si vite les gens selon des critères utilitaristes. Éléonore nous invite à voir, non sa différence, mais sa potentialité.* » Le Collectif présentera notamment 21 réussites de personnes porteuses de la trisomie : diplômés, actifs, artisans



[Visualiser l'article](#)

du vivre-ensemble. « *Autant de leçons de vie qui nous conduisent à sortir de la stigmatisation, relève le Président du Cese, et à poser un regard plus positif sur l'autre, quel qu'il soit : handicapé, étranger, malade...* »

Au programme du Printemps de l'Optimisme : débats, ateliers, expositions, animations... La première édition a rassemblé 3700 participants. « *Nous n'allons pas changer le monde, mais nous entendons concourir à un changement de climat* », conclut Thierry Saussez. La formule sera expérimentée au Comité Économique et Social Européen à Bruxelles, le 23 avril 2015, pour une première édition européenne.



Printemps de l'Optimisme

Description:

Chères Optimistes, Chers Optimistes,

Je suis très heureux de vous accueillir ici, sur le portail de l'Optimisme.

Être optimiste, ce n'est pas être béat ou rêveur, ce n'est pas nier les difficultés ou voir le monde plus beau qu'il n'est.

Être optimiste, c'est être réaliste et affirmer que le pessimisme ne construit rien. C'est diriger notre regard vers ce qui fonctionne et 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...

Ici, vous trouverez de nombreuses clés pour agir, pour vivre optimiste, et vous engager dans cette grande bataille contre la sinistrose : un manifeste pour l'optimisme, des interviews, une bibliothèque, un recueil de citations, mais aussi tous les renseignements concernant les événements du festival des énergies positives.

Rendez-vous à Paris, le samedi 21 mars, au Conseil Économique, Social et Environnemental et à Bruxelles, pour une 1ère édition européenne, le jeudi 23 avril, au Comité Économique et Social Européen ...

L'optimisme a besoin de chacune et de chacun d'entre vous. Plus que jamais, c'est la somme de nos énergies individuelles, de nos engagements, qui constituera la grande force collective dont la France a besoin.

Je compte sur vous,

Thierry Saussez, créateur du Printemps de l'Optimisme, le festival des énergies positives.

>> RSVP

Location:

Conseil économique, social et environnemental (Click here to get informations about Conseil économique, social et environnemental)

Palais d'Iéna

9, place d'Iéna

75775 Paris Cedex 16

M° Iéna

France

Phone : +33 (0)1 44 43 60 00

Twitter account : lecese

Internet Site : www.conseil-economique-et-social.fr

Open the map in a new tab

Date: Saturday, March 21, 2015

Time: 10:00-18:30 CET

Duration: 8 hours 30 minutes

Germain

agenda.germainpire.info

Pays : France

Dynamisme : 13



[Visualiser l'article](#)

Priority: 5-Medium

Access: Public

Category: Events*

Keywords / Tags: Optimisme

Number of times displayed: 6

VALEURS ACTUELLES

"IL N'EST DE RICHESSE QUE D'HOMMES." JEAN BODIN

Sarkozy, confidences de campagne
Collèges, nos enfants sous influence
Syrie, Assad l'insubmersible
Bourse, le Cac 40 au crible
Tourisme, vacances de rêve

l'Enragé

Enquête sur
un premier ministre
au bord de
la crise de nerfs



DOM: 5,20 € - BELGIQUE: 5,20 € - GRECE: 5,20 € - ITALIE: 4,40 € - ALLEMAGNE:
AUTRICHE: 5,20 € - PORTUGAL: 5,20 € - SUISSE: 6,20 CHF - MAROC: 5,90 DH
TUNISIE: 4,7 DT - ZONE CFA: 3 000 CFA - CANADA: 5,99 DC

M 02810 - 4086 - F: 3,90 €

Le mot de la semaine Par Sophie de Menthon

Voilà le printemps.com



V'là le printemps! Le prétexte fonctionne et les événements bourgeonnent, Clermont-Ferrand y consacre deux jours sur le thème de "la nutrition en phase d'agression" (*sic*), courez-y, sur Journéesdeprintemps.com, vous saurez quoi manger face au fisc... à part du chocolat!

Le printemps de Bourges, lui, nous présente une collection d'artistes en tout genre, forcément branchés, sur Printemps-bourges.com. Si cela ne vous plaît pas, vous pouvez toujours vous changer les idées au Printempsducinema.com, merci la

BNP! Même mon banquier est de bonne humeur.

Les économistes, eux, profitent des beaux jours pour s'interroger sur le réchauffement de la planète. Normal, ils font la pluie et le beau temps avec Printempsdeleco.fr, même si la croissance reste glaciale.

On retombe sur les fondamentaux pour remettre l'entreprise au centre de la croissance : les étudiants connaissent-ils et aiment-ils les entreprises de leur région, à vérifier à Lorient notamment, en Bretagne, ou sur Printemps-entreprise.com.

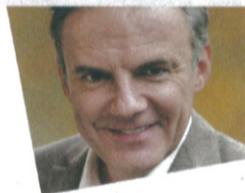
Le Printempsdeloptimisme.com a décidé de jouer le tout pour le tout et nous propose une garden-party avec tout ce qui est agréable, vous trouverez des animations, des massages, de la bonne bouffe... sur une vraie réflexion.

Plus de fessées... mais attention, le printemps de l'éducation nous promet de bons élèves : rendez-vous sur Printemps-education.org.

Comme dit le proverbe afghan, « ils peuvent tuer toutes les hirondelles, ils n'empêcheront pas la venue du printemps! » Vive la méthode Coué. ●

Liberté chérie Par Éric Brunet

Fausses joies et chiffres bidon



Brunet, vous êtes comme Zlatan Ibrahimovic, vous n'aimez pas la France!

C'est Laurent Neumann qui parle. Neumann, c'est mon contradicteur de gauche, tous les matins à 7h50 sur RMC. À chaque fois que je critique l'action gouvernementale, il m'accuse de dénigrer mon pays. Mais la France, ce n'est pas Hollande! Pourquoi n'ai-je pas eu la présence d'esprit de répondre à Neumann que j'aime la France plus que tout, et que c'est pour cette raison que je ne passe rien aux socialistes? On m'accuse de me livrer au *France bashing*. Mais si je suis sévère avec Hollande et Valls, c'est parce que la conduite des affaires publiques est cataclysmique. C'est tout.

Ce jour-là, dans la matinale de Jean-Jacques Bourdin, Laurent a des arguments : la France va mieux. Les investissements étrangers repartent à la hausse. Hollande et Valls ont le triomphe modeste (dans le genre "on est sur la bonne voie, mais il ne faut pas crier victoire trop tôt"). Mais cette fois, et une fois n'est pas cou-

tume, je suis venu avec des billes. J'ai préparé mon intervention. Effectivement, une des 1500 agences de l'État financées par le contribuable, l'agence nationale Business France, a annoncé qu'en 2014 la France avait attiré 8% d'investisseurs étrangers en plus!

L'embellie dont parlent les médias depuis trois jours est un mensonge de plus.

C'est pour ça que Neumann exulte. Jean-Jacques Bourdin me fixe dans les yeux : « Alors Éric, fini le french bashing? Voici venue l'heure du french loving? »

Je reste calme, souriant. Je sais que ce matin je vais les surprendre, les terrasser : contrairement à Neumann, j'ai pris la peine de lire la totalité du rapport établi par Business France : « Effectivement, les investissements étrangers ont augmenté de 8% en 2014. Mais c'est très bas. Sur l'ensemble de l'Europe, ils ont augmenté de 17%. Certains de nos voisins

ayant connu une augmentation de plus de 30%... »

Mes interlocuteurs renâclent. Neumann contre-attaque : Roissy-Charles-de-Gaulle est entré à nouveau dans le palmarès des grands aéroports européens. Il m'explique que Paris est redevenu intéressant et que les patrons américains ont un grand désir de France. Je peaufine mon deuxième argument : « Il est vrai qu'en 2014, la France a comptabilisé 740 projets d'installation d'entreprises étrangères : des rachats, comme le site d'Alstom repris par General Electric; des implantations nouvelles; des extensions de sites. »

Je marque un silence, puis je reprends : « Pourtant, en 2014, la totalité des emplois générés en France par les entreprises étrangères était de 25 000. Soit 14% de moins qu'en 2013. »

Conclusion : l'embellie dont parlent les médias depuis trois jours est un mensonge de plus. Les emplois générés en France par les entreprises étrangères en 2014 sont moins importants qu'en 2013. C'est tout ce qu'il faut retenir. ●

www.chefdentreprise.com
Pays : France
Dynamisme : 12



Page 1/1

[Visualiser l'article](#)

Printemps de l'optimisme : le rendez-vous de la pensée positive

La deuxième édition du printemps de l'optimisme se tient à Paris samedi 21 mars 2015. L'événement propose des conférences et ateliers pour introduire du positif dans son travail, son management, son entreprise, ainsi que dans son développement personnel.



Le samedi 21 mars 2015, le Conseil économique, social et environnemental (CESE), installé place d'Éléna à Paris, accueille le Printemps de l'optimisme. Cette deuxième édition est l'occasion de **promouvoir les énergies positives** dans toutes les sphères de la société.

Rythmée par des conférences et des ateliers thématiques, la journée se penche notamment sur les **liens entre optimisme et travail**. A la fois du point de vue du **management** et de la **communication**, mais aussi du **bien être des salariés**.

Un atelier thématique est ainsi consacré au " feel good " dans l'entreprise. Il présente des bonnes pratiques pour **améliorer la qualité de vie** au travail et **anticiper les besoins des générations Y et Z**.

De nombreux autres ateliers sont dédiés au **développement personnel** et à la **gestion du stress**.



C'EST VOUS



C'EST MA FOI

Élodie

MARIÉE, 30 ANS,
EN RECHERCHE D'EMPLOI.

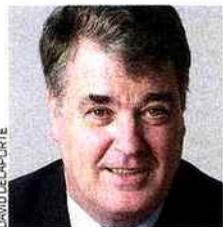
PAR MÉLANIE FREY

» **MA VIE** « J'ai eu la foi quand je me suis rendu compte que Dieu est pleinement vivant en moi. Croire en cette présence, c'est croire en l'amour. Il est au-delà de l'être humain, mais je me sens comme une part de Lui, car je suis une créature de Dieu et Il m'a créée à son image. »

» **MES DOUTES** « Toute personne qui a la foi est amenée à avoir des épreuves. Elles nous aident justement à progresser. Je n'ai pas de doute, mais j'ai des peurs, et c'est la peur qui est le contraire de la foi, pas le doute. »

Bravo !

À **Jean-Paul Delevoye**, président du Conseil économique, social et environnemental (Cese). Il a invité le collectif les Amis d'Éléonore au Printemps de l'optimisme (printempsdeloptimisme.com), qui se tiendra au Cese le 21 mars, Journée mondiale de la trisomie 21. « Cette deuxième édition du Printemps de l'optimisme à Paris, organisé par Thierry Saussez, a pour thème la gratitude. Je connais bien Éléonore Laloux, porteuse de la trisomie 21, qui est une miraculée de la vie. Elle nous renvoie



DAVID DELACORTE

à un enjeu, qui m'est cher, celui de l'altérité et de la gratitude : reconnaître que l'autre nous enrichit, dans sa différence. Nous vivons dans une société normative de cartésiens et classons si vite les gens selon des critères utilitaristes. Éléonore nous invite à voir non sa différence, mais sa potentialité.

Elle ne s'inscrit pas dans une démarche revendicative, mais de sensibilisation : « Regardez ce qu'on est capable de faire ! » Le collectif présentera ainsi 21 réussites de personnes porteuses de la trisomie. Autant de leçons de vie qui nous conduisent à sortir de la stigmatisation et à poser un regard plus positif sur l'autre, quel qu'il soit : handicapé, étranger, malade... » STÉPHANIE COMBE

...Encore bravo !

À **JEAN VANIER**, qui vient de se voir décerner le prix Templeton 2015, d'une valeur de 1,5 million d'euros. Le fondateur de L'Arche, association qui accueille des personnes ayant un handicap, s'est vu attribuer ce prix pour son combat en faveur d'une « véritable justice sociale » et son action pour le dialogue et l'unité des religions. Jean Vanier recevra officiellement le prix Templeton le 18 mai en l'église St-Martin-in-the-Fields, à Londres.

AUX CHEFS AU GRAND CŒUR ! Du 23 au 29 mars, plus de 65 chefs, parmi lesquels Anne-Sophie Pic, reverseront une partie de leur chiffre d'affaires à l'association les Amis de Mikhy. En mémoire de Mikhaël, emporté en trois mois, à 10 ans, elle soutient la prise en charge psychologique et morale des enfants touchés par une tumeur cérébrale (500 cas par an en France). La précédente édition avait permis de reverser 60 000 € à l'Institut Gustave-Roussy. Réservez votre table : www.chefsaugrandcoeur.com

AUX 33 AMIS DE LA VIE qui s'envolent dimanche 22 mars à Tunis pour le Forum social mondial avec la délégation du CRID, collectif français d'ONG de développement et d'associations. 60 000 participants sont attendus à l'université El Manar de la capitale tunisienne. Depuis Porto Alegre, en 2002, l'association des lecteurs de La Vie a participé à tous les FSM.



Merci à vous !

Alors que je cultive mon bonheur tout en étant ballotée par des vents contraires (la vie quoi), Kama prod et les organisateurs du Printemps de l'Optimisme - me demandent de répondre à ces quelques questions: Qu'est-ce que pour moi la GRATITUDE ? Et envers qui ou quoi suis-je RECONNAISSANTE ?

Le coeur à fleur de peau, je vous dédie donc cette petite vidéo à vous Mes Lect'Ors à qui je dois tant. Merci tout simplement.





Thierry Saussez, Printemps de l'Optimisme ?

Par Dailymotion -



Video : <http://www.dailymotion.com/embed/video/x2jz42s?syndication=111713&autoplay=1>

Thierry Saussez, Printemps de l'Optimisme ? 19/03

Le 19 mars, Thierry Saussez, créateur du Printemps de l'Optimisme et ancien conseiller en communication de Nicolas Sarkozy a été l'invité d'Hedwige Chevrillon, sur BFM Business.



Le Printemps de l'optimisme



Ce week end, si il y un événement à ne pas manquer, c'est bien celui-ci. En effet rien de tel pour célébrer le printemps que de se rendre au Printemps de l'optimisme. Personnellement, je serais présent sur l'espace des animations en parallèle des conférences, afin de promouvoir l'art de recevoir à la française au travers de la table de l'optimisme, dédié à la gastronomie française. N'hésitez pas à venir nous y retrouver.

Déroulement du Printemps de l'optimisme :

Notre partenaire, **LOUIS Event** a le plaisir de vous inviter à participer au **Printemps de l'Optimisme**.

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

Dans ce cadre, en parallèle des conférences, nous aurons le plaisir de vous accueillir sur l'espace « Table de l'Optimisme » que nous animons autour d'ateliers culinaires (dressage de fruits, réalisation de verrines, etc..) et de dégustations proposées par nos partenaires :

Bonjour FrenchFood, la « food box » du terroir !

Les Vergers Saint Eustaches, des primeurs d'exception, le mariage de la tradition et des nouvelles tendances fruits primeurs.

Mesdemoiselles Madeleines, de jolies madeleines aux parfums envoûtants et originaux et aux présentations inédites.

Rungis Marché International, là où transitent toutes les denrées alimentaires

Nutella

Cette manifestation aura lieu le 21 mars 2015 au Conseil Économique, Social et Environnemental, place d'Iéna à Paris de 10H à 18H00.

Retrouvez ici les thèmes abordés lors des différentes conférences de samedi au Printemps de l'Optimisme:

De 10h30 à 12h30 à l'Hémicycle : Toutes les raisons d'être optimistes !

De 10h30 à 12h00 Salle 301 : 21 réussites, 21 mots pour le dire, 21 propositions le 21 mars pour la trisomie 21

De 14h00 à 16h00 à l'Hémicycle : Pour un système éducatif plus positif

www.laurentdelporte.com

Pays : France

Dynamisme : 4



[Visualiser l'article](#)

L O U I S event vous y invite. Rendez vous ci dessous pour demander votre invitation ici :
www.printempsdeloptimisme.com/evenements/paris/inscriptions.



fr.news.yahoo.com

Pays : France

Dynamisme : 918



Page 1/1

[Visualiser l'article](#)

Le Printemps de l'optimisme fait front à la morosité



LePoint.fr/Par Sophie Bartczak - Pour sa deuxième édition ce samedi 21 mars, le Printemps de l'optimisme devrait faire le plein au Conseil économique, social et environnemental à Paris et réunir près de ...

Ce samedi, la deuxième édition du Printemps de l'optimisme réunira à Paris près de 5 000 personnes en quête de messages et d'initiatives positifs.

Lutter contre la sinistrose et la morosité, qui ajoute une crise aux crises, ne pas nier les difficultés, mais montrer ce qui marche, valoriser les innovateurs, les entrepreneurs, les "faiseux" plutôt que les "diseurs" et privilégier les solutions. Tels sont les objectifs affichés par le Printemps de l'optimisme. Pour sa deuxième édition ce samedi 21 mars, cet événement devrait faire le plein au Conseil économique, social et environnemental à Paris et réunir près de 5 000 personnes. Des conférences et ateliers accueilleront près d'une cinquantaine de personnalités variées comme le romancier Alexandre Jardin, parrain de cette édition, le sociologue Michel Maffesoli, le psychologue Philippe Gabilliet (auteur de *l'Éloge de l'optimisme*), la professeure de bonheur Florence Servan-Schreiber (auteur de *3 Kifs par jour*), le président de l'Association française de psychologie positive, Jacques Lecomte, le généticien François Taddei, les sportifs Philippe Croizon (athlète handicapé) et Catherine Destivelle (alpiniste) mais aussi des dirigeants d'entreprise, des groupements comme la Fabrique Spinoza, think tank du bonheur citoyen, et de nombreux médias et partenaires économiques et associatifs. Tous ont en commun une approche positive de la vie et des questions de société. Utopistes ou doux rêveurs, diront certains. Entrepreneurs et créateurs, rétorqueront d'autres.

"Il est temps d'en finir avec l'idée selon laquelle l'optimisme est valable quand tout va bien, alors qu'au contraire c'est en période de difficultés qu'il faut mobiliser les énergies positives", martèle Thierry Saussez, créateur de l'événement, auteur des *101 Mots de l'optimisme* et de *50 Bonnes Raisons de choisir l'optimisme*. Pour imaginer son propos, il fait notamment (...)

Lire la suite sur LePoint.fr

:http://www.lepoint.fr/societe/le-printemps-de-l-optimisme-fait-front-a-la-morosite-21-03-2015-1914608_23.php#xtor=CS3-190



Le Printemps de l'optimisme fait front à la morosité

Ce samedi, la deuxième édition du Printemps de l'optimisme réunira à Paris près de 5 000 personnes en quête de messages et d'initiatives positifs.



Pour sa deuxième édition ce samedi 21 mars, le Printemps de l'optimisme devrait faire le plein au Conseil économique, social et environnemental à Paris et réunir près de 5 000 personnes. © Raphye Alexius / Image Source

Lutter contre la sinistrose et la morosité, qui ajoute une crise aux crises, ne pas nier les difficultés, mais montrer ce qui marche, valoriser les innovateurs, les entrepreneurs, les "faiseux" plutôt que les "diseux" et privilégier les solutions. Tels sont les objectifs affichés par le Printemps de l'optimisme. Pour sa deuxième édition ce samedi 21 mars, cet événement devrait faire le plein au Conseil économique, social et environnemental à Paris et réunir près de 5 000 personnes. Des conférences et ateliers accueilleront près d'une cinquantaine de personnalités variées comme le romancier Alexandre Jardin, parrain de cette édition, le sociologue Michel Maffesoli, le psychologue Philippe Gabilliet (auteur de *l'Éloge de l'optimisme*), la professeure de bonheur Florence Servan-Schreiber (auteur de *3 Kifs par jour*), le président de l'Association française de psychologie positive, Jacques Lecomte, le généticien François Taddei, les sportifs Philippe Croizon (athlète handicapé) et Catherine Destivelle (alpiniste) mais aussi des dirigeants d'entreprise, des groupements comme la Fabrique Spinoza, think tank du bonheur citoyen, et de nombreux médias et partenaires économiques et associatifs. Tous ont en commun une approche positive de la vie et des questions de société. Utopistes ou doux rêveurs, diront certains. Entrepreneurs et créateurs, rétorqueront d'autres.

"Il est temps d'en finir avec l'idée selon laquelle l'optimisme est valable quand tout va bien, alors qu'au contraire c'est en période de difficultés qu'il faut mobiliser les énergies positives", martèle Thierry Saussez, créateur de l'événement, auteur des *101 Mots de l'optimisme* et de *50 Bonnes Raisons de choisir l'optimisme*. Pour imaginer son propos, il fait notamment sienne la citation d'Albert Camus dans le mythe de Sisyphe : "C'est au coeur de l'hiver que j'ai découvert que j'avais en moi un invincible printemps." Si sa carrière de conseiller en communication, notamment auprès de Nicolas Sarkozy et d'autres politiques, lui colle à la peau, il réfute tout aspect politique dans cette rencontre dont la thématique se veut au contraire rassembleuse et au-delà des clivages. "Notre volonté, c'est d'apporter un bol d'air et un contrepoids à la morosité. La prospérité et la croissance d'un pays ne dépendent pas uniquement de critères matériels mais aussi de facteurs psychologiques et mentaux et du moral d'une nation."

"La capacité à être optimiste dépend à 40 % de notre volonté"

Pour faire front au "french bashing", ce nouveau club des optimistes veut miser sur les atouts de la France et égraine des faits et chiffres que l'on a peu l'occasion d'entendre : taux de natalité record en Europe, tissu économique qui est l'un des plus diversifiés d'Europe, premier pays au monde pour le tourisme, troisième

[Visualiser l'article](#)

pour les investissements étrangers, sixième pour le dépôt de brevets, gastronomie classée au patrimoine mondial de l'humanité, terroirs, vignobles, sites historiques, équipements culturels, médecins, chercheurs...

"Face à une difficulté, le pessimiste a tendance à penser qu'elle est définitive tandis que l'optimiste l'envisage, au contraire, comme seulement temporaire et imagine d'autres solutions ou façons d'agir, explique Thierry Saussez. C'est ce même regard que l'on peut porter sur la France et nous-mêmes actuellement. La capacité à être optimiste dépend en fait à 50 % de la génétique, à 10 % seulement de notre environnement et à 40 % de notre seule volonté. Ce qui est énorme et est véritablement matière à inverser la tendance ! Regardez un pays comme le Vietnam, dont les habitants ont pourtant été confrontés à de lourdes épreuves : ils sont parmi les peuples les plus optimistes de la planète !"

Partant de ces constats, le Printemps de l'optimisme vise donc à insuffler plus d'optimisme au quotidien dans le management, la communication, l'éducation et la vie personnelle. En plus des conférences et débats de société, le rendez-vous se veut résolument ludique avec des espaces comme le mur des gratitude, la librairie optimiste, la gastronomie optimiste, le jardin des citations, mais aussi des ateliers de bien-être et de développement personnel (création florale, danse des sourires, yoga du rire, initiation au qi gong), le tout ouvert gratuitement (et sur inscription) aux grands comme aux petits.

Le Printemps de l'optimisme fait front à la morosité



Ce samedi, la deuxième édition du Printemps de l'optimisme réunira à Paris près de 5 000 personnes en quête de messages et d'initiatives positifs.

Lutter contre la sinistrose et la morosité, qui ajoute une crise aux crises, ne pas nier les difficultés, mais montrer ce qui marche, valoriser les innovateurs, les entrepreneurs, les "faiseux" plutôt que les "diseux" et privilégier les solutions. Tels sont les objectifs affichés par le Printemps de l'optimisme. Pour sa deuxième édition ce samedi 21 mars, cet événement devrait faire le plein au Conseil économique, social et environnemental à Paris et réunir près de 5 000 personnes. Des conférences et ateliers accueilleront près d'une cinquantaine de personnalités variées comme le romancier Alexandre Jardin, parrain de cette édition, le sociologue Michel Maffesoli, le psychologue Philippe Gabilliet (auteur de *L'Éloge de l'optimisme*), la professeure de bonheur Florence Servan-Schreiber (auteur de *3 Kifs par jour*), le président de l'Association française de psychologie positive, Jacques Lecomte, le généticien François Taddei, les sportifs Philippe Croizon (athlète handicapé) et Catherine Destivelle (alpiniste) mais aussi des dirigeants d'entreprise, des groupements comme la Fabrique Spinoza, think tank du bonheur citoyen, et de nombreux médias et partenaires économiques et associatifs. Tous ont en commun une approche positive de la vie et des questions de société. Utopistes ou doux rêveurs, diront certains. Entrepreneurs et créateurs, rétorqueront d'autres.

"Il est temps d'en finir avec l'idée selon laquelle l'optimisme est valable quand tout va bien, alors qu'au contraire c'est en période de difficultés qu'il faut mobiliser les énergies positives", martèle Thierry Saussez, créateur de l'événement, auteur des *101 Mots de l'optimisme* et de *50 Bonnes Raisons de choisir l'optimisme*. Pour imaginer son propos, il fait notamment sienne la citation d'Albert Camus dans le mythe de Sisyphé : "C'est au

... lire la suite sur [Le Point](#).



Trisomie 21 : portez des chaussettes dépareillées !



Poster des photos de ses chaussettes dépareillées sur les réseaux sociaux, c'est l'idée d'une campagne de sensibilisation lancée à l'occasion de la journée mondiale de la trisomie 21 (instaurée par l'ONU en 2011), le samedi 21 mars 2015 (allusion à 3/21 !). Principale cause génétique de déficit mental, la trisomie 21 concerne 70 000 personnes en France. L'association Down Syndrome International (DSI), à l'origine de cette nouvelle campagne, appelle à porter des chaussettes de couleurs différentes, puis à poster les photos sur les réseaux sociaux via le hashtag #SocksBattle4DS ("Bataille de chaussettes pour le syndrome de Down", l'autre nom de la trisomie 21).

Un message ludique

« Une façon ludique et humoristique de s'interroger sur la perception des personnes trisomiques », explique Emmanuel Laloux, président de l'association les Amis d'Éléonore et père d'une jeune fille atteinte de trisomie 21. Pour sa fille, Éléonore, 29 ans, cette campagne peut amener les gens "à *changer de regard sur la trisomie 21*". "On n'est pas comme les autres mais on aimerait vivre comme les autres, on aimerait que les autres soient nos amis pour être moins seuls", raconte Éléonore Laloux, porte-parole de l'association et auteure du livre "Triso et alors!". En France, cette campagne de sensibilisation a été reprise par plusieurs organismes, dont la Fondation Jérôme Lejeune et la Fédération trisomie 21 France. "Cette démarche nous questionne sur la notion de différence. Porter des chaussettes différentes ne nous empêche pas de marcher ensemble dans la vie", explique la fédération.

Une rencontre optimiste au CESE le 21 mars

Éléonore, aux côtés de ses amis a bien l'intention de libérer une énergie **positive** le **21 mars à l'occasion du 2e Printemps de l'Optimisme** organisé à Paris au sein du CESE (Conseil économique **social et environnemental**). Le collectif y présentera **21 réussites de personnes porteuses de trisomie 21**. Parmi elles, la très étonnante expérience menée au cœur de la ville d'Arras (62), rendant particulièrement heureux les résidents de tous âges de l'Îlot Bon Secours. En 21 mots et définitions, tout sera dit sur ce concept original qui inspire d'autres projets à venir. Autre temps fort de cette journée : le grand débat de 10h30 à midi animé par le Collectif des amis d'Éléonore. Y sera dévoilée une série de propositions concrètes pour favoriser l'inclusion des personnes porteuses de trisomie 21. Les participants seront alors conviés à choisir 21 mesures qui seront présentées au Président de la République. Le Collectif a en effet demandé d'être reçu à l'Élysée. « *Nous y croyons avec optimisme et avons au moins 21 raisons d'espérer !* » affirment les amis d'Éléonore.



Printemps de l'Optimisme Samedi 21 Mars 2015 de 10h à 18h



Festival des Energies positives : événement gratuit pour tous ceux qui ont envie de partager les vertus de l'optimisme ;

ateliers sur le thème du développement personnel : comment être plus heureux et confiant au quotidien;

de 10h à 18h30 au Conseil économique b>, social et environnemental 9 place d'Iéna 75016



4e journée mondiale de la Trisomie 21 : allô Hollande ?

Emmanuel Laloux est le président du Collectif des Amis d'Éléonore. Il écrit dans Le Figarovox :

"La France tient-elle vraiment ses engagements à l'égard des personnes handicapées? Pas vraiment, si l'on en croit le tout récent rapport du commissaire européen aux droits de l'homme. Après une visite dans notre pays en septembre dernier, Nils Muižnieks y déplore de nombreuses discriminations liées au handicap. Il se déclare notamment «préoccupé par les milliers de personnes handicapées se voyant contraintes de quitter la France pour chercher à l'étranger, en particulier en Belgique, des solutions adaptées à leur situation.» Plus grave encore, il déplore «les difficultés d'accès à l'emploi et les conditions discriminatoires réservées aux travailleurs handicapés dans certaines structures spécialisées.» Le commissaire européen aux droits de l'homme invite donc les autorités françaises à «redoubler d'efforts pour remplir leurs obligations tirées, notamment, de la Charte sociale européenne en matière d'accompagnement des personnes handicapées et d'accès à l'emploi, faute de quoi ces personnes resteront marginalisées et exclues de la société.»

Faire en sorte, sans attendre tout d'en haut, que les personnes atteintes de handicap soient heureuses au milieu de ceux qui n'en souffrent pas, c'est pourtant possible. Et pas seulement en Italie, où la cohabitation des uns avec les autres fonctionne très bien!

La preuve par la très étonnante expérience que vivent au cœur de la ville d'Arras (62), plusieurs personnes porteuses de Trisomie 21. **Chacune dans son appartement y vit en pleine autonomie, aux côtés des autres résidents, familles traditionnelles ou personnes âgées.** La majorité de ces personnes trisomiques travaille et pratique des loisirs à l'extérieur, emprunte seule les transports en commun. Dans cette résidence «Îlot Bon Secours», **la personne porteuse de Trisomie 21 n'est jamais perçue comme handicapée ou anormale, mais tout simplement «extraordinaire». Sa singularité intellectuelle, émotionnelle ou relationnelle la distingue des personnes dites «ordinaires». C'est tout.**

Des démarches comme celles-ci, où l'utopie est devenue réalité, pourraient se multiplier en France, grâce notamment à la législation européenne qui les encourage fortement. Les fonds structurels et d'investissement pour la période 2014-2020 constituent en effet «une opportunité historique, pour protéger les droits des personnes les plus exclues de l'Europe, celles vivant dans des institutions» selon le Groupe Européen d'Experts sur la transition des institutions vers les services à base communautaire (déclaration du 4 février 2014).

Ces experts estiment donc que les fonds européens doivent désormais être prioritairement utilisés pour développer des «alternatives à base communautaire» et non pas à perpétuer une sorte de ghettoïsation dans les établissements spécialisés, aussi qualitatifs soient-ils.

Ce n'est donc pas un hasard si le collectif «Les amis d'Éléonore», très impliqué dans la réussite de la résidence «Îlot Bon Secours» d'Arras a élaboré **21 propositions de nature à favoriser l'inclusion des personnes porteuses de trisomie 21.** Celles-ci seront débattues dans la matinée de ce samedi 21 mars au CESE (conseil économique, social et environnemental) à l'occasion du 2e Printemps de l'Optimisme. **Avec l'espoir que 21 personnes trisomiques puissent les présenter l'après-midi même au Président de la République. La demande a été faite à l'Élysée. À ce jour, elle est restée sans réponse.**

lesalonbeige.blogs.com

Pays : France

Dynamisme : 59



[Visualiser l'article](#)

Cher François Hollande, 21 minutes devraient suffire à vous convaincre qu'il ne manque peut-être pas grand chose pour que les personnes trisomiques soient plus heureuses en France."



C'est décidé : je deviens optimiste !

A l'occasion du "Printemps de l'Optimisme", le festival des énergies positives qui a lieu aujourd'hui à Paris, on vous explique comment booster votre confiance en vous et en votre vie. Youpi !



© DR.

Ce samedi, c'est le "Printemps de l'Optimisme" ! Au Conseil Économique, Social et Environnemental, à Paris, 3 700 participants vont échanger et s'enrichir autour de rencontres, de dédicaces, d'animations et de tables rondes tel' es que "Le « Feel Good au Travail », qu'est ce que c'est ?", "Pour un système éducatif plus positif" ou encore "Apprenez à cultiver votre bonheur !".

Alors, à l'occasion de cet événement plein de vitamines positives, fondé par Thierry Saussez, on vous donne 5 astuces pour muscler votre optimisme, vous épanouir, vous libérer un peu plus de vos peurs et du regard des autres et avoir la niaque ! Banzai !

1/ On commence par faire le calme dans sa tête. Toute la journée, on dépense énormément d'énergie à stresser, à écouter les avis des uns et des autres, à être parasitée par des croyances venant de notre passé ou de notre entourage ("j'ai été rejetée donc je suis nulle", "j'ai eu un gros échec donc je suis bonne à rien", "j'ai pris 3kgs donc je suis moche") alors qu'on a nous même notre GPS intérieur : c'est nous, notre instinct. Et c'est LUI qu'on doit écouter! Même si c'est pas fastoche au début, plus on essaie de faire le calme, en fermant les yeux quelques secondes pour respirer, se recentrer dans le présent, sur soi puis se poser les bonnes questions, plus on y arrive et on fait taire les "énergies pirates". C'est ça, la gym méditative ! Et si on testait Petit Bambou comme entraîneur ?

2/ On se met dans un environnement positif. Les personnes qui se plaignent tout le temps, non seulement c'est casse-pieds mais en plus ça nous mine ! L'optimisme, lui aussi est contagieux, mais ça c'est plutôt très chouette. Donc en plus d'afficher des citations positives sur des post-it à la maison, on élargit notre cercle, on cible des gens qui ont les mêmes passions que nous, on les rencontre, on papote au sport ou avec les voisins, et on leur envoie du positif (des sourires, de l'écoute). Et s'ils nous renvoient la balle, c'est parfait ! Être positif, c'est comme s'entraîner au tennis : si vous jetez une balle, il y a de fortes chances qu'on vous la renvoie...et inversement.



3/ On adopte la pensée positive. Et la pensée, ça commence par les mots. Même si c'est tentant et que ça fait du bien de se plaindre, on évite les mots "échecs", "peur", "difficile", "impossible", "faible" et on les remplace par "audace", "courage", "intéressant", "tentant", "fort" ou encore "persévérance". Et le Parler positif, on l'applique aussi bien quand on parle aux autres que quand on parle à soi-même (astuce : quand votre "juge" intérieur commence à dire du mal de vous dans votre tête, imaginez qu'un avocat -vous- réplique à votre procès et vous défende corps et âme! Non mais !).

> **C'est décidé : pour être heureuse, je parle Positif !**

4/ On voit des opportunités dans les échecs. Savez-vous comment les Post-it ont été inventés ? Dans les années 1960, un chimiste américain, Spencer Silver, a voulu créer une super colle. Pas de bol : le résultat final est une matière poisseuse qui ne colle que très peu. Que faire ? Se lamenter ? Non ! Il a eu l'idée d'en faire des papiers auto-collants ! Une belle leçon. Et puis, comme dirait Confucius, la plus grande gloire n'est pas de ne jamais tomber, mais de se relever à chaque chute. C'est en tombant, comme au vélo, qu'on progresse et qu'on réussit dans ce qu'on veut ! Et ça, tous les plus grands génies (Edison et compagnie), les sportifs et artistes (qui étaient nuls au départ), la plupart des nanas heureuses en couple (qui ont connu les galères de célib) peuvent en attester !

5/ Vivre. Être optimisme, c'est aussi savoir "lâcher prise". Savoir se reposer pour recharger les batteries, se dire qu'on n'est pas responsable de tout mais qu'on peut influencer les choses en bien, rencontrer des gens de façon désintéressée (juste pour échanger, passer un bon moment et s'enrichir mutuellement), ne pas se mettre la pression, des objectifs trop hauts ou très rapides, ni se prendre au sérieux. Eh oui, l'optimisme, c'est super chouette ! Alors on souffle, on se recentre sur le présent et on vit !

> www.printempsdeloptimisme.com



Opinion
Thierry Saussez

Créateur du Printemps de l'optimisme, un mouvement d'opinion qui a réuni 5.000 personnes hier à Paris. Dernier livre : « 50 Bonnes Raisons de choisir l'optimisme » (Saint-Simon)

Souriez, riez, choisissez l'optimisme!

Dans un monde marqué par les crises, la mobilisation d'énergies positives est nécessaire. Il y a une différence fondamentale entre optimistes et pessimistes. Face à une difficulté, ces derniers ont tendance à dire : c'est foutu, on n'y arrivera jamais ; les premiers pensent qu'il y a toujours une solution.

En ces temps où la barbarie et l'extrémisme exercent une telle menace, nous affirmons qu'il faut dépasser l'indignation proclamatoire pour faire de l'engagement un axe fondamental de notre action. C'est la somme de nos engagements qui fera une société plus unie, plus bienveillante. Et ce, quelle que soit sa forme : vies locale, associative, économique, politique, syndicale, développement des entreprises, etc.

LE MEILLEUR MOYEN D'ÊTRE OPTIMISTE, c'est d'agir. La France est un pays formidable où les progrès scientifiques et technologiques sont énormes. Mais le pays vit avec un incroyable paradoxe visible dans les sondages que nous avons commandés pour le Printemps de l'optimisme : 70 à 80 % des Français se déclarent plutôt heureux dans leur vie personnelle. Pourtant, ces mêmes 70 à 80 % forment collectivement le peuple le plus pessimiste du monde.

Si on fait, ensemble, de la bataille de l'optimisme une cause nationale, elle apportera des bienfaits à la vie collective de notre pays. Car cette morosité collective, cette crainte de l'avenir n'est pas bonne pour la consommation, ni pour l'investissement, ni pour la création

d'emplois. Elle empêche le financement de la solidarité.

LA POLITIQUE A UN PEU DE MAL à porter le message de l'optimisme. Beaucoup de responsables politiques ont peur de donner l'impression aux Français qu'ils ne ressentent pas leur sentiment de galère. Cette communication crée un cercle vicieux. Les médias n'y sont pas pour rien, en particulier la télévision. L'ouverture d'un journal

« En ces temps de crise, il faut dépasser l'indignation pour choisir l'action et l'engagement »

télévisé de 20 heures est une espèce de secousse tellurique quotidienne qui vous montre d'abord tout ce qui ne va pas dans le monde.

Je veux dire aux Français : ne vous comportez pas comme le lapin devant des phares de voiture, ne soyez pas fascinés par tout ce qui ne va pas, par tout ce qui est morbide. Sachez orienter votre regard vers ce qui fonctionne. Prenez exemple sur vos vies personnelles. Vous n'imposez pas à vos proches tous vos soucis et vos états d'âme. Vous la jouez plutôt positive. Essayons de faire la même chose à l'échelle collective.

Pour ce dimanche, par exemple : souriez et riez ! Un enfant le fait 300 fois par jour, un adulte moins de 20 fois. Nous savons que le travail des zygomatics rend notre visage plus avenant et alimente aussi notre cerveau, pour créer le cercle vertueux du bonheur et diffuser de la joie autour de nous. Exprimez aussi votre gratitude. Passez un coup de fil, envoyez un SMS et dites merci. Enfin, faites quelque chose ensemble : en famille, entre amis pour un jeu, un challenge ou un petit défi de groupe. ●



Le Printemps de l'optimisme fait front à la morosité



Pour sa deuxième édition ce samedi 21 mars, le Printemps de l'optimisme devrait faire le plein au Conseil économique, social et environnemental; Paris et réunir près de 5 000 personnes.

Le Printemps de l'optimisme. Pour sa deuxième édition ce samedi 21 mars, cet événement devrait faire le plein au Conseil économique, social et environnemental (la professeur de bonheur Florence Servan-Schreiber (auteur de *3 Kifs par jour*), le président de l'Association française de psychologie positive, Jacques Lecomte, le généticien François Taddei, les sportifs Philippe Croizon (athlète handicapé) et Catherine Destivelle (alpiniste) mais aussi des dirigeants d'entreprise, des groupements comme la Fabrique Spinoza, think tank du bonheur citoyen, et de nombreux médias et partenaires économiques et associatifs. Tous ont en commun une approche positive de la vie et des questions de société. Utopistes ou doux rêveurs, diront certains. Entrepreneurs et créateurs, rétorqueront d'autres. "Il est temps d'en finir avec l'idée selon laquelle l'optimisme est...

Lire la suite sur [Le Point.fr](#)



La boîte à peurs

par *Concentredebonheur*



Peur et bonheur ne font pas bon ménage d'après nos croyances. C'est pourtant un couple avec lequel nous devons composer chaque jour. Le bonheur ne va pas sans la peur d'oser affronter son quotidien et la peur précède ou succède toujours au bonheur. Parfois même, elle se mélange à lui. Et alors que nous nous sentons heureux, soudain nous tremblons. La peur, cette exigeante souveraine, fait son apparition pour revendiquer ses droits de vie ou de mort sur nos pensées, sur nos actes, sur nos rêves et ainsi sauvegarder son territoire. Une phrase, un geste, un regard et la voilà qui s'amarre à notre coeur. Des plus anodines aux plus invalidantes, nos peurs conditionnent notre destinée. Entre la peur de vivre, la peur de grandir, la peur de vieillir puis celle de mourir: une vie entière s'écoule. Et pourtant nous avons le pouvoir non pas de faire disparaître la peur de notre vie mais de l'appivoiser, de la transcender, de la transformer.

Ainsi hier, lors de mon intervention au Printemps de l'optimisme, j'ai invité les spectateurs à me laisser leurs peurs en partant. Ils les ont déposées dans une boîte spécialement conçue pour accueillir doutes, angoisses, phobies et inquiétudes. Ce coffre ultra-sécurisé porte le doux nom de « Boîte à Peurs ». Puis je leur ai fait deux promesses: faire partir leurs peurs en fumée et en poster la preuve sur mon blog « Concentré de bonheur ! ».

Chose promise chose due. Cette chronique leur est donc tout spécialement dédiée (à vous aussi mes AdulésLect'ORs!)



www.paperblog.fr

Pays : France

Dynamisme : 962



Page 2/4

[Visualiser l'article](#)

Chers spectateurs du Printemps de l'Optimisme,

Je suis donc repartie hier après-midi avec vos peurs entre les mains. La boîte était pleine à craquer et pour cela je vous rends grâce. Merci de m'avoir accordé votre confiance. Comme promis, la Boîte à Peurs fut sous haute surveillance toute la journée et je peux vous assurer qu'aucune n'a pu en réchapper. Je fus intraitable.



Elles sont donc toutes parties en fumée... Certaines ont bien fait quelques tentatives d'évasion profitant d'une brise favorable mais je n'ai rien lâché et toutes ont terminées leur existence au fond de ce pot en zinc dans une flambée enthousiaste à laquelle cette photo ne rend pas grâce, la flamme ayant parfois atteint des sommets inquiétants. Vos peurs étaient sans doute incendiaires !



J'ai laissé ce feu crépitant s'éteindre de lui-même profitant jusqu'au bout de sa douce chaleur. Je sentais un vent nouveau souffler pour vous 😊



Désormais il vous appartient de poser le premier pas vers plus de liberté. Et ce galet de couleur représente votre peur transformée. Il symbolise le tout premier pas, le premier acte que vous allez poser afin d'oser exprimer votre potentiel. Osez vous engager ! Passer ce contrat avec vous: Même pas peur d'agir ! Oser jeter votre sac à dos par dessus votre mur de peurs. Vous en êtes capables. Je n'en doute pas un instant.

Demandez-vous: Que puis-je faire pour moi aujourd'hui qui m'aide à apprivoiser au moins l'une de mes peurs ? Quel acte, même petit, me rapprochera un peu de plus de mes rêves ?

Gardez ce galet à portée de main, à portée de coeur. Il vous accompagnera tel un compagnon de route protecteur veillant sur vos rêves, vous invitant à faire face à vos peurs, toutes vos peurs, qu'elles soient petites ou grandes, pour qu'enfin elles ne vous empêchent plus de vivre la vie que vous vous êtes promis.



Une dernière chose: Je vous propose de créer une boîte à victoires, une boîte à ressources, une boîte à bonheur, bref, quel que soit le nom que vous lui donniez, ce coffre aux trésors doit contenir ce qui vous anime, vos ressources, vos qualités, vos rêves, etc...

Voici le mien. C'est un coffret que je remplis régulièrement de jolis galets sur lesquels je note tout ce qui constitue les ressources sur lesquelles je peux compter pour réaliser mon potentiel. Qualité, Valeur, Personne-ressource, Compétence, etc... Je garde ainsi dans ce coffret, un précieux rappel de ce qui m'anime, de ce qui fait ma force et mon authenticité. Et il m'arrive de temps à autre de l'ouvrir lorsque je me sens chahutée par la vie et que ces remous me font croire que je ne suis pas capable de les affronter. Je plonge alors mes mains dans cette réserve de ressources qui constitue le trésor de ma richesse intérieure.

www.paperblog.fr

Pays : France

Dynamisme : 962



[Visualiser l'article](#)

Et pour terminer cette brûlante chronique, et comme dirait notre ami Jacques, je vous souhaite des rêves à n'en plus finir et la furieuse envie d'en réaliser quelques-uns !

Belle continuation à tous !

Tout ce que vous avez toujours voulu
est juste de l'autre côté de la peur.



George Addair



Voilaleprintemps.com



V'là le printemps ! Le prétexte fonctionne et les événements bourgeonnent, Clermont-Ferrand y consacre deux jours sur le thème de “la nutrition en phase d'agression” (*sic*), courez-y, sur [Journesdeprintemps.com](#), vous saurez quoi manger face au fisc... à part du chocolat !

Le printemps de Bourges, lui, nous présente une collection d'artistes en tout genre, forcément branchés, sur [Printemps-bourges.com](#). Si cela ne vous plaît pas, vous pouvez toujours vous changer les idées au [Printempsducinema.com](#), merci la BNP ! Même mon banquier est de bonne humeur.

Les économistes, eux, profitent des beaux jours pour s'interroger sur le réchauffement de la planète. Normal, ils font la pluie et le beau temps avec [Printempsdeleco.fr](#), même si la croissance reste glaciale.

On retombe sur les fondamentaux pour remettre l'entreprise au centre de la croissance : les étudiants connaissent-ils et aiment-ils les entreprises de leur région, à vérifier à Lorient notamment, en Bretagne, ou sur [Printemps-entreprise.com](#).

Le [Printempsdeloptimisme.com](#) a décidé de jouer le tout pour le tout et nous propose une garden-party avec tout ce qui est agréable, vous trouverez des animations, des massages, de la bonne bouffe... sur une vraie réflexion.

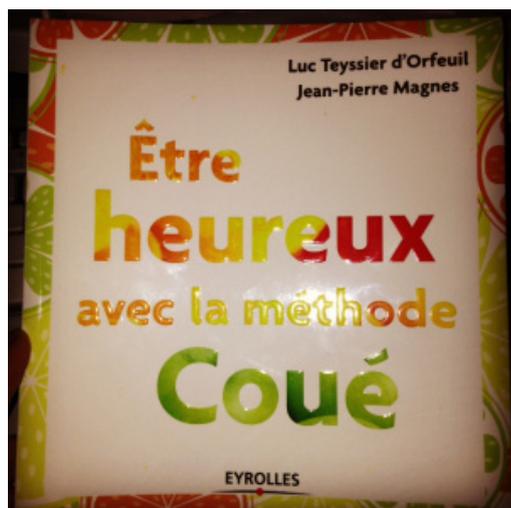
Plus de fessées... mais attention, le printemps de l'éducation nous promet de bons élèves : rendez-vous sur [Printemps-education.org](#).

Comme dit le proverbe afghan, « *ils peuvent tuer toutes les hirondelles, ils n'empêcheront pas la venue du printemps !* » Vive la méthode Coué.



Être heureux avec la méthode Coué

Encore un livre sur le bonheur ?!?



Ben oui ! J'insiste.

Le 20 mars, c'était la **journée internationale du Bonheur**. Comme je suis un peu anticonformiste, je ne me voyais pas faire comme tout le monde, c'est à dire vous parler de bonheur. Je vous ai laissé un peu de répit. :-) Sympa, non ?

Parce qu'il faut bien se l'avouer, c'est quand même du boulot d'avoir ce genre d'objectif, surtout quand on voudrait être heureux à plein temps.

En tout cas, le sujet n'a jamais été aussi tendance. Il n'y a qu'à voir les librairies, allumer la télévision ou feuilleter un magazine, la préoccupation est constante et tout azimut (travail, famille, patrie). Le week-end dernier, on en parlait encore lors du **Printemps de l'Optimisme** organisé à Paris par **Thierry Saussez**.

On veut être heureux en France !

En Europe, ce sont les pays nordiques (Suede, Norvège, Danemark, Finlande) qui se déclarent les plus Heureux. La suisse n'est pas en reste non plus. En France, on voit émerger des personnalités inspirantes pour nous guider : Matthieu Ricard, Florence Servan-Schreiber, Sophie Machot mais aussi Luc Teyssier d'Orfeuill et plein d'autres.

Alors bon, comment être heureux ? Comment se sentir pleinement satisfait de sa vie ? Ben, oui comment ?

La semaine dernière, j'ai eu la chance de rencontrer Luc Teyssier d'Orfeuill, sémiologue spécialiste de la méthode Coué, auteur mais aussi formateur et coach en entreprise. Vous retrouverez d'ailleurs prochainement sur Bienheureusement! une interview sur la thématique du mieux manager en entreprise.

bienheureusement.fr

Pays : France

Dynamisme : 4

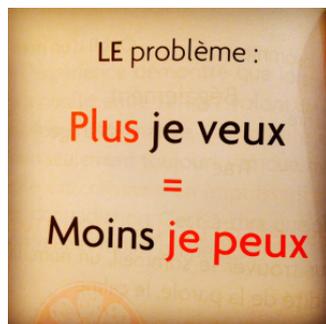
[Visualiser l'article](#)

En attendant, je vous propose de découvrir la méthode Coué avec un petit livre ludique dont il est le co-auteur avec Jean-Pierre Magnès.

Heureux avec la méthode Coué – Le livre La méthode Coué, qu'est-ce que c'est ?

Déjà, ce n'est pas une émission télévisée (ou de radio) dont la qualité hypnotique nivelle l'intellect de son spectateur par le bas. Non Non.

Ce n'est pas non plus une technique d'auto-suggestion consciente et mensongère. J'ai encore les images du sketch de Dany Boon qui met en scène un vrai dépressif, les pouces en l'air, chantonnant une petite chanson pour essayer de se convaincre que : **je vais bien, tout va bien !**



La méthode Coué est d'une **simplicité** et d'une **efficacité redoutable**, qui, une fois que nous en avons saisi les grandes lignes peut nous aider à avancer très vite sur notre chemin de vie.

Bien qu'antérieure à l'école de Palo Alto, la méthode Coué est très proche de la PNL, de la pensée positive, de la loi de l'attraction. En réalité, les américains n'ont rien inventé !!! Un petit pharmacien de l'Est de la France avait déjà créée une méthode hyper puissante au début du XXème siècle !!

COCORICO, j'ai envie de dire !

Très facile à lire (comptez 1 heure) et à relire, ce petit livre-bijou saura charmer ceux qui fuient les livres de développement personnel ou/et ceux qui mettent 4 ans à lire un roman.

C'est écrit gros, c'est coloré, et le graphisme est joliment vitaminé, ce que mes photos ne restituent pas.

Testé en réel sur mon volontaire représentatif de l'exemple décrit ci-dessus, j'ai obtenu le feed-back suivant qui m'a donné l'impression d'avoir gagné au loto : « C'est intéressant, je vais le relire » !!!!

Bref, par le biais de petits exercices vous allez pouvoir explorer cette méthode et comprendre pourquoi la pensée positive que vous pratiquez peut-être déjà, ne fonctionne pas. Ce livre est à mettre entre toutes les mains de manière **URGENTE**.

Être heureux avec la méthode Coué

Aux éditions Eyrolles

Luc Teyssier d'Orfeuill & Jean-Pierre Magnès

Tarif : 12,90€

Acheter sur Amazon



Souriez, riez, choisissez l'optimisme !

L'opinion de Thierry Saussez, le créateur du **Printemps de l'optimisme**, un mouvement qui a réuni 5.000 personnes samedi à Paris. Dernier livre: 50 bonnes raisons de choisir l'optimisme.



Dans un monde marqué par les crises, la mobilisation d'énergies positives est nécessaire. Il y a une différence fondamentale entre optimistes et pessimistes. Face à une difficulté, ces derniers ont tendance à dire : c'est foutu, on n'y arrivera jamais ; les premiers pensent qu'il y a toujours une solution.

En ces temps où la barbarie et l'extrémisme exercent une telle menace, nous affirmons qu'il faut dépasser l'indignation proclamatoire pour faire de l'engagement un axe fondamental de notre action. C'est la somme de nos engagements qui fera une société plus unie, plus bienveillante. Et ce, quelle que soit sa forme : vies locale, associative, économique, politique, syndicale, développement des entreprises, etc.

Le meilleur moyen d'être optimiste, c'est d'agir. La France est un pays formidable où les progrès scientifiques et technologiques sont énormes. Mais le pays vit avec un incroyable paradoxe visible dans les sondages que nous avons commandés pour le **Printemps de l'optimisme** : 70 à 80% des Français se déclarent plutôt heureux dans leur vie personnelle. Pourtant, ces mêmes 70 à 80% forment collectivement le peuple le plus pessimiste du monde.

Si on fait, ensemble, de la bataille de l'optimisme une cause nationale, elle apportera des bienfaits à la vie collective de notre pays. Car cette morosité collective, cette crainte de l'avenir n'est pas bonne pour la consommation, ni pour l'investissement, ni pour la création d'emplois. Elle empêche le financement de la solidarité.

La politique a un peu de mal à porter le message de l'optimisme. Beaucoup de responsables politiques ont peur de donner l'impression aux Français qu'ils ne ressentent pas leur sentiment de galère. Cette communication crée un cercle vicieux. Les médias n'y sont pas pour rien, en particulier la télévision. L'ouverture d'un journal télévisé de 20 heures est une espèce de secousse tellurique quotidienne qui vous montre d'abord tout ce qui ne va pas dans le monde.

Je veux dire aux Français : ne vous comportez pas comme le lapin devant des phares de voiture, ne soyez pas fascinés par tout ce qui ne va pas, par tout ce qui est morbide. Sachez orienter votre regard vers ce qui fonctionne. Prenez exemple sur vos vies personnelles. Vous n'imposez pas à vos proches tous vos soucis et vos états d'âme. Vous la jouez plutôt positive. Essayons de faire la même chose à l'échelle collective.

www.lejdd.fr
Pays : France
Dynamisme : 72



[Visualiser l'article](#)

Pour ce dimanche, par exemple : souriez et riez! Un enfant le fait 300 fois par jour, un adulte moins de 20 fois. Nous savons que le travail des zygomatiques rend notre visage plus avenant et alimente aussi notre cerveau, pour créer le cercle vertueux du bonheur et diffuser de la joie autour de nous. Exprimez aussi votre gratitude. Passez un coup de fil, envoyez un SMS et dites merci. Enfin, faites quelque chose ensemble : en famille, entre amis pour un jeu, un challenge ou un petit défi de groupe.



Un soir à la tour Eiffel avec Josiane Balasko

Émission du 25/03/2015

Sommaire USTE - 25/03/2015 - Josiane Balasko

Alessandra Sublet revient cette semaine au premier étage de la tour Eiffel aux côtés de Josiane Balasko. Des planches du théâtre du Splendid aux plateaux de cinéma, la comédienne que l'on ne présente plus reviendra sur sa carrière et présentera ses projets à venir aux côtés de Gaël Sliman, Audrey Pulvar, Robin Reda, Thierry Saussez, Francois Malye et du Dr Sydney Ohana.



22.40 Un soir à la Tour Eiffel

Alessandra Sublet est aux côtés de Josiane Balasko. Des planches du théâtre du Splendid aux plateaux de cinéma, la comédienne reviendra sur sa carrière et présentera ses projets à venir aux côtés de Gaël Sliman, Audrey Pulvar, Robin Reda, Thierry Saussez, Francois Malye et du Dr Sydney Ohana.



Mercredi 25 mars 2015

- 12h30 **BFM Business** : M. Ludovic BLECHER, directeur général du Fonds pour l'innovation numérique de la presse (FINP) Google-AIPG ("L'invité d'Hedwige Chevillon").
- 22h40 **France 2** : M. Thierry SAUSSEZ, consultant en communication (Ecllosion SARL), créateur du Printemps de l'optimisme ("Un soir à la Tour Eiffel").



Un soir à la Tour Eiffel (France 2): les invités du mercredi 25 mars



Alessandra Sublet reçoit Josiane Balasko.

Les 3 chroniqueurs d'un soir : Anna Cabana, Willy Rovelli, Philippe Vandel.

Accompagnés de nombreux invités, ils débattront autour de sujets qui ont marqué l'actu de la semaine :

► Au lendemain de la tragédie du crash aérien de l'A320, débat sur la sécurité aérienne dans les vols à bas coût.

Avec notamment Michel Chevalet, Gérard Fledzer et François Nenin.

► Pourquoi les français détestent les politiques ? Selon une enquête du Cevipof, seuls 2% des Français éprouveraient du respect pour leurs hommes et femmes politiques. Pourquoi cette défiance ? L'abstention et le vote constestataire des départementales en sont-ils l'illustration ?

Avec notamment Audrey Pulvar, Thierry Saussez, Gaël Slimane et Marc Dugain.

► La chirurgie esthétique va-t-elle trop loin ? Entre les femmes qui se font opérer des talons pour porter certaines chaussures, celles qui maltraitent leurs tibias pour grandir et tous ceux qui, hommes et femmes, interviennent sur leurs parties intimes pour de simples raisons esthétiques, les opérations font de plus en plus débat. Avec en ligne de mire les scandales réguliers qui secouent cette industrie...

Avec notamment François Malye, Sydney Ohana...

Et toujours les «Very Bad Tweets» et "Alex a lu", la revue de presse d'Alex Vizorek...



Jacques Chirac et son « swag » : une nostalgie française, selon « The Economist »



Discussion sur la page Facebook "Fuck Yeah Jacques Chirac". Photo : alors premier ministre de François Mitterrand, M. Chirac se repose à bord du Concorde, en route vers la Nouvelle-Calédonie (crédit : Jack Garofalo pour "Paris Match").

Jacques Chirac est cool. C'est un effet connu de l'éloignement dans le temps de son passage au pouvoir. Les enquêtes de popularité le prouvent, et les hommages taquins sur Internet aussi (voir le plus ancien ici, le plus récent ici). Le magazine britannique *The Economist* découvre cet état de fait, s'en étonne, et nous offre une perspective dépassionnée. On en trouvera sur le site de *Courrier international* une traduction intégrale en français.

Constat : *"L'ancien président de la République fait un étrange come-back comme icône de la mode."* Le terme est fort, la source : une courte revue de t-shirt imprimés à l'effigie de l'ancien président réalisée par le magazine *Grazia*. Jacques Chirac est une *"incarnation d'une désinvolture à la française"*, poursuit *The Economist*, une référence probable au fameux "swag" de l'ancien président.

"Cinq ans après avoir quitté ses fonctions, le fondateur de l'UMP était déjà redevenu le responsable politique le plus populaire de la droite. Il fait désormais bonne figure parmi ses prédécesseurs de la Ve République. D'après un récent sondage, il est le président qui incarnait le mieux – avec le général de Gaulle – les valeurs d'optimisme aux yeux des Français."

"Nostalgie illusoire du bon vieux temps"

Le sondage douteux que mentionne ici le vénérable magazine libéral, on en trouve trace, encore, dans *Grazia*. Il a été commandité par le Printemps de l'optimisme (slogan : "Le festival des énergies positives"). En fouillant un peu, sur le même sujet, nous avons trouvé cette intéressante comparaison de la taille respective des présidents de la Ve République: 1,93 m ; 1,83 m ; 1,89 m ; 1,73 m ; 1,89 m ; 1,68 m ; 1,73 m, dans l'ordre, selon le magazine *Télé Star*. Une information qui ne fait en rien avancer le débat, mais que nous posons là.

Le bilan de Jacques Chirac *"n'est pourtant pas glorieux"*, note *The Economist*. Sous sa présidence, *"le chômage a atteint les 10 %, les déficits se sont creusés, les Français ont dit non à l'Europe et les banlieues se sont enflammées. A son départ de l'Élysée, Chirac était même accusé de détournement de fonds en tant qu'ancien maire de Paris dans les années 1990. Il ne pouvait alors espérer entrer dans l'histoire que*

bigbrowser.blog.lemonde.fr

Pays : France

Dynamisme : 7



[Visualiser l'article](#)

grâce à son opposition à l'intervention américaine en Irak et sa reconnaissance du rôle de l'Etat français dans la déportation des Juifs".

Malgré tout, les gens aiment bien Jacques Chirac. "*Les Français aiment se complaire dans cette nostalgie illusoire du bon vieux temps*", conclut, comme à son habitude, *The Economist*, qui cite pour appuyer son argument l'analyse d'un fabricant de t-shirts à l'effigie de Jacques Chirac.

D'autres arguments

On est un peu déçu. Il y a tout de même d'autres arguments. La maladie, qui a fait de Jacques Chirac un vieux monsieur fragile. Son détachement de la vie politique. Le charisme du personnage. Sa relation corrézienne avec François Hollande, qui sonne comme une forme d'union nationale. Et sa bonhomie, réelle. La reporter du *Monde*, Béatrice Gurrey, rappelle ainsi dans son livre *Les Chirac. Les secrets d'un clan*, que pendant la cohabitation, Lionel Jospin répétait à ses ministres : "*Arrêtez de dire que Chirac est sympa.*" Cela l'énervait, mais c'était vrai.

fr.news.yahoo.com

Pays : France

Dynamisme : 906



Page 1/2

[Visualiser l'article](#)

Jacques Chirac et son « swag » : une nostalgie française, selon « The Economist »




LeMonde.fr/faq - Jacques Chirac et son « swag » : une nostalgie française, selon « The Economist »

Discussion sur la page Facebook "Fuck Yeah Jacques Chirac". Photo : alors premier ministre de François Mitterrand, M. Chirac se repose à bord du Concorde, en route vers la Nouvelle-Calédonie (crédit : Jack Garofalo pour "Paris Match").

Jacques Chirac est cool. C'est un effet connu de l'éloignement dans le temps de son passage au pouvoir. Les enquêtes de popularité le prouvent, et les hommages taquins sur Internet aussi (voir le plus ancien ici, le plus récent ici). Le magazine britannique *The Economist* découvre cet état de fait, s'en étonne, et nous offre une perspective dépassionnée.

Constat : *"L'ancien président de la République fait un étrange come-back comme icône de la mode."* Le terme est fort, la source : une courte revue de t-shirt imprimés à l'effigie de l'ancien président réalisée par le magazine *Grazia*. Jacques Chirac est une *"incarnation d'une désinvolture à la française"*, poursuit *The Economist*, une référence probable au fameux "swag" de l'ancien président.

"Cinq ans après avoir quitté ses fonctions, le fondateur de l'UMP était déjà redevenu le responsable politique le plus populaire de la droite. Il fait désormais bonne figure parmi ses prédécesseurs de la Ve République. D'après un récent sondage, il est le président qui incarnait le mieux – avec le général de Gaulle – les valeurs d'optimisme aux yeux des Français."

"Nostalgie illusoire du bon vieux temps"

fr.news.yahoo.com

Pays : France

Dynamisme : 906

[Visualiser l'article](#)

Le sondage douteux que mentionne ici le vénérable magazine libéral, on en trouve trace, encore, dans *Grazia*. Il a été commandité par le Printemps de l'optimisme (slogan : "Le festival des énergies positives"). En fouillant un peu, sur le même sujet, nous avons trouvé cette intéressante comparaison de la taille respective des présidents de la Ve République: 1,93 m ; 1,83 m ; 1,89 m ; 1,73 m ; 1,89 m ; 1,68 m ; 1,73 m, dans l'ordre, selon le magazine *Télé Star* . Une information qui ne fait en (...) **Lire la suite sur lemonde.fr**



Vu de Twitter : "Un soir à la Tour Eiffel", ce café du commerce de la télé

REVUE DE TWEETS – Mercredi 25 mars, "Un soir à la tour Eiffel" sur France 2 recevait Josiane Balasko, Audrey Pulvar et Marc Dugain entre autres. Pour parler de quoi ? De tout et de rien, comme d'hab'.

visuel indisponible

"Un soir à la tour Eiffel" : un magazine d'actualité, de débat ou de décoration ? Photo : FRANCE 2
Au lendemain du crash aérien de l'A320, Alessandra Sublet a lancé un débat sur la sécurité aérienne des vols à bas coût. Avant d'en lancer un autre : selon une enquête du Cevipof, seuls 2 % des Français éprouveraient du respect pour leurs hommes politiques. Pourquoi cette défiance ? Pour en discuter, Audrey Pulvar, [Thierry Saussez](#), Gaël Slimane et Marc Dugain étaient sur le plateau. Une fois le sujet épuisé, on en a trouvé un autre : les opérations à risque dans la chirurgie esthétique. Pour ou contre, Josiane Balasko ?

On mélange les sujets et les invités et on secoue bien

On l'aura compris, *Un soir à la tour Eiffel*, c'est un peu le café du commerce de la télé. On y parle de tout et de rien, on y mélange les invités, experts, people, acteurs, écrivains, personnalités du PAF... Les Twittos, qui nourrissent le café du commerce d'internet, se joignent volontiers à ces bavardages plus ou moins appropriés. En chantant au passage les louanges de Balasko, qui parle un peu plus fort que les autres.

Josianne Balasko et Alessandra Sublet ont le même rose a levres ## #usalte #unsoiralatoureiffel

— Pretty Boy Floyd Jr (@tonintorres18) 25 Mars 2015

@alsublet C'est la première fois que je regarde #UnsoiralaTourEiffel et j'ai vraiment bien aimé et trouvé les sujets intéressants. #ustef2

— Johnny Tramontin (@johnny101172) 25 Mars 2015

Balasko qui ouvre sa gueule. Toujours aussi géniale. ## #USTE

— Cha Namura (@lavraiecha) 25 Mars 2015

Qu'on ne l'aime ou pas Mme #JosianeBalasko est vraiment une immense actrice, je n'oserai dire du mal d'elle, je l'adore ! #USTE @alsublet

— Rémy (@WtsRemy) 25 Mars 2015

"Le FN n'est pas 1er parti de France c'est le 1er parti de ceux qui votent" #JosianeBalasko #USTE Bravo Josiane ##

— Renaud (@RenaudCFM) 25 Mars 2015

Si je ne suis pas élu en 2017, je quitte la vie politique et je monte un fan club Audrey Pulvar! @AudreyPulvar #uste pic.twitter.com/YK5pD4mRyo



[Visualiser l'article](#)

— Georges Marchais (@G_Marchais_PCF) 25 Mars 2015

Marc Dugain a dit le mot juste : nous n'avons plus de considération pr les hommes politiques car ils n'en ont pas pour nous... #USTE

— Arnaud de St-Germain (@A_de_St_Germain) 25 Mars 2015

RT "@sylvie_bert: #uste C'est fou de dire qu'on attend trop des politiques quand on attend juste qu'ils respectent leur parole!" :-)

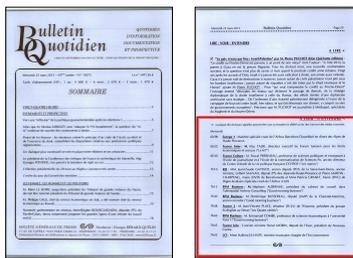
— Mace-Scaron Joseph (@MaceScaron) 25 Mars 2015

Ne cherchez pas Monsieur le réalisateur :) @AudreyPulvar n'a pas besoin de chirurgie esthétique :) #USTE

— chrisAPteam (@chAPteam) 25 Mars 2015

"@DanRomandini: Les Lunettes d'Audrey Pulvar sont en écaille de bureau de Radio-France. #USTE" J'ai ri !! :)

— Audrey PULVAR (@AudreyPulvar) 26 Mars 2015



A VOIR - A ENTENDRE <

→ La plupart des émissions signalées peuvent être vues ou écoutées en différé sur les sites Internet des médias concernés.

Mercredi

- 6h/9h **Europe 1** : Matinée spéciale crash de l'Airbus Barcelone Dusseldorf en direct des Alpes de Haute Provence.
- 6h20 **France Inter** : M. Alaa TALBI, directeur exécutif du Forum tunisien pour les droits économiques et sociaux ("Le 6/7")
- 6h30 **France Culture** : M. Pascal PERRINEAU, professeur de sciences politiques et enseignant à l'Ecole de journalisme et à l'Ecole de la communication de Sciences Po, ancien directeur du Centre d'étude de la vie politique française-CEVIPOF ("Les matins")
- 7h10 **RFI** : MM. Jean-Claude GAYSSOT, ancien député (PCF) de la Seine-Saint-Denis, ancien ministre, Gilbert SAUVAN, député (PS) des Alpes-de-Haute-Provence et Pierre MARTIN - CHARPENEL, maire (DVD) de Barcelonnette et Mme Patricia GRANET, Maire (DVG) de Digne-les-Bains (Spéciale crash de l'Airbus A320)
- 7h15 **BFM Business** : M. Stéphane ALBERNHE, président du cabinet de conseil dans l'aérospatial Archery Consulting ("Good morning business")
- 7h30 **BFM Business** : M. Dominique BUSSEREAU, député (UMP) de la Charente-Maritime, ancien ministre ("Good morning business")
- 7h38 **France 2** : M. Jean-Vincent PLACE, sénateur (EE-LV) de l'Essonne, président du groupe écologiste au Sénat ("Les Quatre vérités")
- 7h45 **BFM Business** : M. Emmanuel COMBE, professeur de sciences économiques à l'université Paris I ("Good morning business")
- 7h45 **France Info** : L'ancien ministre Hervé MORIN, député de l'Eure, président du Nouveau Centre
- 7h45 **LCI** : Mme Hakima EL-HAITE, ministre marocaine chargée de l'Environnement



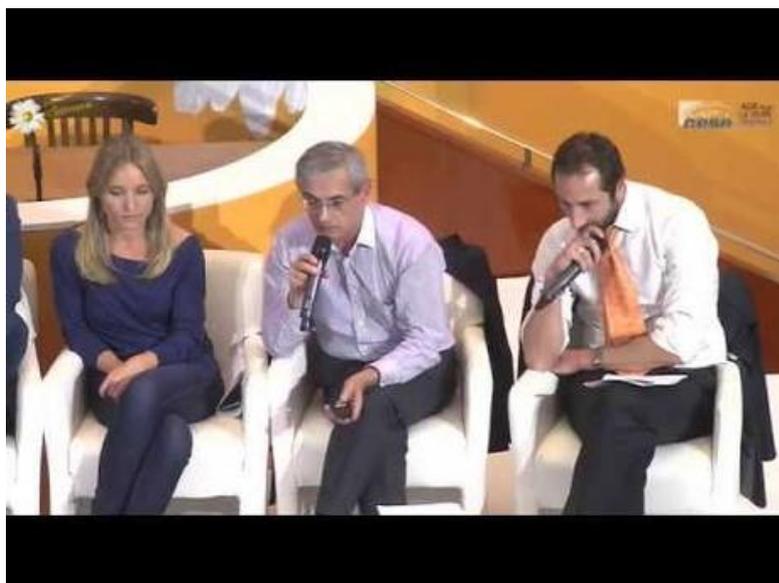
- 7h50 **Radio classique** : M. Eric CIOTTI, député (UMP) des Alpes-Maritimes
- 7h50 **RFI** : M. Thierry MANDON, secrétaire d'Etat chargé de la Réforme de l'Etat et de la Simplification ("L'invité de la rédaction")
- 7h50 **RTL** : M. Bernard CAZENEUVE, ministre de l'Intérieur ("L'invité de RTL" - M. Jean-Michel APHATIE)
- 8h10 **Sud radio** : Mme Marielle de SARNEZ, députée européenne, vice-présidente du MoDem
- 8h15 **Radio classique** : M. Jean-Christophe CAMBADELIS, député (PS) de Paris, Premier secrétaire du PS.
- 8h30 **LCP Assemblée nationale** : Mme Najat VALLAUD-BELKACEM, ministre de l'Education nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche ("Politique Matin")
- 10h20 **LCP Assemblée nationale** : Mme Catherine COUTELLE, députée (PS) de la Vienne ("Le député du jour")
- 10h15 **BFM Business** : M. Philippe CREVEL, secrétaire général du Cercle des épargnants ("Intégrale Placements")
- 12h00 **RMC** : MM. Thierry SOLERE, député (UMP) des Hauts-de-Seine, Olivier FALORNI, député (RRDP) de la Charente-Maritime et Alexis CORBIERE, secrétaire national du Parti de Gauche (Les grandes gueules")
- 12h30 **BFM Business** : M. Ludovic BLECHER, directeur général du Fonds pour l'innovation numérique de la presse (FINP) Google-AIPG ("L'invité d'Hedwige CHEVRILLON")
- 14h55 **France 3** : Mme Marie-George BUFFET, députée (GDR) de la Seine-Saint-Denis, ancienne ministre, puis séance des questions au gouvernement à l'Assemblée nationale
- 16h00 **LCP Assemblée nationale** : MM. Laurent GRANDGUILLAUME, député (PS) de la Côte-d'Or et Philippe GOSSELIN, député (UMP) de la Manche ("La séance continue")
- 18h00 **BFM Business** : M. François de RUGY, député (EE-LV) de la Loire-Atlantique, coprésident du groupe Ecologiste à l'Assemblée nationale ("Le Grand Journal")
- 19h00 **Radio Orient** : Mme Myriam EL KHOMRI, secrétaire d'Etat chargée de la Politique de la ville
- 20h30 **LCP Assemblée nationale** : M. Florian PHILIPPOT, vice-président du Front national ("Questions d'Info")
- 22h40 **France 2** : M. Thierry SAUSSEZ, consultant en communication (Ecllosion SARL), créateur du Printemps de l'optimisme ("Un soir à la Tour Eiffel")
- 23h20 **France 3** : M. Bernard CAZENEUVE, ministre de l'Intérieur ("Avenue de l'Europe ; le mag")



[Visualiser l'article](#)

Éducation positive #avenir

Passionnant ! Conférence au Printemps de l'optimisme sur le thème « d'une éducation plus positive » dans laquelle intervient mon amie Audrey Akoun de la Fabrique à Bonheurs et animée par Alexandre Jost de la Fabrique Spinoza, ils sont entourés de conférenciers passionnés. #amazing #viveleprintemps #merci





Cela reste entre nous...

L'animateur de M6 Alex Goude est papa pour la première fois d'un petit Elliott, né le 11 février dernier. Vanessa Paradis a offert un grille-pain à Johnny Depp et à Amber Heard comme cadeau de mariage ! • Vingt ans après son tube « Dieu m'a donné la foi », Ophélie Winter est entrée en studio pour préparer son grand retour. • Mylène Farmer publiera courant mai son troisième livre, « Fragile » : des photos d'elle dans la boue et la glaise • Stéphane Bern co-animera avec Marianne James l'Eurovision en direct de Vienne le 23 mai prochain. • François Feldman remplace Jean-Luc Lahaye sur la tournée « Stars 80 » suite à ses déboires judiciaires. • À 26 ans, la chanteuse Sheryfa Luna, révélée par « Popstars » et maman de Vénus Junior, 7 ans, a donné naissance à un second petit. • Charles de Gaulle est le président français qui incarne le mieux l'optimisme, selon Thierry Saussez. • Benjamin Biolay quitte Naïve pour rejoindre Barclay, maison de disques de Vanessa Paradis. Son disque est annoncé pour septembre.



L'onde positive



par **Thierry Saussez**

Fondateur du printemps
de l'optimisme

Comptez sur le rythme, pas sur la chance

On peut gloser indéfiniment sur la différence entre le hasard et la chance, les causes fortuites et les probabilités.

Nul doute qu'un heureux hasard ou une chance inouïe peut produire, notamment dans le jeu, un résultat inespéré.

Néanmoins, pour l'essentiel, ne comptez ni sur l'un ni sur l'autre. Vous risqueriez d'attendre longtemps.

Après une difficulté ou un échec, il vous est sans doute arrivé de vous dire, comme beaucoup : « *Je n'ai vraiment pas de chance* ». Cela n'a aucun sens. Au jeu comme dans la vie, il n'y a pas de chance, il n'y a que du rythme, par exemple jouer peu lorsqu'on perd et gros quand on gagne.

D'une façon générale, en particulier dans la vie professionnelle, on ne l'emporte jamais tout le temps et on ne perd jamais systématiquement. En fait, les personnes que l'on dit généralement chanceuses vont à la rencontre de ce que Machiavel appelait la bonne fortune. Elles prennent des initiatives, multiplient les contacts, s'inscrivent dans un réseau ou le développent. Dès lors, elles accroissent la capacité de trouver l'âme sœur, un emploi, un appartement, etc.

C'est l'énergie et non une hypothétique chance qui donne le rythme. C'est la *virtus* au sens antique, la volonté, l'esprit de conquête, aller de l'avant, mouiller sa chemise.

Avec cette vertu on se désespère naturellement moins d'une contrariété. On garde confiance. On reste optimiste. On analyse les raisons des difficultés pour contourner l'obstacle ou saisir l'opportunité suivante.

L'essentiel est de ne jamais se démobiliser et encore moins de croire que la chance est toujours avec vous.

Il vous est sans doute arrivé, comme à moi, une aventure assez classique. Vous présentez un projet, une proposition. Tout se passe merveilleusement bien. Et rapidement. Votre interlocuteur va regarder cela de près. À la sortie vous criez « Yes ! ». Comme si c'était gagné d'avance. Pourtant il ne se passera rien. L'explication est simple. Votre interlocuteur n'est pas motivé mais il n'a nulle envie de vous contrarier ni de perdre son temps en discussions pour un projet qu'il n'a pas l'intention de mettre en œuvre. À l'inverse, bien des propositions que l'on peut croire vouées à l'échec, tant l'approche de votre interlocuteur semble négative, aboutissent finalement à des résultats positifs. La critique peut être source d'implication.

À la base du rythme, figure ce précepte simple : rien ne va jamais aussi bien qu'on le croit, rien ne va jamais aussi mal qu'on le pense.

En toutes circonstances, l'optimiste reste lucide. Il ne baisse pas la garde. Il sait que rien n'est jamais gagné d'avance, que tout se mérite. Il sait, lorsque vous êtes trop sûr de vous, qu'il y aura souvent quelqu'un pour vous donner un coup derrière la tête, afin de vous apprendre à la baisser. Mais, plus encore – combien de fois l'ai-je vécu ? – il n'oublie pas que rien n'est jamais perdu. On peut d'autant plus gagner que la situation semble perdue. C'est le moment de se concentrer, de mobiliser toutes ses forces, d'accélérer le tempo.

C'est le challenge ultime, sans filet, le temps de la réaction ultra rapide.

Le rythme et l'énergie vitale constituent de bien meilleures garanties de succès que le hasard et la chance.

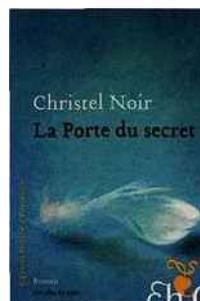


Choix culturels et artistiques de la rédaction, sans prétention aucune

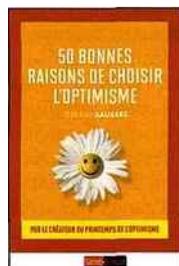
Livres / BD

■ *La Porte du secret, de Christel Noir*

Albert Camus, dans son Mythe de Sisyphe, disait de l'homme qu'il devenait un étranger au monde dès lors que ce dernier était dénué d'enchantements et d'illusions. C'est peut-être pour lutter contre ce constat qui nous accable que Christel Noir nous distille beaucoup d'espoir et d'optimisme dans son dernier ouvrage : *La Porte du secret*. Au milieu des Tristan et Yseult ou des Roméo et Juliette, le thème central de l'œuvre demeure un lieu commun de la Littérature : Les amours impossibles, cette fois-ci, entre Marie, libraire de son état et Josh, scénariste franco-américain. Dans son traitement, l'ouvrage fait partie de ces livres qui, une fois arrivés à leur terme, vous procurent un sourire aux lèvres et l'envie de croire à la diète faite d'amour et d'eau fraîche.



La Porte du secret, roman aux Editions Héloïse d'Ormesson, 320 pages, 19 euros



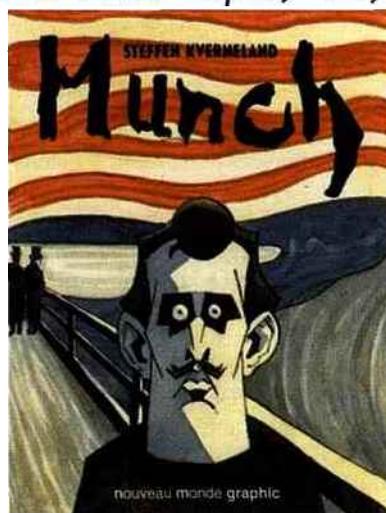
■ *50 bonnes raisons de choisir l'optimisme, de Thierry Saussez (Éd. Saint-Simon)*

Le conseiller en communication Thierry Saussez (chroniqueur pour EcoRéseau) a décidément enfilé le heaume et saisi la lance pour pourfendre non pas des moulins à vent mais la sinistrose. Le créateur du Printemps de l'optimisme, à qui l'on doit aussi un Manifeste de l'optimisme (Ed. Plon) et Les 101 mots de l'optimisme (Ed. Archibooks) publie en effet 50 bonnes raisons de choisir l'optimisme aux Éditions Saint-Simon, truffé de conseils simples et concrets pour cultiver les pensées et les émotions positives. Le secret du bonheur et de la réussite ?



■ *Munch, de Steffen Kverneland (Nouveau Monde Graphic, 2013)*

En une BD virtuose de près de 300 pages, l'artiste norvégien Steffen Kverneland raconte la vie passionnante de son compatriote, le peintre Edvard Munch (1863-1944), père du Cri, de La Madone ou de L'Enfant malade. Il a fallu sept longues années à l'auteur pour parvenir à mettre la touche finale à son ouvrage, car il n'a pas choisi la facilité. D'abord parce qu'il a multiplié les styles, adaptant son coup de crayon au moment du récit : là du réalisme, ici du cubisme, ailleurs de l'expressionnisme, mais aussi de la photographie lorsqu'il se met lui-même en scène, du croquis, de la caricature... Une palette qui fait honneur au précurseur de l'expressionnisme. Ensuite, comme Kverneland l'explique dès les premières pages entre deux gorgées d'aquavit, parce qu'il s'est imposé pour règle de laisser parler les sources : « mon manuscrit sera un collage de citations à la lettre ! (...) L'intégralité du texte devra se composer de citations authentiques. Il est strictement interdit de les modifier ou d'en écrire soi-même. » Puisant dans les journaux, les correspondances, les notes et les peintures des protagonistes de l'époque, l'ouvrage donne au lecteur l'impression de partager des instants de la vie interlope et sous absinthe des artistes scandinaves et germaniques du tournant du XX^{ème} siècle : Munch bien sûr, mais aussi le tourmenté Strindberg, Adolf Paul, Przybyszewski, ou encore l'anarchiste norvégien Hans Jaeger.





“LE BONHEUR QU’ON NOUS VEND EST UN IDÉAL DE SOUMISSION”

PAR ANDRÉ GUIGOT



Philosophe et auteur de *Pour en finir avec le bonheur*, Bayard.

Marianne : Le bonheur serait le remède absolu à une société au bord de l’explosion, mais de quel bonheur s’agit-il ?

André Guicot : C’est un pis-aller, l’idée que seul est heureux celui qui le mérite. On fait du bonheur une norme moralement douteuse et condamnable qui cache un idéal de soumission. C’est une perversion du stoïcisme. Camus était stoïcien, mais il a écrit *l’Homme révolté*. Et une perversion de l’existentialisme, selon lequel l’individu est ce qu’il fait et ce qu’on a fait de lui. Aujourd’hui, c’est remplacé par le productivisme : je suis ce que je rapporte. On n’a pas besoin de ce bonheur qui sert à avaler encore plus d’inégalités et d’injustices, à éradiquer tout esprit critique, ni de devenir un fonctionnaire de la réussite, comme disait Hannah Arendt. La pensée positive, qui empêche de penser, c’est tout ce dont avait besoin le conducteur de train qui menait les juifs à la Shoah. A force de ne plus considérer le monde comme

absurde, refuser de voir la réalité, on finit par ne plus se sentir responsable...

Que pensez-vous du développement personnel, qui propose de régler tous nos problèmes ?

A.G. : Le développement personnel est du développement égotiste qui suggère de faire un tri sélectif, offre une vision très enfantine de l’existence, ôte toute responsabilité et culpabilise ceux qui restent malheureux, ceux qui ont raté leur résilience. Actuellement, on impose la psychologie positive jusque dans les hôpitaux psychiatriques. L’efficacité est devenue norme, on parle de temps du deuil : ça aide à libérer des lits plus vite. Aujourd’hui, les individus n’ont plus d’histoires autres que des récits triomphants, des images publicitaires. L’individu socialisé est devenu individu marketing. C’est une nouvelle version du totalitarisme. Sous Staline, dans les usines, il y avait des écrivains :

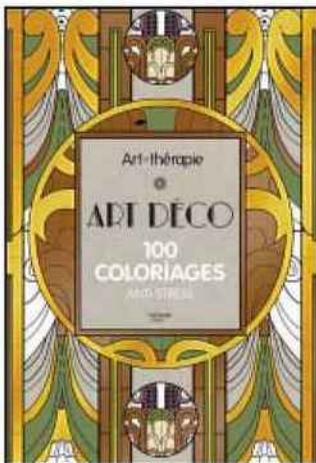
« La tuberculose freine la productivité ». Ici, c’est le malheur qui est censé freiner, et c’est politiquement inquiétant.

Alors c’est quoi, le vrai bien-être ou le bonheur ?

A.G. : C’est une vision réflexive qu’on a sur des moments intenses, et non un idéal indépendant, bardé d’objectifs. D’ailleurs ceux qui ne parlent que de bonheur sont souvent des mangeurs de graines avec quelque chose de sinistre en eux. Quand on ne vise que le bonheur pour le bonheur, le prix à payer est la déception, le cynisme ou la soumission. Le smiley est devenu le nouveau visage de la défaite de la pensée. Ce positivisme à la petite semaine est une forme de lâcheté dispensée par des « gros pleins d’être » comme disait Sartre. A l’époque du plein-emploi, il n’y avait aucune idéologie de la performance et du bonheur. Dans les années glorieuses, il y avait idéologie de la contestation... ■

AU BORD DU SUICIDE ? TAPEZ-VOUS SUR LA TÊTE !

Plus c’est tordu, mieux ça passe ? Dernière méthode américaine en vogue pour « apaiser les souffrances émotionnelles et traiter le stress post-traumatique » : le *mind tapping*, un dérivé de l’EFT (technique de liberté émotionnelle) qui consiste à se taper soi-même sur la tête, mais sur des zones précises (les méridiens chinois), tout en se récitant des messages bienveillants (« *Je vais retrouver un superboulot* », « *La vie m’aime* », etc.). Ce tapotage associé à la récitation de mantras gnangnan permettrait une reprogrammation émotionnelle : « *C’est un peu comme avec les vieux téléviseurs. Quand l’image n’était pas nette, il suffisait de*



POUR LÂCHER PRISE, on gribouille des cahiers comme à la maternelle.

taper au bon endroit pour qu’ils se remettent à fonctionner », affirme Junnon Méricoux, thérapeute adepte de cette méthode. On n’est pas loin de *Vol au-dessus d’un nid de coucou*, mais la légende raconte que même la chanteuse Lilly Allen aurait utilisé cette technique pour maigrir. Mouais...

● Ateliers de *mind tapping*, santemeridien.com, 100 € la séance d’une heure et demie.

UNE JAMBE EN MOINS ? DITES MERCI À LA VIE !

Tout à sa logique de survie, le quidam qui passait quinze minutes par jour à rire, le siècle dernier, n’en passe plus que cinq, se désespère Jacques Séguéla. D’autres apôtres du redres-



sement optimiste ont décidé de prendre le taureau par les cornes. Ancien communicant politique, Thierry Saussez a créé le Printemps de l'optimisme. « *Etre optimiste, c'est affirmer que le pessimisme ne construit rien. C'est 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* », vibre-t-il sur son site. Au programme : mur de la gratitude (encore...), jardin des citations, fresque des atouts de la France, ou des ateliers tels que « Renforcer le positif et l'optimisme avec la méthode Coué » par Luc Teyssier d'Orfeuill, ou « Ne vous préoccupez pas de vos problèmes, occupez-vous en ! »

- Printemps de l'optimisme, le 23 avril à Bruxelles, printempsdeloptimisme.com
- *Ma vie en rose fluo*, de Luc Teyssier d'Orfeuill, First : appli « 58 sec. pour augmenter votre bonheur », sur AppStore.
- *Comment devenir un optimiste contagieux*, de Shawn Achor, Belfond.

UN POLYPE CANCÉREUX ? RETOURNEZ EN PHILO

« *La philosophie est d'abord un art de vivre et de mieux-vivre. Elle permet de se débarrasser des illusions. Les gens viennent effectivement à l'université populaire parce qu'ils en constatent les effets sur leur vie quotidienne. La philosophie peut être une thérapie* », affirme Michel Onfray. Cette suggestion a été largement entendue... Partout dans l'Hexagone fleurissent des ateliers et des cafés philo où l'individu vient chercher dans les vieux textes du sens à sa débandade. Malins, certains s'intronisent philothérapeutes (une profession encore non réglementée : avis aux amateurs en fin de droits !) et reçoivent des patients qu'ils nomment « invités ». Fer de lance du mouvement, Lou Marinoff, présidente de l'Association américaine des philosophes praticiens (auteur de *Plus de Platon, moins de Prozac*, éd. Michel Lafon) : « *Vous avez perdu votre emploi ? Lisez le philosophe chinois Laozi, fondateur du taoïsme, qui enseigne que toute perte s'accompagne d'un gain. En d'autres termes : en perdant votre emploi, vous venez de gagner l'occasion de développer un talent caché et de vous engager dans une voie professionnelle qui vous convient mieux* », explique-t-elle. Même les traders ont droit à des séminaires et certains promettent dorénavant que la philosophie peut aider à surmonter divorce, chômage, cancer... Aïe. ■

- *La Philothérapie*, d'Eric Suarez, Eyrolles.
- *La Consultation philosophique*, d'Eugénie Vegleris, Eyrolles.
- Oscar Brenifier : pratiques-philosophiques.fr



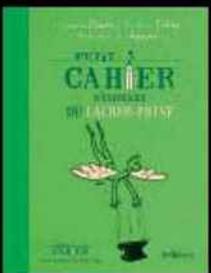
1991.ciby/2000 / giff / novo aturo films / tti films production



...PLUS BELLE LA VIE...
La lumière est essentielle pour le tonus et la bonne humeur. Ces lunettes permettent de s'offrir une cure de luminothérapie tout en continuant ses occupations sans être ébloui. Luminette, Nature & Découverte, 219 €.



...PLUS RELAX
Une application sur les tempes de ce mélange d'huiles essentielles. Adapté à toutes les urgences : Roll-on Elixirs & Co, des fleurs de Bach, stress (10,90 €) énergie (7,90 €), déprime (9,30 €).



...PLUS DÉTACHÉE
Ce miniguide propose « *d'évincer ses culpabilités et limiter ses désirs de contrôle* ». Et se décline à l'infini. *Petit cahier d'exercices du lâcher-prise, Petit cahier d'exercices pour rester zen dans un monde agité*, (éd. Jouvence), 6,90 €.



...PLUS MOLLE
Des gouttes de ce concentré d'huile essentielle de lavande dans un bain chaud permettent de se délester de ses tensions et de retrouver calme et sérénité. Bain relaxant à la lavande, Weleda : 12,40 €.



...PLUS COTONNEUSE
Une cure d'ampoules relaxantes à base de lactium, gelée royale bio et huiles essentielles de mélisse citronnelle. Ampoules Mélistress, de Famille Mary, 15 € les 10 ampoules. famillemary.fr



...PLUS INERTE
Ce simulateur d'aube connecté améliore la qualité des nuits et du repos en analysant les rythmes du sommeil. Simulateur d'aube aura, Nature & Découvertes, 299 €.

LE FIGARO

lefigaro.fr

« Sans la liberté de blâmer, il n'est point d'éloge flatteur » Beaumarchais



PAPE FRANÇOIS
SON ÉVOCATION DU « GÉNOCIDE
ARMÉNIEN » PROVOQUE
LA COLÈRE DE LA TURQUIE **PAGE 8**

FIGARO SANTÉ
LE MIRAGE
DES RÉGIMES
AMAIGRISSANTS **PAGE 9**





Apprendre l'optimisme

Les Français sont le peuple le plus pessimiste de la planète. Ils se laissent envahir par la défiance. Ils s'abandonnent aux plaisirs empoisonnés de l'échec. Les raisons de cette étrange mélancolie sont culturelles et politiques. Mais il est possible de lutter contre cette sinistrose, affirme Thierry Saussez qui publie *50 Bonnes Raisons de choisir l'optimisme* aux Éditions Saint-Simon.

Le créateur du Printemps de l'optimisme estime que son nouveau combat est « une nécessité vitale ». Car cette attirance très française pour le catastrophisme « plombe la consommation, l'investissement, l'emploi et donc aussi la finance et nos atouts ». Décidé à mettre fin à cette hantise du futur, Thierry Saussez a écrit un traité qui se lit facilement et qui peut se feuilleter en s'adaptant aux humeurs de chacun.

L'ex-délégué interministériel à la communication du gouvernement évoque aussi bien l'art de relativiser que la pratique de la tempérance, l'autonomie que la définition d'objectifs. Les moroses parcourront les lignes sur les émotions négatives. Les cyniques, le passage sur la justice et l'exemplarité.

Les technologies et la science ne sont en effet pas les seules disciplines qui permettent aux hommes de progresser et de changer leur regard sur le cours des événements. Une nouvelle manière d'appréhender la vie chaque jour a aussi le pouvoir d'agir sur les mentalités. Face aux difficultés, « ne ruminez pas, ne ressassez pas. Regardez d'abord où vous avez des marges de manœuvre pour faire face ». La capacité à conserver la soif d'apprendre et à être curieux peut aussi aider à affronter le monde. Que ce soit pour réaliser de grandes choses ou relever de petits défis.

La raison ne peut pas tout. La méditation est un excellent remède pour l'esprit et le



Thierry Saussez, fondateur du Printemps de l'optimisme. DR

corps. Selon Matthieu Ricard, moine bouddhiste et scientifique spécialiste de la génétique, « le fait de mieux gérer nos pensées et nos émotions renforce notre système immunitaire, la fabrication d'anticorps et des cellules souches du sang ».

Ces 50 leçons débutent par des citations d'Abraham Lincoln, de Simone de Beauvoir, de Vauvenargues, de Victor Hugo et d'autres hommes et femmes illustres pour montrer que l'apprentissage de l'optimisme et du bonheur traverse les âges.

Avocat d'un monde meilleur, Thierry Saussez refuse d'être cantonné à un rôle de Lou Ravi tombé dans la potion de l'optimisme facile. « Être optimiste, c'est d'abord vivre intensément le présent sans nous encombrer sans cesse de l'idée que c'était mieux avant ou que le bonheur est pour plus tard », résume l'auteur qui espère que sa petite centaine de pages contribuera à relancer la confiance dans le pays. Car ce traité n'est pas seulement un manuel de développement personnel. Il a l'ambition d'être une méthode pour redonner un idéal à un pays. « L'optimisme n'est ni blasé ni désespéré, conclut Thierry Saussez. C'est un devoir collectif. »



Un mois vu par Carole Garcia

CO-FONDATRICE ET DIRIGEANTE

de Graine de Pastel
(13 collaborateurs, 1 M€ de CA)

PARCOURS

Née le 10 septembre 1971 à
Toulouse
Diplômée de Sup de Co
Bordeaux en 1992 et de Paris
Dauphine en 1993
Débute sa carrière comme
chef de produit aux
Laboratoires Expanscience
puis Pierre Fabre
Crée en 2003 la marque de
cosmétiques Graine de Pastel
avec Nathalie Juin
Conseillère du Commerce
Extérieur de la France
Membre du conseil de
surveillance d'Actia Group



Le projet politique France 2022 pousse les citoyens à « se réveiller et à trouver des idées ».

La seconde édition du Printemps de l'optimisme, initiée par Thierry Sausset, s'est déroulée le 21 mars à Paris. « Quelque 5 000 personnes se sont réunies à Paris à cette occasion. C'est une belle initiative. Le constat n'est pas glorieux : les Français font partie des peuples les plus pessimistes au monde. C'est dommage car en matière d'économie, la variable de confiance est essentielle. L'économie souffre de cette morosité ambiante. J'y vois plusieurs facteurs : le rôle des médias qui ne mettent pas assez en avant de belles histoires, celui des politiques qui, voulant paraître proches du quotidien des Français, oublient ce qui va bien dans le pays. L'impulsion doit venir des citoyens. Plutôt que de s'indigner du barbarisme, engageons-nous sur le plan associatif ou local. »

Le déficit commercial de la France en 2014 est de 53,8 milliards d'euros. « Certes, ce déficit est en baisse de 7 milliards, mais cela s'explique en partie par la parité euro/dollar favorable et la baisse de la facture énergétique liée au coût du pétrole. Justement, avec ces deux variables économiques, c'est le moment ou jamais pour les PME d'aller chercher la croissance là où elle est, c'est-à-dire à l'export. En 2014, 121.000 entreprises ont été exportatrices, soit une augmentation très légère de 0,2%. Il faut que les PME profitent du réseau des conseillers du commerce extérieur, qui peuvent les aider à trouver un correspondant dans les pays qui les intéressent. En Midi-Pyrénées, une soixante de conseillers, bénévoles, chefs d'entreprises ou anciens directeurs de filiales à l'étranger,

sont à leur disposition »

Jacques Attali lance l'initiative France 2022. « La fin du quinquennat va être caractérisée par des batailles d'hommes, laissant peu de place à l'émergence d'idées. Jacques Attali propose aux citoyens de participer à l'élaboration du programme pour l'élection présidentielle de mai 2017, via le site www.france2022.fr. Pousser la société civile à s'engager, à donner ses opinions me paraît très pertinent. Moi, par exemple, qui me sens sociale démocrate sur l'organisation de la société et libérale sur le versant économique, je ne me reconnais pas dans le clivage droite-gauche. Je pense que ce sentiment est partagé par beaucoup de Français. Alors à nous de nous réveiller et trouver des idées. »



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