

L'UGENT et NN dressent une Carte du Bonheur en Belgique

7 Belges sur 10 souhaitent des revenus plus importants,
mais le bonheur diminue chez ceux qui ont des revenus
très élevés

Dossier de presse Résultats de l'Enquête nationale du Bonheur relatifs à l'argent et au bonheur



Sujet :

Étude dans le cadre de la Chaire NN « Perspectives d'une vie saine et heureuse », de l'UGent

Étude menée sous la direction du :

Professeur Dr. Lieven Annemans et du doctorant Jellen T'Jaeckx

Méthode :

Recrutement via Indiville et recrutement public

Recherches sur le terrain :

Entre le 6 décembre 2017 et le 31 janvier 2018

Sponsor :

NN



7 Belges sur 10 souhaitent des revenus plus importants

Mais le bonheur diminue chez ceux qui ont des revenus très élevés

Bruxelles, le 8 novembre 2018 – Bien que le niveau de vie en Belgique soit nettement supérieur à la moyenne européenne, sept Belges sur dix ne sont pas satisfaits de leurs revenus actuels. C'est ce qu'indiquent les nouveaux chiffres de l'Enquête nationale du Bonheur, menée par l'UGent et l'assureur-vie NN. D'après cette enquête, notre bonheur atteint un pic lorsque notre revenu net normalisé* par personne se situe entre 4 000 et 4 500 euros par mois.

En général, les personnes qui ont des revenus élevés sont plus satisfaites de leurs revenus, de leurs relations sociales, de leur activité principale et de leur cadre de vie, mais cette satisfaction diminue chez celles qui ont des revenus encore plus élevés. Le désir permanent de gagner toujours plus d'argent combiné à des liens d'amitié moins forts rendent ce groupe moins heureux. Selon les experts, il est essentiel de travailler à l'amélioration de notre système économique, en le fondant sur les aspects qui apportent une véritable valeur et qui nous rendent heureux.

La sérénité financière joue un rôle important dans notre bonheur. Ainsi, les Belges qui ont des dettes et sont inquiets à ce sujet – quel que soit le niveau de leurs revenus – ont 46% de chances en moins d'être heureux. Les personnes qui épargnent pour leur pension et disposent d'une assurance-vie, présentent 17% de chances en plus d'être heureuses.

L'Enquête nationale du Bonheur menée cette année par l'UGent, avec le soutien de NN, permettra aux Belges de savoir ce qui les rend heureux et comment ils peuvent l'être davantage (encore). L'équipe de Lieven Annemans, titulaire de la chaire NN, prend toujours comme point de départ les domaines spécifiques de la vie qui définissent le bonheur des Belges et communique régulièrement des résultats issus de l'enquête. Les résultats précédents ont montré qu'aujourd'hui, les seniors belges sont en moyenne plus heureux que la génération Y, et que plus de la moitié des jeunes Belges de moins de 34 ans se sentent régulièrement seuls.

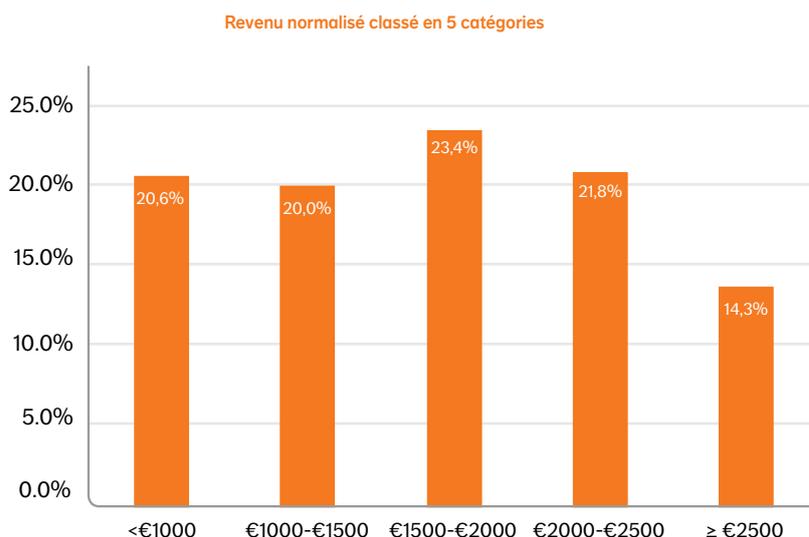
Grâce à de nouvelles données scientifiques concernant l'argent, l'enquête offre un regard neuf sur la relation entre nos revenus et notre bonheur national. En tout, 3 770 personnes ont pris part à l'étude. Parmi celles-ci, un échantillon représentatif a été sélectionné en fonction de leur région, de leur âge, de leur niveau de formation, de leur catégorie professionnelle et de leur sexe. Le bonheur ou le bien-être subjectif ont été analysés de manière scientifique, en utilisant l'échelle de Cantril, qui mesure la satisfaction en général.

*Le revenu net normalisé par personne (aussi appelé le revenu disponible équivalent) est obtenu à partir du revenu net du ménage, divisé par le nombre de membres qui le composent. Plus d'informations à ce sujet à la fin de ce dossier.

1 Belge sur 5 a un revenu net normalisé inférieur à 1 000 € par mois.

Évidemment, le souhait d'avoir des revenus plus élevés est lié à ses propres revenus. En toute logique, les gens qui vivent plus modestement, souhaitent davantage avoir des revenus plus élevés. Le Belge a un revenu net normalisé de 1 716 euros en moyenne. Un cinquième des Belges (20,6%) ont un revenu net normalisé qui est inférieur à 1 000 euros par mois.

Dans cette catégorie, les revenus ont une nette incidence sur le bonheur. En effet, le niveau de satisfaction moyen des Belges ayant un revenu net normalisé inférieur à 1 000 euros par mois, est 20% plus bas que celui des gens ayant un revenu net normalisé supérieur à 2 000 euros. Ces résultats confirment que les revenus ont une importance capitale pour pouvoir couvrir les besoins de base, comme la nourriture, le logement et le chauffage. Mais des revenus plus élevés ne contribuent pas seulement à subvenir aux besoins de base, ils permettent aussi d'obtenir un meilleur score sur le plan des 3 B de notre bonheur.

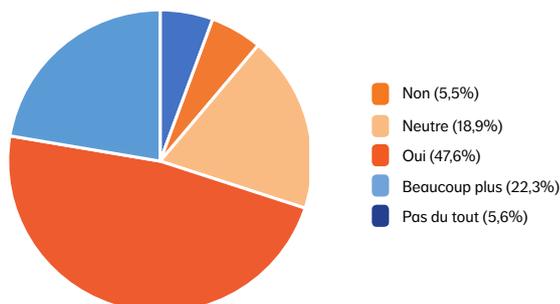


Les 3 B du bonheur reposent sur trois besoins importants. Le Besoin d'autonomie, qui concerne la capacité de prendre soi-même ses décisions. Le Besoin d'appartenance sociale, qui touche aux relations sociales et à la solitude. Le Besoin de compétence, qui porte sur la sensation d'être compétent et sûr de soi dans les activités quotidiennes. Ces 3 B s'appliquent aussi bien sur le plan privé que professionnel. L'élément assez unique de l'Enquête nationale du Bonheur réside dans le fait que les 3 B de la sphère privée ont été séparés des 3 B de la sphère professionnelle. Une personne capable de prendre des décisions et d'effectuer des choix pour elle-même, sans y être contrainte, se sent plus heureuse. De même, une personne qui a une vie sociale passionnante et qui se sent compétente dans la vie ou au travail, sera plus heureuse.

7 Belges sur 10 veulent des revenus plus élevés

Il ressort aussi de l'enquête que le Belge moyen attribue seulement une note de 6 sur 10 pour sa satisfaction relative à sa situation financière. 70% des Belges souhaitent avoir des revenus plus élevés, alors que seuls 11% ne le désirent pas (du tout).

Population aspirant à des revenus plus élevés



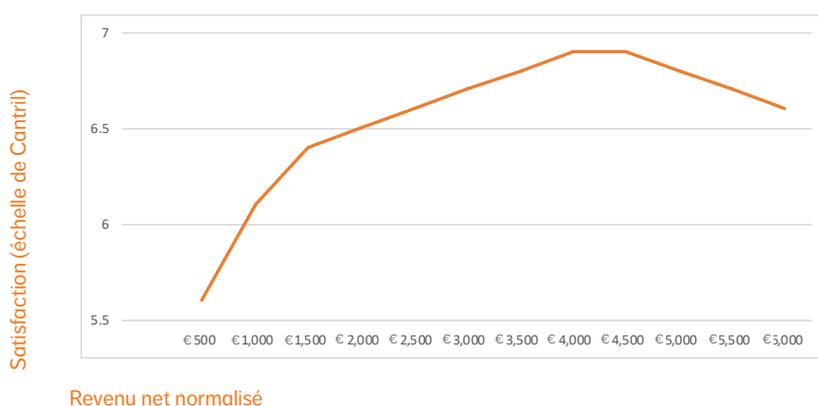
Pour le professeur Lieven Annemans, « Bien que les revenus jouent un rôle important dans notre bonheur, le fait de gagner de plus en plus ne nous rend pas de plus en plus heureux. Si les Belges qui ont des revenus plus élevés sont moins satisfaits de leur revenus et de leurs cadre de vie, nous pouvons en conclure que le désir permanent de gagner plus a un impact négatif sur notre bonheur.»

La satisfaction diminue chez ceux qui ont des revenus plus élevés

Une des conclusions marquantes de l'enquête est que la satisfaction moyenne augmente, il est vrai, avec les revenus. Mais elle diminue chez les personnes qui ont des revenus plus élevés, quels que soient leur âge, leur sexe, leur région, leur niveau de formation et leur santé physique. Ce phénomène semble aller de pair avec une érosion ou même une baisse de la satisfaction concernant les relations sociales, comme les contacts avec les amis, le cadre de vie, le travail ET les revenus.

Le professeur en économie du bonheur **Lieven Annemans** commente : « Notre bonheur atteint un pic à un niveau de revenu net normalisé compris entre 4000 et 4500 euros par mois. Un tel revenu ne concerne en fait qu'une minorité de personnes, sachant que le revenu net normalisé des Belges est de 1716 euros en moyenne. Cela signifie que nous devons repenser notre système économique pour augmenter le niveau de bonheur moyen. »

Rapport entre le revenu net normalisé et la satisfaction de vie

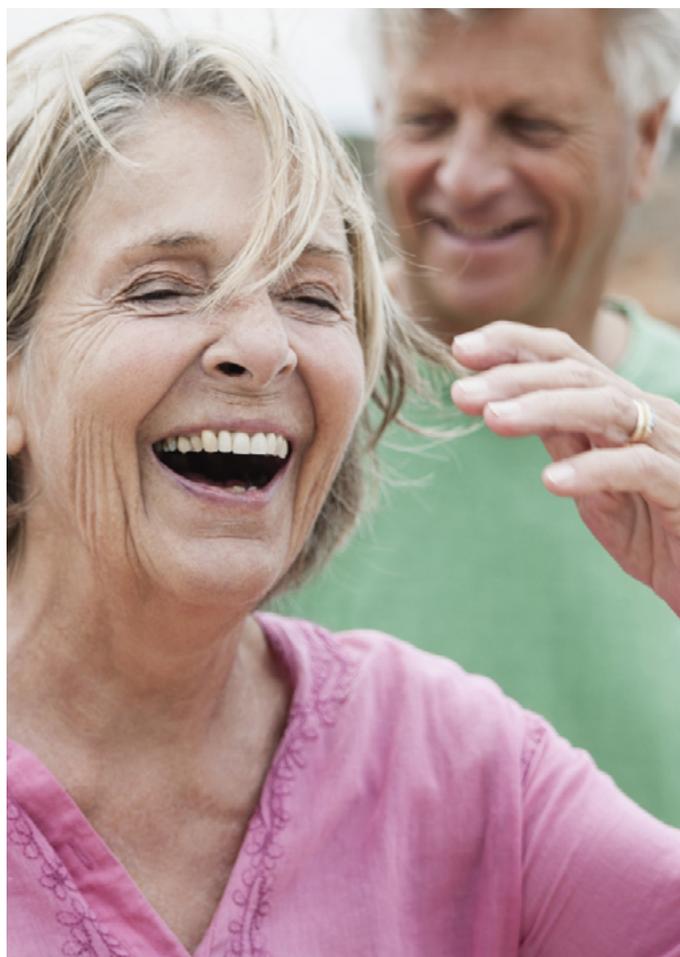


Le professeur Lieven Annemans explique que cette baisse de satisfaction est un effet de l'adaptation hédonique : « Si nous ne puisons du plaisir que dans les richesses matérielles, celui-ci n'est, dans tous les cas, que de courte durée. La sensation agréable que certains éprouvent lorsqu'ils achètent une nouvelle voiture coûteuse par exemple, s'estompe très rapidement. Souvent, nous observons aussi que les gens achètent des objets chers pour compenser le manque de vrai bonheur. Certains semblent en vouloir toujours plus, même lorsqu'ils possèdent déjà beaucoup. Du reste, nous constatons que dans les catégories de revenus plus élevés, la solitude a une incidence encore plus forte sur le bonheur. »

An Lammens, chargée de l'accueil des gagnants de la Loterie Nationale, confirme : « Pour tous les gagnants, qu'ils soient aisés ou pas, gagner une somme considérable est toujours une bonne surprise mais aussi un choc. Pour les gens qui vivent plus modestement, remporter une grosse somme représente bien sûr un plus grand changement. Je peux conclure de mon expérience que l'argent est loin d'être le seul chemin vers le bonheur mais qu'il en est très certainement un axe important. Les gens qui sont déjà contents de leur vie le restent mais ceux qui sont insatisfaits de nature ne changent pas d'attitude parce qu'ils remportent un gros gain.»

Pour Bruno Delepierre, chercheur, auteur et instigateur de « Happonomy », « De nos jours, c'est la pensée économique qui domine la société. Il est essentiel de créer une prise de conscience autour de ce qui nous rend heureux, et d'adapter notre économie en conséquence. Il s'agit de choses qui ont une valeur intrinsèque, comme la sécurité, la stabilité financière mais aussi l'amitié, l'épanouissement et la durabilité par exemple. Notre économie doit contribuer à augmenter notre qualité de vie, au lieu de nous y faire renoncer. »

La « Life planner» **Cynthia Ghysels** ajoute : « L'argent n'est pas un but, mais un moyen auquel chacun attribue une certaine valeur. Le fait de toujours vouloir posséder plus ne procure pas automatiquement du bonheur. Il est important de tenir compte de ses rêves et intérêts réels. On emploie d'autant mieux son argent quand on sait ce qui nous rend heureux et ce qui nous convient vraiment. Beaucoup de gens souhaitent, par exemple, avoir plus de temps ou plus de contacts. Parfois il est préférable de renoncer à gagner beaucoup d'argent en travaillant dur pour passer plus de temps avec les gens qui vous rendent heureux.»



La sérénité financière apporte plus de bonheur

Améliorer notre sécurité, par exemple en épargnant pour notre pension ou en disposant d'une assurance-vie, exerce un effet positif sur notre bonheur.

Les personnes qui épargnent pour leur pension et qui ont une assurance-vie, sont plus satisfaites – quels que soient leurs revenus. Leurs chances d'être plus heureuses dans la vie sont de 17% plus élevées que le groupe qui n'épargne pas pour la pension ou ne dispose pas d'assurance-vie.

Aujourd'hui, la majorité (57,6%) des Belges épargnent pour leur pension, et 40,7% des Belges disposent d'une assurance-vie.

Jan Van Autreve, CEO de NN : « Notre vie comporte beaucoup d'incertitudes, mais essayer de protéger ce que nous jugeons important contribue à notre sérénité et exerce un effet positif sur notre satisfaction. Aujourd'hui, un plan d'épargne-pension et une assurance-vie de qualité peuvent certainement nous procurer une sérénité financière. »

Par contre, les dettes et les soucis qu'elles entraînent, perturbent notre sérénité financière et sont donc néfastes à notre bonheur. Un peu moins de la moitié des Belges (47%) ont un prêt ou une hypothèque qu'ils continuent à rembourser. Trois quarts (77%) d'entre eux ne souscrivent un tel engagement que pour acheter un logement, une voiture ou un commerce ou pour payer des travaux de rénovation. 13% des Belges ont d'autres dettes, en plus de leur prêt ou de leur hypothèque. En outre, lorsqu'ils sont inquiets au sujet de ces dettes, ils présentent, en général, 46% de chances en moins d'être heureux, par rapport aux Belges non endettés.

Selon **Lieven Annemans**, «Cela montre que nous ne pouvons pas imputer nos résultats uniquement au fait que les Belges sont moins facilement heureux. Les différences de revenus et l'endettement auquel les gens sont souvent confrontés (par obligation), doivent être mieux gérés par le monde politique. »

*Revenu net normalisé

Le revenu net normalisé (aussi appelé le revenu disponible équivalent) est obtenu à partir du revenu net du ménage, divisé par le nombre de membres qui le composent. Plus d'informations à ce sujet à la fin de ce dossier. Ce chiffre est pondéré. La pondération est basée sur l'échelle d'équivalence modifiée de l'OCDE et est fixée à 1 pour la personne interrogée, à 0,5 pour les autres adultes et à 0,3 pour les enfants.

Exemple 1

La personne interrogée vit avec 1 adulte. Le revenu net du ménage s'élève à 3 000 € par mois.
Pondération = $1 + 0,5 = 1,5$ Revenu disponible équivalent = $€3000/1,5 = €2000$

Exemple 2

La personne interrogée vit avec 2 enfants. Le revenu net du ménage s'élève à 1 600 € par mois.
Pondération = $1 + (2*0,3) = 1,6$ Revenu disponible équivalent = $€1600/1,6 = €1000$

Les principales conclusions de l'Enquête nationale du Bonheur consacrée à l'argent et au bonheur :

- Une nette majorité (70%) de Belges aspirent à des revenus plus importants.
- La satisfaction de vie atteint un pic lorsque le revenu net normalisé se situe entre 4 000 et 4 500 euros par mois.
- En toute logique, les gens qui vivent plus modestement, souhaitent davantage avoir des revenus plus élevés. Un cinquième (20,6%) des Belges ont un revenu net normalisé qui est inférieur à 1 000 euros par mois. Le Belge a un revenu net normalisé de 1 716 euros en moyenne.
- La satisfaction moyenne diminue chez les personnes qui ont des revenus très élevés. Ce phénomène semble aller de pair avec une érosion ou même une baisse de la satisfaction concernant les relations sociales, comme les contacts avec les amis, le cadre de vie, le travail ET les revenus.
- La sérénité financière joue un rôle important dans notre bonheur. Ainsi, les Belges qui ont des dettes et sont inquiets à ce sujet – quel que soit le niveau de leurs revenus – présentent jusqu'à 46% de chances en moins d'être heureux.
- Les personnes qui épargnent pour leur pension et qui disposent d'une assurance-vie voient leurs chances d'être heureuses augmenter de 17%, quel que soit le niveau de leurs revenus.



À propos de NN

En tant qu'expert dans les produits d'assurance de protection, NN mène et inspire le débat autour de la santé et du bonheur. Chacun de nous est unique mais, dans le fond, nous désirons toutes et tous la même chose : une vie saine et heureuse. Le souhait de NN est d'aider les Belges dans leur quête vers plus de bonheur.

NN développe son expertise en matière de protection et de bonheur au travers d'analyses scientifiques. Le groupe souhaite également étendre son action à plus large échelle au sein de notre société, avec pour objectif, rendre les Belges heureux.

Dans ce contexte, la chaire NN consacrée à l'enquête nationale du bonheur (UGent) endosse un rôle essentiel pour répondre à la question : « Qu'est-ce qui rend les Belges heureux ? ». Comme le bonheur est un concept très personnel que chacun tient partiellement entre les mains, NN propose également des outils concrets grâce auxquels le Belge peut se mettre en quête de son propre bonheur.

En tant qu'assureur-vie, NN offre une protection grâce à des solutions innovantes (invalidité et décès, épargne-pension de la branche 23) et un vaste réseau de courtiers et de partenaires du secteur bancaire. NN compte 1,4 millions de clients en Belgique et appartient à NN Group, un assureur et gestionnaire d'actifs international qui jouit d'une excellente position de capital et est actif dans 18 pays à travers le monde.

Pour de plus amples informations à propos de l'Enquête nationale du Bonheur et plus de conseils pour une vie plus heureuse, rendez-vous sur :

www.belgesheureux.be

Pour en savoir plus sur NN : www.nn.be



Contact Presse
Annelore Van Herreweghe

communicatie@nn.be

 **0494 17 02 00**



Les principales conclusions de l'Enquête nationale du Bonheur à ce jour

Qu'importe notre couleur de peau, notre culture ou notre croyance, une chose nous unit : nous voulons tous vivre heureux et en bonne santé. Depuis le 20 mars de cette année, l'Enquête nationale du Bonheur, menée par l'UGent et NN, cherche à découvrir ce qui rendra les Belges heureux l'année prochaine et comment ils peuvent être (encore) plus heureux. Le Professeur Dr. Lieven Annemans, titulaire de la chaire de NN, présente régulièrement des résultats issus de cette enquête. Voici un résumé des principales conclusions établies jusqu'à présent.

1. Les seniors belges sont les plus heureux. La génération X est à la traîne.

Actuellement, un Belge sur trois (35%) est très heureux. Il attribue un score d'au moins huit sur dix à sa qualité de vie. Mais notre bonheur national semble être sur le déclin. En effet, plus d'un quart des Belges (28%) ne sont pas heureux. Par ailleurs, le bonheur en Belgique affiche de nettes différences générationnelles. Aujourd'hui, les seniors belges sont en moyenne plus heureux que la génération X (les Belges âgés de 35 à 49 ans). Les babyboomers, la génération née après la Seconde Guerre mondiale, attribuent un score de 7,2 sur 10 à leur satisfaction de vie. En revanche, la génération X lui octroie une modeste note de 6,2 sur 10. De tous les groupes d'âge, il s'agit du moins heureux.

2. Près de la moitié des Belges se sentent seuls

Les Belges qui se sentent seuls, ont quatre fois plus de risques d'être malheureux. Près de la moitié des Belges (46%) se trouvent actuellement dans cette situation. La solitude constitue un problème surtout chez les jeunes adultes. 54,5% des jeunes Belges âgés de 20 à 34 ans se sentent seuls. La solitude s'avère également être une dure réalité pour la génération X, puisque 53% des Belges âgés de 35 à 50 ans déclarent se sentir seuls. Il est à noter que plus nous vieillissons, moins nous nous sentons seuls. Chez les personnes les plus âgées (les plus de 70 ans), 28,3% se sentent seules, un pourcentage beaucoup moins élevé que chez les jeunes Belges.

3. Des enseignants inspirants nous rendent plus heureux

Pendant notre jeunesse, les enseignants inspirants jouent un rôle déterminant dans notre bonheur à mesure que nous vieillissons. Les personnes qui ont été inspirées par des enseignants, ont 68% de chances en plus d'être heureuses aujourd'hui. Environ 43% des Belges déclarent que des enseignants les ont inspirés durant leur jeunesse. Par ailleurs, le harcèlement a également un impact significatif sur notre bonheur futur. 34,2% des Belges ont été harcelés pendant leur jeunesse. Les personnes qui ont été harcelées dans le passé, courent aujourd'hui 77% de risques en plus d'être malheureuses. La qualité de nos contacts au cours de nos jeunes années ainsi que la chaleur, la confiance et la stabilité que nous avons connues, jouent aussi un rôle déterminant dans notre bonheur à l'âge adulte.

4. Le bonheur diminue chez les personnes aux revenus plus élevés

En général, les personnes qui ont des revenus plus élevés, sont plus satisfaites de leurs revenus, de leurs relations sociales, de leur activité principale et de leur cadre de vie. Mais notre bonheur atteint un pic lorsque le revenu net normalisé se situe entre 4 000 et 4 500 euros par mois. La satisfaction de vie diminue chez les personnes qui ont des revenus supérieurs à ce montant. Les experts expliquent que le souhait permanent de gagner plus d'argent combiné à des liens d'amitiés moins forts rendent ce groupe moins heureux.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur www.belgesheureux.be



Save the date: décembre 2018

L'influence du travail sur le bonheur des Belges

Le prochain domaine de vie abordé sera le travail. En décembre, l'UGent révélera les résultats de l'Enquête nationale du Bonheur ayant trait à cet aspect. En collaboration avec des experts de ce domaine, des recommandations seront offertes pour améliorer le bonheur des Belges.

Le professeur Annemans dévoile déjà quelques éléments :

Nous avons étudié ce qui rend les Belges heureux au travail. Les chiffres montrent que 3 travailleurs sur 10 obtiennent des résultats médiocres en ce qui concerne la satisfaction de vie. Nous allons approfondir ces premières observations.

Annexe - Biographie des orateurs

Jan Van Autreve, CEO de NN



Jan Van Autreve (1973) aurait voulu être pilote, inventeur, aventurier, ... Mais ce licencié en économie est devenu chercheur scientifique à la Vlerick Business School en 1997. Quelques années plus tard, il fait ses débuts en tant qu'analyste financier au Financieel Economische Tijd (aujourd'hui De Tijd), pour devenir ensuite trader chez KBC Securities.

Jan découvre pour la première fois le marché de l'assurance en 2014 lorsqu'il devient Chief Investment Officer chez Swiss Life Belgium. Après la fusion de Swiss Life Belgium et de Delta Lloyd, il se voit confier la responsabilité opérationnelle de l'entreprise en tant que Chief Operating Officer.

En 2010, on lui demande « s'il veut devenir le nouveau CEO de Delta Lloyd Life ». Jan, alors âgé de 37 ans, avait deux jeunes enfants. Il accepte et c'est l'un des moments clés de sa carrière.

5 ans plus tard, Jan quitte Delta Lloyd Life après avoir développée l'entreprise et lui avoir permis de devenir l'une des 5 grandes compagnies d'assurance vie en Belgique. Le 1er juillet 2016, il est nommé CEO de NN Belgium. Il continue à travailler à la réussite de la branche belge du NN Group international, et reçoit la confiance de Robin Spencer, à l'époque CEO International

Insurance de NN Group : « Jan a une solide connaissance de la Belgique, de sa culture et de la concurrence sur le marché de l'assurance. Grâce à sa vaste expérience dans le domaine des assurances, ses aptitudes dans la transformation d'entreprises et ses connaissances stratégiques, il est la personne idéale pour mener l'entreprise jusqu'à la prochaine phase de son développement ». Et Jan d'ajouter qu'il doit aussi cette confiance aux compétences et aux aptitudes de l'équipe NN et qu'il puise son énergie et son inspiration dans les gens, la collaboration et l'interaction.

En 2017, NN Group rachète le Groupe Delta Lloyd. Les deux sociétés unissent leurs forces en Belgique également et poursuivent leur route dans une seule entreprise, sous le nom de NN. Le 18 avril 2017, Jan est nommé CEO de l'entreprise conjointe en Belgique. Des retrouvailles particulières avec l'entreprise qu'il avait quittée à peine un an auparavant. Dans sa nouvelle fonction, il est chargé de garantir l'intégration de NN Belgium et de Delta Lloyd Life en un seul prestataire de service conjoint et solide en Belgique qui se concentre sur la protection (assurances décès et invalidité) et l'épargne pension branche 23.

Avec plus de 700 collaborateurs, Jan ambitionne de faire de NN la compagnie d'assurance la plus personnalisée de Belgique et entend concrétiser cet objectif dans une politique du personnel qui prône le respect des rêves, talents et passions personnels de chacun. Si, au sein du lieu de travail, le personnel peut aussi travailler sur ses propres forces et ambitions, cette politique permettra d'élever aussi bien l'entreprise que ses collaborateurs vers un niveau supérieur. Ces efforts ont été récompensés en février : NN a reçu le label « Top Employer ».

Jan croit en NN : « Nous sommes bien plus qu'un assureur. Nous comprenons notre client et l'assistons dans sa quête personnelle du bonheur qui commence bien évidemment par la tranquillité financière. » Selon lui, le grand bonheur se cache dans les petites choses, comme la partie de kicker le soir en famille, véritable rituel avant le coucher des enfants ; la mère et la fille contre le père et le fils. À la question de savoir où il se voit dans 15 ans, Jan Van Autreve répond : « Tout est possible. On verra bien où on en sera. Pourvu que cela soit à un endroit où je serai heureux et en bonne santé, avec le sourire aux lèvres. »

Professeur Dr. Lieven Annemans, titulaire de la chaire UGent



Le Professeur Dr. Lieven Annemans est professeur en économie de la santé à la Faculté de médecine de l'Université de Gand. Avec l'actuelle chaire NN et « L'Enquête nationale du Bonheur », Annemans entend donner une réponse à la question suivante : « Qu'est-ce qui rend les Belges heureux ? ». L'enquête part des différents domaines de la vie et étudie aussi les caractéristiques personnelles des Belges, permettant une analyse détaillée du bonheur. L'enquête sur le bonheur est, pour Annemans, un nouveau pilier dans son curriculum vitae scientifique, qui s'est principalement focalisé, ces dix dernières années, sur le lien entre économie et santé.

Le Professeur Dr. Lieven Annemans a été pendant huit ans président du Conseil flamand de la santé et président de l'association internationale de pharmaco-économie (ISPOR). De 2000 à 2003, il a été collaborateur au cabinet de Frank Vandenbroucke. En 2013 et 2017, le professeur Annemans a été lauréat de la Chaire Francqui. Il est l'auteur des ouvrages suivants : *De prijs van uw gezondheid* (Le prix de votre santé) (2014) et *Je geld of je leven in de gezondheidszorg* (Votre argent ou votre vie en soins de santé) (2016). Il est également l'auteur de plus de 250 publications scientifiques internationales sur l'économie de la santé.

Cynthia Ghysels, coach du bonheur

Parfois, les gens ne savent plus ce qu'ils veulent dans la vie. Ils doutent à propos de leur job et préféreraient se lancer sur une nouvelle voie, mais bien souvent ils ne savent pas comment. Dans ces cas-là, ils peuvent compter sur la coach de vie Cynthia Ghysels (50).

Cynthia est l'un des rares coaches de vie agréés en Belgique. Elle croit plus que jamais que c'est en veillant à son épanouissement personnel que l'on peut faire la différence dans sa propre vie et dans celle des autres. Sa passion pour le développement personnel date de ses jeunes années. À l'âge de 17 ans, elle devient championne de Belgique du lancer du poids. Après des études de droit, elle entame une belle carrière dans le monde de l'assurance. Carrière qui durera 22 ans. C'est là qu'elle a appris qu'une meilleure connaissance de soi mène à un leadership plus fort.

Maman célibataire de deux filles, elle a choisi de mener la vie qui lui convient et d'exprimer totalement sa passion à travers sa propre entreprise. Elle a créé Life Planning, une méthode pour découvrir comment donner du sens à sa propre vie et comment faire les bons choix, une méthode pratique et concrète applicable aux entrepreneurs, aux sportifs de haut niveau, aux entreprises et à leurs leaders, à la recherche d'évolution personnelle et d'efficacité commerciale.

Sur son Blog du Bonheur, Cynthia apprend aux Belges comment ils peuvent prendre en main leur bonheur. En tant que coach du bonheur, elle leur donne des conseils et leur fournit les moyens de faire le premier pas vers une vie plus heureuse. Cynthia mène les Belges sur le chemin d'une vie pleine d'enthousiasme

