



## CORPORATE

En 2010, Coca-Cola impulse et soutient la création de *l'Observatoire du Bonheur*, un organisme dédié à l'analyse et à la compréhension des multiples perceptions du bonheur. Récemment l'entreprise et sa *Happiness Factory* ont lancé le concept de *The Great Happyfication Worldwide Premiere*. Des petits courts-métrages qui stimulent les zygomatiques, diffusés sur la toile à travers Facebook via Youtube. Simple engagement de communication publicitaire, ou réelles initiatives ambitieuses ?

# OUVRE UN Coca-Cola OUVRE DU BONHEUR?

### Pourquoi le Bonheur ?

En plus d'être un sujet d'actualité, le bonheur reste l'objet d'une quête universelle. Par le biais d'une approche pluridisciplinaire, *l'Observatoire du Bonheur* propose de nourrir la réflexion et les connaissances autour de cette notion au coeur des aspirations de tous.

### Les objectifs de l'Observatoire ?

*"observer, analyser et approfondir"*

*l'Observatoire du Bonheur* a pour objet de rassembler les connaissances sur le bonheur tout en analysant les phénomènes sociaux et en décryptant les perceptions du bonheur et de ses représentations entre hier et aujourd'hui. *l'Observatoire* publie ainsi deux fois par ans *les Cahiers de l'Observatoire*: un recueil d'articles d'experts et d'universitaires autour d'un thème défini.

### Le Bonheur comme objet d'études scientifiques.

Le travail de *l'Observatoire* a pour ambition d'être porté par des chercheurs en sciences humaines et sociales (anthropologie, économie, histoire, sociologie philosophie...) réunis au sein d'un projet d'investigations pour rassembler les données existantes et élargir le champ de la réflexion. Ainsi, Michel Blay, directeur de recherche au CNRS est président du comité de *l'Observatoire du Bonheur*. L'organisme a également créé *Le Prix de l'Observatoire*, soutien significatif à la recherche sur le sujet. Lors de la première édition le 30 mai 2011, 15000 euros ont été remis à trois étudiants en doctorat.

- Federica Tamarozzi-Bert  
*Les plaisirs de la pratique thermale en Europe. Une étude comparative.*
- Cyril Verdet  
*Eurêka ou l'axiomatisation de la physique.*
- Stefano Veneroni  
*Bonheur et liberté dans la philosophie de Kant. Entre connaissance scientifique et réflexion philosophique.*

Ce prix vise à récompenser leur démarche intellectuelle qui contribuera à enrichir les contenus de *l'Observatoire*.



## “SOYEZ COURAGEUX, DEVENEZ OPTIMISTE!”

L'optimisme fait recette. Nous l'avons constaté lors d'une soirée rencontre autour de la présentation d'ouvrages, organisée à l'initiative d'Emilie Devienne qui nous incite à “prendre la vie du bon côté” avec deux autres intervenants Xavier de Bayser et Philippe Gabillet. Les trois orateurs nous ont expliqué pourquoi ils affichent des postures optimistes et de quelles manières elles se concrétisent pour eux. Pas moins de 40 personnes se sont retrouvées pour aborder cette thématique, tous friands d'obtenir des astuces! Pour ces trois intervenants, l'optimisme n'est pas une attitude béate mais un choix.

Emilie Devienne le résume avec une phrase d'Alain “L'optimisme est de volonté, il n'est pas d'humeur”. Prendre la vie du bon côté est un acte courageux à contre courant des temps qui courent. De nos jours, en France, à Paris, être pessimiste, c'est être sérieux. L'idée qu'il faut retenir, c'est que l'optimisme se résume en quatre fondamentaux, quatre challenges à relever :

- \* Il y a toujours des solutions.
- \* Il faut capitaliser sur nos forces et nos faiblesses
- \* Il est nécessaire d'identifier les sujet sur lesquels on a aucune mauvaise fortune bon cœur.

*“Si il pleut, il pleut! Nous ne sommes pas toujours responsable de ce qui nous tombe sur le coin du nez! Cela ne sert à rien de râler et de se mettre de mauvaise humeur... Achetez un parapluie!”*

- \* Dans la majorité des cas, ce qu'il va nous arriver est imprévisible. Il faut croire aux possibilités qui vont s'ouvrir demain, même dans une situation de blocage. Être optimiste, c'est avoir des convictions sur les possibilités.

Ces lignes basiques sont un discours qui, pour le moment, dérange. “Ce n'est pas un discours naïf. Nous voyons bien le chômage, la crise mais il y a des solutions et des façons de s'en sortir. Cependant, il faut être disposé à vouloir les regarder”, nous confie Emilie. Tout ceci n'est pas de “la pensée magique”, c'est basé sur des faits. Avoir confiance en soi, en l'autre, en l'avenir, n'exclue pas lucidité et réalisme.

Beaucoup de personnes insistent sur le phénomène de synchronicité de Jung en psychologie analytique. Philippe Gabillet insiste sur la notion de Chance et nous montre que certaines personnes identifient ce qui vient de la chance et les autres... qui râlent!

Libérez vous des carcans, soyez courageux et devenez optimiste !

- Xavier De Bayser *L'Effet papillon — Petits gestes grands effets pour une croissance durable*. L'Archipel 2011
- Emilie Devienne *50 exercices pour prendre la vie du bon côté*. Eyrolles 2010
- Philippe Gabillet *Eloge de l'optimisme : Quand les enthousiastes font bouger le monde*. Saint Simon 2010.

## QUAND AG2R S'OCCUPE DU MIEUX-ÊTRE DES DIRIGEANTES ET DE LEURS ÉQUIPES.

Difficile d'imaginer une entreprise performante sans des dirigeants et des salariés bien dans leur tête et dans leur corps. AG2R LA MONDIALE, acteur majeur de la prévention santé en France, a organisé à Paris le 7 décembre 2010 sur ce thème une soirée débat dédiée à plus de 250 dirigeantes d'entreprises. Il n'est pas sexiste de dire que les femmes sont les premières sensibilisées à la gestion du stress car il faut à la fois conjuguer vie professionnelle et vie privée.

Mais avant tout, anticiper, préparer l'avenir pour une entreprise, c'est prendre notamment conscience que les femmes et les hommes qui la composent, qui en constituent le moteur, doivent s'y sentir bien.

Même si un tel sujet peut paraître novateur dans un tel contexte, voire révolutionnaire, et si tout le monde s'accorde à dire que pour être constructive, une entreprise a besoin d'harmonie et d'épanouissement personnel et collectif, alors pourquoi n'en ferait-elle pas un critère de productivité?

Les invitées ont pu partager les témoignages d'un plateau de femmes expertes issues du monde scientifique, économique, sportif et de l'entreprise.

Ce débat fut suivi d'une occasion unique pour chacune d'elles de se retrouver dans une ambiance conviviale autour d'un concept innovant, conjuguant échanges de bonnes pratiques sur leur lieu de travail mais aussi prises de contacts, un *Business Quick Meeting*, animé par Corinne Visse, responsable événement client et développement relationnel.

## ET SI ON DÉCIDAIT D'ÊTRE HEUREUX, MÊME AU TRAVAIL ?

Dans un ouvrage joliment illustré par des dessins d'enfants, Monique Pierson communique de façon simple sur, selon elle, des principes de bon sens. Pour réapprendre à se faire confiance et s'engager dans un travail qui ait du sens pour soi et reconnaître et savoir utiliser l'interdépendance. Ce livre s'adresse à tous ceux qui sont heureux dans leur travail et veulent le rester... et aux autres! Pour tenter d'endiguer la vague de mal être dans le monde professionnel, Monique Pierson, de formation scientifique et psychologue, première femme diplômée ISSEC (1977), ancienne directrice d'hypermarché nous propose huit grands principes. Parmi ceux-ci, nous avons retenu : Prendre en considération ses besoins sans se laisser imposer ceux du voisin, fut-il votre patron! Ou encore Expérimenter le bien-être : faire le test de l'implication et de la compétence dans son job. En passant vos choix et décisions au crible de ces principes, vous trouverez la réponse juste pour vous!

*Et si on décidait d'être heureux même au travail,*  
Monique Pierson. Editions Afnor.

