



Ligue des Optimistes de France  
[www.liguedesoptimistes.fr](http://www.liguedesoptimistes.fr)

## INVITATION



Bonjour,

J'espère que tu vas bien et que tu poursuis ta route vers le bonheur, et donc vers l'optimisme !

Suite à notre présence à Be Fit en septembre, nous poursuivons nos événements avec un **Dîner Optimiste le Lundi 10 Octobre 2022, à partir de 18h** sur le thème :

### Initiation à la Psychologie Positive

A partir de nos lectures des travaux de **Martin Seligman**, nous découvrirons les **fondements de la psychologie positive et de ses apports concrets dans nos vies**.

Il y a plus de 20 ans, la psychologie positive a révolutionné la psychologie en s'intéressant aux **conditions du bonheur, de la joie de vivre, d'une vie épanouie et du bien-être psychologique...** « la vie bonne » disait Aristote.

Nous échangerons autour **des 3 piliers de la psychologie positive** :

- La gestion **des émotions positives** et la manière dont elles influencent notre santé
- La mise en valeur des **traits de personnalité positifs : nos forces, nos vertus, nos aptitudes...la confiance, l'espoir, la gentillesse...**
- L'étude des **institutions positives : la démocratie, la famille, le travail, l'école, les associations...**

Explorons le temps d'une soirée (et peut-être plus...) ce qui fait que **la vie vaut la peine d'être vécue !**

Ce moment joyeux se poursuivra par un **apéritif dinatoire (version auberge espagnole...)** et un temps d'échange, jusqu'à...

**Sont invités** les connaisseurs de l'œuvre de Martin Seligman ou ceux qui veulent le découvrir, les optimistes comme ceux qui veulent le devenir...

En résumé, ce Dîner des Optimistes aura lieu le **lundi 10 Octobre 2022, à partir de 18h** chez Didier, à **Echalas 69700, lieu-dit le Petit Chatanay**, marqueur « ballon rose ».

Participation : chacun apporte un plat (entrée, plat, salade ou dessert)

**Inscrivez-vous vite par retour de mail** à ce dîner qui s'annonce déjà être un grand moment de convivialité, d'enthousiasme et de **partage psychologique, philosophique et positif...**

Attention, le nombre de places est limité (15 personnes)

Et un grand merci à Didier de nous ouvrir les portes de son château...

Optimistement vôtre !

A très vite

**Yann**

**06 13 26 44 82**

[yannslod@gmail.com](mailto:yannslod@gmail.com)

*Délégué Rhône de la Ligue des Optimistes de France*

---

Site & blog : [liguedesoptimistes.fr](http://liguedesoptimistes.fr)

Facebook : [facebook.com/OptimistesDeFrance](https://facebook.com/OptimistesDeFrance)

Youtube : [youtube.com/channel/UC5zcd8K\\_U4Y\\_NVYig7hluNw](https://youtube.com/channel/UC5zcd8K_U4Y_NVYig7hluNw)

### **La Ligue des Optimistes de France : petit rappel**

La Ligue des Optimistes de France est une association qui agit pour promouvoir l'optimisme et l'enthousiasme dans tous les domaines de la vie, privée ou publique, économique, culturelle ou sociale, dans notre pays qui traverse une crise de doute, de morosité, de défiance généralisée...

Pour nous, l'optimisme est une attitude mentale qui aide à appréhender la vie d'une manière positive et active.

Fondée en 2010, l'association compte aujourd'hui plus de 30.000 sympathisants dans toute la France. Elle est animée par Thierry Saussez (entrepreneur, auteur de Manifeste pour l'optimisme), Philippe Gabilliet (professeur de leadership à ESCP Europe, auteur de l'Éloge de l'optimisme), Yves de Montbron et bien d'autres...

Sur [www.liguedesoptimistes.fr](http://www.liguedesoptimistes.fr) : on trouve des billets positifs, des extraits de livres, des citations optimistes et on peut s'abonner gratuitement à la Lettr'Optimiste.

## Contact local : délégués Rhône

**Yann** au 06 13 26 44 82    yannslod@gmail.com

**Carole** au 06 58 55 03 63    benhamou@caroleb.events

**Yann**

**06 13 26 44 82**

*Délégué Rhône de la Ligue des Optimistes de France*

---

Site & blog : [liguedesoptimistes.fr](http://liguedesoptimistes.fr)

Facebook : [facebook.com/OptimistesDeFrance](https://facebook.com/OptimistesDeFrance)

Youtube : [youtube.com/channel/UC5zcd8K\\_U4Y\\_NVYig7hluNw](https://youtube.com/channel/UC5zcd8K_U4Y_NVYig7hluNw)