

HUMOUR/JEUX

redaction.union@sonapresse.com

Les mots fléchés de Thomas NZE NEREE N°7324

BOULEVER-SER	TRAVAIL		CUBER	CHOIX	DÉPT. FRANÇAIS
COUVENTS	PLONGE DANS L'EAU			PÉRIODE	PERDRE
APRÈS UNG			CONSTRUIT		
COUVENT			DU RAISIN		
				ARGON	
				SAISONS	
RÉCENTE				PÉRIODE	
CUBE				PÉNÈTRERA	
	PÉNURIE				ÉCIMAS
	CONTINENT				
BÉRYLLIUM		SEPT ROMAIN	PLANTE		
HABITATIONS RELIGIEUSES			EMPEREUR ROMAIN		
					HABITATION RELIGIEUSE
CANTON SUISSE			ERBIUM		
GALERIE DU MONASTÈRE			TITRE FONCIER	CÉRIUM	
				DO	
				EXISTES	
ÉCOLE PUBLIQUE		PERCERA			
PALMIER			FOUTUS		

L'INSOLITE DU JOUR

Royaume-Uni : un cours sur le bonheur rendrait effectivement les étudiants plus heureux

RESTER optimiste durant cette période de crise sanitaire et économique peut s'avérer délicat. L'université de Bristol, au Royaume-Uni, a trouvé une solution pour accompagner les étudiants de 1re année en dispensant un cours sur le bonheur. Certains étudiants "semblent en tout cas plus heureux depuis qu'ils ont suivi des leçons sur le sujet", précise The Guardian. Et ils sont plus optimistes que ceux qui ne l'ont pas suivi, selon une étude.

Cette formation a été lancée en 2019 par l'établissement universitaire après avoir constaté une "hausse inquiétante des problèmes de santé mentale chez les élèves à travers le Royaume-Uni". Le dispositif est

basé sur un cours dispensé à l'Université de Yale, aux États-Unis.

La formation sur le bonheur dure trois mois et comporte deux volets, l'un théorique et l'autre pratique. Les étudiants assistent à des cours magistraux enseignant la psychologie et la neuroscience du bonheur. Ils permettent de définir le bonheur et pourquoi il survient.

Dans la partie pratique de la formation, les étudiants sont invités à "réaliser un acte de gentillesse, bavarder avec un inconnu, prendre le temps de savourer une expérience, faire de l'exercice, bien dormir, même rédiger une lettre de remerciement", précise The Guardian.

Solution de la grille N° 7323

G	T	J	E	R	S
P	I	E	R	R	E
R	A	E	R	E	S
P	O	I	V	R	E
F	E	E	M	E	N
A	L	S	A	I	N
E	N	T	R	A	I
A	A	I	D	U	E
N	A	R	P	E	L
E	P	I	S	S	E
T	I	N	T	E	M
O	S	E	E	S	A

GABONITUDES par LYBEK



© LYBEK 2021



Accent Nubia 50K
3G
Offert : 1H + 1Go

Surfez sur vos Réseaux Sociaux préférés

19 900 FCFA

Seulement



Gabon Telecom

moov-africa.ga / Service client 222