

Les membres et les candidat-membres de la Fédération Belge ont été invités à un événement le 19 avril 2018 avec le Danois Meik Wiking et le Belge Leo Bormans, deux éminents experts dans le domaine du bonheur. Ils ont chacun donné une conférence après l'Assemblée générale de la Fédération.

Spécialement pour la Fédération, ils ont pris le temps dans leur agenda surchargé pour venir donner une conférence exclusive. Le président Luc Luyten était donc très fier de les présenter à la fois aux membres et aux membres potentiels.

**Meik Wiking** est le fondateur et le directeur du Happiness Research Institute, basé à Copenhague. Cet institut mène des recherches sur le «bonheur» de manière scientifique et donne des conseils aux autorités locales danoises et à d'autres pays pour développer une politique axée sur le bonheur des citoyens, jeunes et vieux. La Corée du Sud fait régulièrement appel à l'institut.

Le «bonheur national brut» par habitant d'un pays peut être mesuré, selon Wiking. Les facteurs qui contribuent au bonheur sont la santé et **la confiance** (à la fois dans le gouvernement et dans les concitoyens), l'aide apportée aux autres ainsi que la liberté et la générosité. L'institut a développé une méthodologie pour mesurer et comparer chacun de ces facteurs. La confiance dans le concitoyen, par exemple, ressort clairement de ce qu'on appelle «l'expérience du porte-monnaie»: à Helsinki, 92% des personnes retournent un portefeuille trouvé. En revanche, à Lisbonne, seulement 8% des répondants retournent le portefeuille. En Scandinavie, il est très commun pour les jeunes mères qui se rencontrent dans un salon de thé de garer à l'extérieur leur poussette avec le bébé dedans.

L'Institut de recherche sur le bonheur ne mesure pas seulement le bien-être des gens. Il examine également ce qui rend les gens plus heureux et conseille les gouvernements sur la façon dont ils peuvent améliorer la qualité de vie de leurs citoyens. Wiking étaye sa conférence avec des faits scientifiquement justifiés. Il a parlé de l'influence du mariage et de la cohabitation sur le fait d'être heureux. Pour beaucoup de gens, élever leurs enfants est un objectif prioritaire. Il est donc logique que cela ait un impact significatif sur leur bonheur. Wiking a montré que le chômage a un effet très négatif sur le fait d'être heureux. La mobilité joue également un rôle majeur dans le bien-être et le bonheur de la population. Plus de 90% des habitants de Copenhague possèdent un vélo et près de 60% des enfants se rendent à l'école à vélo. Près de deux députés danois sur trois utilisent la bicyclette tous les jours.

**Plus d'info :**

Meik Wiking - TEDxCopenhagen: <https://www.youtube.com/watch?v=PbtzY-8IFTQ>

**Leo Bormans** est connu comme l'ambassadeur du «bonheur et de la qualité de la vie» et comme auteur de livres sur le bonheur et l'espoir. Pour ses publications, il a consulté divers experts qui ont étudié ces sujets sous différents angles. Le livre sur le bonheur, traduit dans toutes les langues du monde, a été donné à tous les dirigeants du monde par le président du Conseil européen de l'époque, Herman Van Rompuy. Bormans est un conférencier doué.

Il a mentionné les facteurs qui favorisent le bonheur. L'espoir et **la confiance** dans l'autre et dans la société rendent les gens plus heureux. D'un autre côté, la peur et la solitude font obstacle au bonheur. Bormans a dit croire aux progrès de l'humanité. De plus en plus de gens dans le monde adoptent la démocratie comme forme de gouvernement. Il croit donc à la création de la société. Tout le monde peut y contribuer. .

Bormans a indiqué que 40% de notre bonheur est déterminé par notre «état d'esprit», notre façon de voir les choses. Il nous a demandé de viser ce qui se passe bien. Il a appelé l'optimisme un facteur important pour être heureux. Après tout, surtout les optimistes sont occupés avec l'avenir. Il a également dit qu'il attache une grande importance au sourire: quand vous riez, vous ne pouvez pas penser à des choses négatives en même temps. Et selon lui l'espoir est plus important chez les gens qui vivent dans des conditions misérables. L'espoir est la force motrice des réfugiés qui viennent ici. Il est étonnant aussi que les conversations avec les enfants nous apprennent beaucoup sur ce que le bonheur implique. Les enfants jouent et ont une riche imagination. Précisément ces éléments, forment aussi la résilience des personnes. Le mot 'Namaste' des Hindous est particulièrement intéressant car il est à la fois un salut et une inclination devant l'autre ...

Enfin, Leo Bormans fait souvent le lien avec les actions des fondations philanthropiques. Aider les autres rend heureux.

**Plus d'info :**

Leo Bormans : TEDxGhent <https://www.youtube.com/watch?v=oPBC15XYI3Q>