

## Information Presse

25 novembre 2010

### **Prix Santé & Bien-être Philips 2010**

**Le jury du prix littéraire récompense les ouvrages :  
« Apprendre à être heureux »  
et « Le sommeil dans tous ses états »**

**Suresnes (France)** - Début 2009, Philips France lançait un prix littéraire unique en son genre destiné à encourager des réflexions et des actions liées à l'amélioration de la qualité de vie des personnes. Deux livres grand public traitant, l'un de la santé, l'autre du bien-être, sont ainsi primés chaque année en novembre.

En 2010, le « Prix Santé & Bien-être Philips » est attribué aux ouvrages « Apprendre à être heureux » de Tal Ben-Shahar (éditions Belfond) et « Le sommeil dans tous ses états » du Pr Damien Léger (éditions Plon).

#### **La santé et le bien-être, deux défis majeurs à relever par notre société**

« Ces défis, identifiés par l'entreprise depuis de nombreuses années, nous ont conduits à concentrer les efforts de chaque activité - Healthcare, Lighting et Consumer Lifestyle - sur le développement de produits et services améliorant la qualité de vie de chacun d'entre nous. Philips est ainsi, en France, leader du monitoring cardiaque, de la cardiologie interventionnelle, des solutions d'éclairage Grand Public et Professionnelles et première marque du marché petit électroménager. Le Prix Santé & Bien-être Philips souligne l'investissement de l'entreprise en matière d'innovation et de développement durable, deux valeurs au cœur de sa stratégie », déclare Joël Karecki, Président de Philips France.

A l'heure où 75% des Français se disent préoccupés par leur état de santé et 90% d'entre eux prêts à faire des efforts et à changer d'habitudes pour être en meilleure forme tant physique que psychologique\*, les deux ouvrages lauréats invitent les lecteurs à être acteurs de leur santé et bien-être.

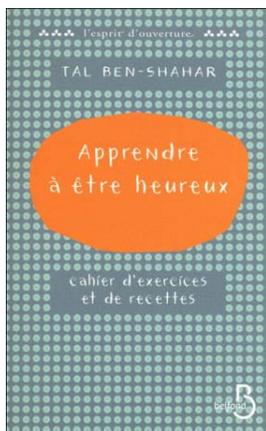
\* : Sondage Ifop « Les Français, la santé et le bien-être » réalisé en exclusivité pour Philips - Mai 2010

## Catégorie Bien-être

Les cinq ouvrages finalistes de la catégorie « Bien-être » étaient :

- « Apprendre à être heureux » - Tal Ben-Shahar - Editions Belfond
- « Se réjouir, s'apaiser, réussir » - Françoise Kourilsky - InterEditions
- « Mon école écolo » - Maud Fontenoy - Editions du Chêne
- « L'homme qui voulait être heureux » - Laurent Gounelle - Editions Anne Carrière
- « Regard sur la ville durable » - Alain Maugard, Jean-Pierre Cuisinier - Editions CSTB

### « Apprendre à être heureux » - Taj Ben Shahar



Récompensé dans la catégorie « Bien-être », le cahier d'exercices et de recettes de Tal Ben-Shahar livre l'essentiel des enseignements en psychologie positive qu'il dispense à l'Université de Harvard.

En cinquante-deux chapitres - à raison d'un par semaine - l'auteur, titulaire d'un doctorat de psychologie et de philosophie, propose un thème central accompagné d'un exercice pour accéder au bonheur de manière simple et ludique.

Le jury a particulièrement apprécié le caractère didactique de cet ouvrage. Gratitude, changement, estime de soi, activité physique, intégrité, amour, argent... autant de thèmes sur lesquels l'auteur invite les lecteurs à réfléchir. Les exercices proposés, mêlés aux enseignements des plus grands philosophes, psychologues et artistes aident réellement à être heureux, de jour en jour.

A noter : la première place s'est jouée à une voix près entre « Apprendre à être heureux » et « Regard sur la ville durable ». Le jury tient d'ailleurs à saluer la qualité du second ouvrage associant avancées technologiques et sciences humaines. Les auteurs Alain Maugard et Jean-Pierre Cuisinier, épaulés par une dizaine d'experts, livrent de très intéressantes observations et clefs pour que « la civilisation urbaine devienne éco-compatible ».

## Catégorie Santé :

### Les cinq ouvrages finalistes de la catégorie « Santé » étaient :

- « Le sommeil dans tous ses états » - Pr Damien Léger - Editions Plon
- « Dialogue sur la médecine de demain » - Pierre Dominicié, Francis Waldvogel - PUF
- « Guérir et mieux soigner » - Pr Pascal Hammel - Editions Fayard
- « L'envol du papillon » - Lisa Genova - Presses de la Cité
- « Une théorie du soin » - Gérard Reach - Editions Les Belles Lettres

### « Le sommeil dans tous ses états » - Pr Damien Léger



Damien Léger, spécialiste du sommeil et professeur à la faculté de médecine de l'Université Paris-Descartes fait le point sur les dernières avancées scientifiques dans ce domaine.

Près d'un tiers de la vie est consacré à dormir. L'ouvrage du Pr Léger vise, très simplement, à nous apprendre quel dormeur nous sommes et ainsi à faire de notre sommeil un véritable allié.

« Le sommeil dans tous ses états » synthétise et vulgarise les dernières connaissances sur le sommeil tout en délivrant des conseils pratiques. Ces derniers concernent tant la nutrition, la literie, l'exercice physique que le dépistage de maladies (insomnie, apnées du sommeil...) empêchant un sommeil réparateur.

Conscients que mieux dormir, c'est aussi mieux vivre, les membres du jury n'ont pas hésité à suivre les méthodes et recettes décrites par le Professeur Damien Léger.

Joël Karecki, président de Philips France, a remis un chèque de 5 000 euros à chacun des auteurs des ouvrages primés.

Le jury 2010 du Prix Santé & Bien-être Philips était composé de 15 personnalités du monde de la médecine, de la création, de la presse et de l'entreprise.

Pr. Elisabeth DION	Chef du Service Imagerie de l'Hôpital Louis Mourier (APHP)
Pr. Patrick LEVY	Professeur de Physiologie au CHU de Grenoble, fondateur de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance
Dr. Laurent LEVY	Médecin radiologue spécialisé en sénologie
Dr. Frédéric SALDMANN	Praticien attaché des Hôpitaux de Paris, Directeur de la Revue Nutrition Pratique et auteur de nombreux ouvrages sur la santé
Isabelle WEILL	Présidente de l'Association RMC-BFM
Anne JEANBLANC	Journaliste au Point, spécialiste des questions de santé et auteur de livres sur la santé et le bien-être
Frédéric DENHEZ	Conseiller et auteur d'une vingtaine d'ouvrages sur l'environnement
Matali CRASSET	Designer industriel
Dr. Paul BENKIMOUN	Auteur de l'ouvrage « Médecine Objectif 2035 » et lauréat du Prix Santé et Bien-être Philips 2009 - Catégorie Santé
Marcel GUEDJ	Auteur de l'ouvrage « Bricoler sain » et lauréat du Prix Santé et Bien-être Philips 2009 - Catégorie Bien-être
Joël KARECKI	Président de Philips France
Olivier GINET	Directeur Général de Philips Consumer Lifestyle France
Jean-Luc BUDILLON	Directeur Général de Philips Healthcare France
Thierry BRAUNECKER-BECKER	Directeur Général de Philips Lighting France
Alexandre TELINGE	Directeur Marketing & Communication de Philips France

Invités à participer aux débats de l'édition 2010 avec les mêmes prérogatives de vote que les membres permanents, Paul Benkimoun et Marcel Guedj, lauréats du prix « Santé et Bien-être Philips 2009 », cèderont leur place au sein du jury à Tal Ben-Shahar et au Professeur Damien Léger. Ces derniers participeront ainsi à l'élection des deux prochains lauréats du Prix Santé & Bien-être Philips en 2011.



De haut en bas, de gauche à droite

M. Guedj, J-L Budillon, T. Braunecker-Becker, O. Ginet, Dr F. Saldmann, Pr E. Dion, M. Crasset, Dr L. Levy  
F. Denhez, A. Jeanblanc, A. Télinge, I. Weill, J. Karecki

## **A propos de Royal Philips Electronics**

Royal Philips Electronics (NYSE : PHG, AEX : PHI), Pays-Bas, est une entreprise dédiée à la santé et au bien-être visant à améliorer la vie des personnes grâce à des produits et services innovants. Leader mondial dans les domaines de la santé, de l'éclairage et du style de vie, Philips intègre technologie et design à ses solutions centrées autour de l'utilisateur, fondées sur les attentes des consommateurs et sa promesse « sens et simplicité ». Basé aux Pays-Bas, Philips emploie 118 000 salariés dans plus de 60 pays. Avec un chiffre d'affaires de 23 milliards d'euros en 2009, la société occupe des positions de leader sur les marchés des soins du cœur, des soins de précision et de santé à domicile, des systèmes d'éclairage à économie d'énergie Grand Public et Professionnels et des solutions pour le bien-être et le confort des individus, plus précisément en écrans plats, rasoirs et tondeuses pour homme, produits de divertissement nomades et produits d'hygiène bucco-dentaire.

Les informations sur Philips sont disponibles sur : [www.philips.com/newscenter](http://www.philips.com/newscenter).

### **Contacts Presse :**

Fleishman-Hillard pour Philips France

Florence Grégeois / Lucia Coelho

Tel: 01 47 42 92 79 / 19 84

Email: [florence.gregeois@fleishmaneuropa.com](mailto:florence.gregeois@fleishmaneuropa.com) / [coelhol@fleishmaneuropa.com](mailto:coelhol@fleishmaneuropa.com)