



GLOBAL WELLNESS DAY®

*«Один день, який може змінити
все твоє життя на краще!»*

Міжнародний соціальний проект Global Wellness Day

Шановний Велнес Партнер,

Ми всі хочемо бути здоровими, добре виглядати, жити у відмінній фізичній та ментальній формі - це практично спільна мрія всього світу.

Ми вшановуємо та святкуємо безліч подій, що є для нас важливими. Так чому ж ми зволікаємо приєднатись до глобального святкування міжнародного дня на честь загальноновизнаних цінностей здорового життя?

З 2012 року вже 174 країни світу з гордістю кажуть: «Цей день вже існує»!

Щороку, у другу суботу червня, цей день відзначається як **Global Wellness Day** - День Глобал Велнес.

День Глобал Велнес – Global Wellness Day (GWD) - це абсолютно не-комерційний івент, міжнародний соціальний проект, присвячений велнес та здоровому стилю життя.



Основна мета проекту - усвідомлення цінності свого життя, профілактика захворювань та свідомий вибір здоров'я.

Навіть якщо це лише один день на рік, але він змусить зупинитись і задуматись над своїми основними пріоритетами, відволіктись від стресу міського життя, залишити погані звички, і тим самим знайти всередині себе спокій – це буде той самий **День, який може змінити все твоє життя!**

Перший крок, який ми зробили у Туреччині, перетворився на міжнародний рух. Ми об'єднали зусилля з GWD Амбасадорами, Радниками та ключовими велнес професіоналами по всьому світу.

Ми поставили перед собою мету зробити проект День Глобал Велнес - днем, який по всьому світу буде святкувати кожна людина. І ми впевнено крокуємо до цієї мрії. Якщо ви розділяєте наші погляди, що один **День може змінити все твоє життя** - приєднуйтесь до нас як партнер Дня Глобал Велнес та долучайтесь до цього особливого проекту у вашому місті або регіоні.

З найкращими побажаннями,
Бельгін Аксой (Belgin Aksoy)
Засновниця
Global Wellness Day

ЧОМУ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС?



- Найпоширеніше захворювання по всьому світові
 - Найбільша небезпека для людства
- Не думайте, що мова йде про новий вірус.

Ім'я найпоширенішої хвороби на Землі - це депресія - тривале виснажливе захворювання, яке позначається на щоденному житті людини.

Депресія — це не просто постійне зниження настрою, песимізм та прагнення до усамітнення. Це психічний розлад, який призводить до дуже серйозних наслідків.

Депресія означає порушення сну, постійне відчуття стресу, нераціональне харчування, малорухливість, ожиріння та хвороби серця.

Якщо ви вважаєте, що вчені та лікарі вирішать цю проблему, яка виглядає наче темна хмара над нашим майбутнім, то подумайте ще раз, тому що рішення знаходиться у ваших руках. І ім'я цьому рішенню – велнес.

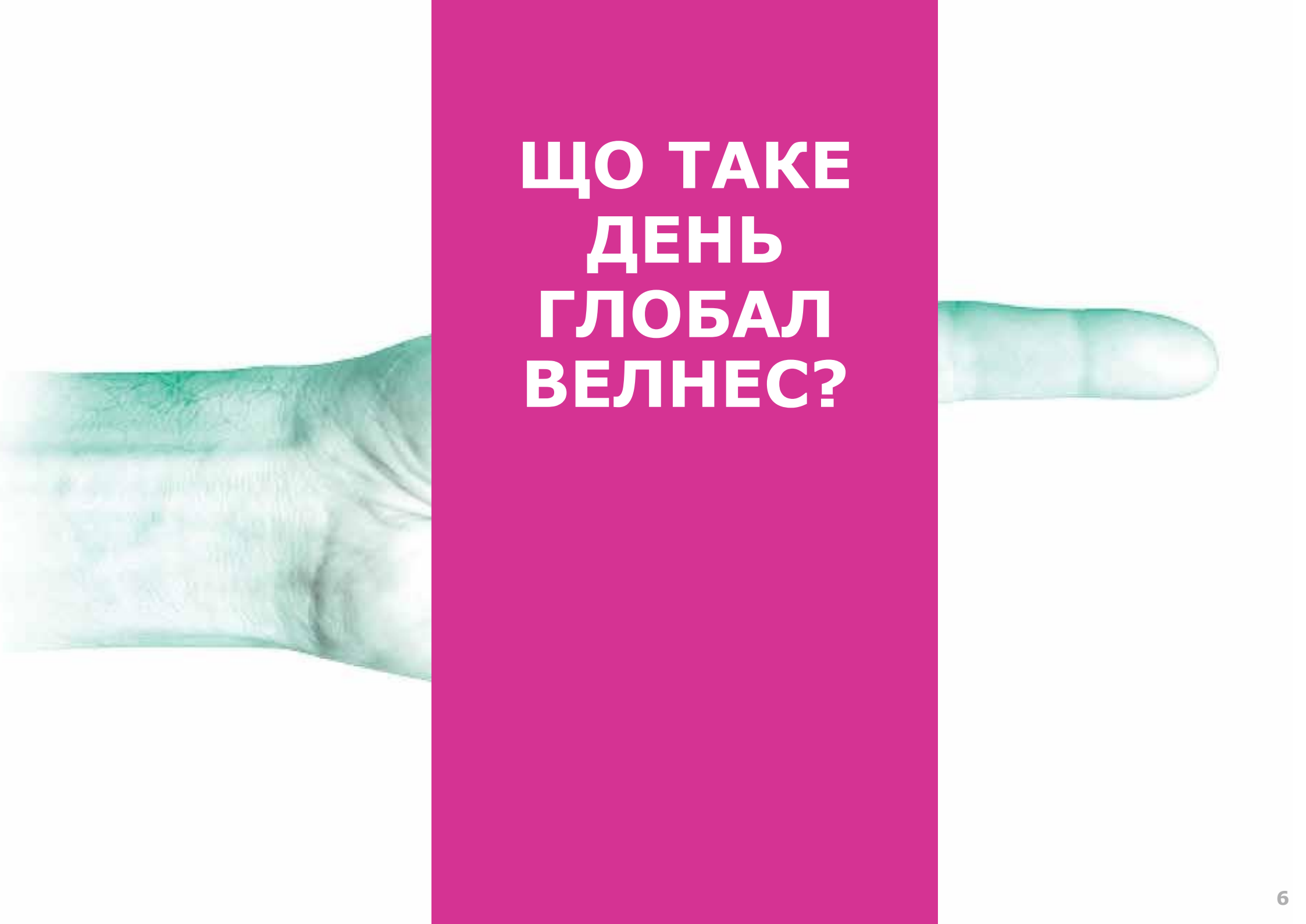


Мільйони людей потребують мотивацію або момент істини, який зможе змінити все життя на краще. І назва йому - День Глобал Велнес.

День Глобал Велнес - це подорож до самопізнання, під час якого ви зрозумієте, що маєте сили та можливості свідомо змінювати кожен день вашого життя.

Ми повинні поширювати цю місію по всьому світу, та нагадувати людям, що **Велнес - це не розкіш, а невід'ємне право кожної людини.**



A hand with a pointing finger, rendered in a light blue, semi-transparent style. The hand is positioned on the left side of the frame, with the index finger pointing towards the right. The background is a solid, vibrant magenta color. The text is centered on the magenta background.

ЩО ТАКЕ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС?

День Глобал Велнес об'єднує фітнес, традиційну та східну медицини, енергопрактики, здорове харчування та ментальне здоров'я.

Основна мета цього глобального руху – привернути увагу до свідомообраного здорового життя. Це крок, який займає полум'я щастя. Це особлива можливість - розкрити світ велнес та надихнути усіх, хто до нього доторкнувся.

Проект День Глобал Велнес бере початок з міста Сапанджа, Туреччина. Починаючи з 2012 року **День Глобал Велнес** - це офіційна назва міжнародного проекту, присвяченого здоров'ю.


День Глобал Велнес відзначається у другу суботу червня кожного року як громадська подія, яке перетворює мрію кожної людини «жити добре» у реальність.

Проект не має ніякого відношення до будь-якої організації або асоціації та не переслідує ніяких комерційних цілей.



Започаткований у Туреччині, протягом короткого часу проект отримав міжнародне визнання та перетворився на міжнародну соціальну платформу, яка відкрита для всіх у світі.



A high-speed photograph of water splashing, showing intricate patterns of droplets and bubbles, positioned on the left side of the page.

ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС 2012-2014

GLOBAL WELLNESS DAY 2012

Вперше День Глобал Велнес (Global Wellness Day) було проведено у 2012 році у м. Сапанджа, Туреччина на території готелю Richmond Hotels.



Marc David - Nutritional Psychologist



Murat Tavman - Fitness Expert



GLOBAL WELLNESS DAY 2014



Kristina Vänni, Katherine Yancey, Rona Berg, Kim Marshall



Charlene Florian - Chief Creative Officer

ГОЛІВУД ТАКОЖ КАЖЕ "ТАК!"

2014 рік – День Глобал Велнес отримав численну підтримку багатьох відомих номінантів та лауреатів Emmy Awards.



Chris Hardwick - Walking Dead



Jessie Tyler Ferguson & Ty Burrell - Modern Family



Joe Morton - Scandal



Jordan Peele - Key & Peele



Jay Pharoah - Saturday Night Live




Josh Charles - The Good Wife



GLOBAL SPA & WELLNESS SUMMIT, MARRAKESH 2014

У тому ж 2014 році, засновницю проекту GWD Бельджин Аксой запросили взяти участь у 8-му Всесвітньому Саміті The Global SPA & Wellness Summit - найпрестижнішому івенті велнес та СПА індустрії.

Протягом 10-12 вересня 2014 у м.Маракеш, Мороко, Самміт відвідали 400 делегатів.



**2015:
РІК
ПРОРИВУ
ПРОЕКТУ
ДЕНЬ
ГЛОБАЛ
ВЕЛНЕС
(GWD)**

Протягом трьох років, країни світу проявляють велику зацікавленість у проведенні **Global Wellness Day**.

Ще у 2012 р. День Глобал Велнес відзначався лише у одному СПА у Туреччині, а у 2016 р. він перетворюється на подію міжнародного масштабу та привертає увагу більш, ніж 600 локацій у 74 країнах.



У 2015 році програма **Global Wellness Day** вже включає фітнес, здорове харчування, йога і рейки, семінари та воркшопи, які проводяться абсолютно безкоштовно протягом цілого дня. Гостям та учасникам івенту подаються ласощі та напої.

У рамках святкування Дня Глобал Велнес організуються семінари за участю міжнародних та місцевих фахівців медицини та експертів велнес напрямків.





CAMIT GLOBAL WELLNESS, MEXICO 2015

2015 рік - під час проведення GLOBAL WELLNESS SUMMIT у м. Мехіко, засновниця Global Wellness Day Бельджин Аксой вразила учасників доповіддю про те, як проект День Глобал Велнес, протягом одного року, поширився на 7 континентів.

Того ж року Саміт відвідали 460 делегатів, у тому числі доктор Діпак Чопра, який входить у ТОП-100 найбільш успішних людей у світі та є автором 80 книг, та спікер та автор - Агапі Стассінопулос.





**2016:
ДЕНЬ ГЛОБАЛ
ВЕЛНЕС
ПРОВОДИТЬСЯ
У 90 КРАЇНАХ**



2016 рік - День Глобал Велнес перетворюється на міжнародний рух, який отримує підтримку міжнародних урядів та відзначається у більш, ніж 3000 локаціях у 90 країнах.



У 2016 році програма **Global Wellness Day** включає фізичні активності, воркшопи здорового харчування, духовні практики та активності, направлені на підвищення соціальної відповідальності.



ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС



ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС



ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС



2016 КОНФЕРЕНЦІЯ ISRA (МІЖНАРОДНА АССОЦІАЦІЯ СПА) ЛАС ВЕГАС

2016 рік - після отримання від Міжнародної Асоціації СПА нагороди «Премія Інновації» у категорії «Благодійні ініціативи», проект отримує ще більше міжнародного визнання.



CAMIT GLOBAL WELLNESS SUMMIT, ТИРОЛ 2016

2016 рік - Саміт **Global Wellness Summit** святкує свій 10-річний ювілей у м. Тирол, Австрія.

600 делегатів велнес індустрії з усього світу спостерігають за доповіддю Бельджин Аксой як День Глобал Велнес відзначався у 90 країнах.





**2017:
ДЕНЬ ГЛОБАЛ
ВЕЛНЕС
ВІДЗНАЧАЄТЬСЯ
У 100 КРАЇНАХ**



НЕПЕРЕВЕРШЕНІ РЕЗУЛЬТАТИ ПО ВСЬОМУ СВІТУ

- **100 країн**
- Більш, ніж **4000** локацій по всьому світу
- **85** Амбасадорів, **22** ключових наступника та **3** радника на **7** континентах
- По всьому світу більше **100 млн. людей** приєднується до проекту День Глобал Велнес

АНОНСУВАННЯ ДИТЯЧОГО ПРОЕКТУ “GWD KIDS PROJECT”

10 жовтня 2017 року.

Під час проведення Саміту Global Wellness Summit, засновниця Global Wellness Day – Бельгін Аксой, власниця єдиного у Туреччині SPA з мінеральними джерелами та мати 16-річної дитини, анонсувала проект «День Глобал Велнес та Діти».

У 2017 році Global Wellness Summit, який проходив у Палм Біч (штат Флоріда, США) відвідало 600 делегатів з 42 країн світу.





Після проведених консультацій з авторитетними університетами, клініками та міжнародними велнес експертами, був затверджений навчальний план проекту.

У дитячих дошкільних установах, кожного ранку по 5 хвилин, а у початковій школі 1 годину, щотижня, за проектом «Діти Дня Глобал Велнес» вивчають три предмети: самоприйняття (**Self-Love**), техніки дихання (**Breathing**) та усвідомленість (**Mindfulness**).

Дихальні вправи та техніки поліпшують стан здоров'я та дають основи подолання стресу; усвідомленість (від здорового харчування до прогулянок на природі) покращують емоційний та фізичний стан; самоприйняття допомагає долати сором, гнів, відчуття провини та навчають приймати себе та оточуючих.

ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС





**2018:
ДЕНЬ
ГЛОБАЛ
ВЕЛНЕС
ПРОДОВЖУЄ
МАНДРУВАТИ
СВІТОМ**

2018 рік - День Глобал Велнес одночасно відзначався у 130 країнах світу, 5000 локаціях.

Різноманіття заходів вражало: від встановлення прапора GWD на вершині Евересту та надання медичної допомоги хворим дітям на кордоні Таїланду та М'янми до відвідування будинків літніх людей у Бразилії.

Презентація відео та фотозвіту GWD 2018 року була продемонстрована 2000 бізнес-партнерам Tribe Event, який проходив у Пармі, Італія.



ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС НА ВЕРШИНІ ГОРИ ЕВЕРЕСТ, НАЙВИШОЇ ГОРИ СВІТУ



GWD Ambassador of Nepal and World Record Holder, Ms. Lhakpa Sherpa

Summit of Mt. Everest
The Highest Mountain in the World


GLOBAL WELLNESS DAY

ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС



ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС





**2019:
ДЕНЬ ГЛОБАЛ
ВЕЛНЕС
ПОШИРЮЄТЬСЯ
ПО ВСЬОМУ
СВІТУ**

2019 рік - 8-й щорічний День Глобал Велнес святкується по всьому світу.

У 150 країнах та більш, ніж 7000 локаціях проводяться безкоштовні заходи: 45К марафони, зумба та Тай Чі, заняття йогою, організовані на майданчиках міжнародних готельних мереж.

Проект отримує підтримку: Герцога та Герцогині Сассекських, Британської Королівської Родини

Всесвітньо-відомих ведучих американських ток-шоу та продюсерів **Опри Вінфрі та Гейла Кінга**

турецько-американського кардіоторакальний хірурга та ведучого шоу "Доктор Оз", **доктора Мехмет Оза**

американського автора пісень та продюсера **DJ Khaled**

дворазового чемпіону проекту "Танці з Зірками" та лауреата премії «Еммі», актриси **Джуліанн Хауф**.



ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС



ФОТОЗВІТ КРАЇН, ЯКІ СВЯТКУЮТЬ ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС




ПІДТРИМКА МІЖНАРОДНИХ УРЯДІВ ТА ОРГАНІЗАЦІЙ

- **Герцог та Герцогиня Сассекські Британської Королівської Родини**
 - Принц Румунії Раду
 - Таїланд - Міністерство туризму Таїланду, Столичний муніципалітет Бангкока та Тайський союз курортів
 - Кіпр - Президент Нікос Анастасіадес, Кіпрська туристична організація та губернатори Лімасолу, Ларнаки, Пафоса, Агая Напа та Нікосія
 - Колумбія - Procolombia Exports Tourism Brand Country, Інститут торгівлі та міністр туризму Марія Клавдія Лактур
 - Туреччина - Союз туристичного готельного господарства, Турецький фонд серця, Столичний муніципалітет Стамбула, муніципалітет Сапанджа та Управління туристичної культури округу Сакар'я
 - Канада - Джек Фроуз, мер міста Ленглі
 - Аруба - Союз туризму Аруби. День Глобал Велнес відзначається на кожному курорті Аруби
 - У Сполучених Штатах Америки проект День Глобал Велнес підтримують:
 - Серж Дедін, мер Імперського узбережжя; мер м. П'єрмонт, штат Нью-Йорк;
 - мер острова Каталанія, штат Каліфорнія; Кеті У. Малкахі - мер Орандж Вілідж, штат Огайо; представник Ради Асоціації Велнес Туризму Армонд Будіш, Денвер, штат Колорадо
-

ПІДТРИМКА МІЖНАРОДНИХ УРЯДІВ ТА ОРГАНІЗАЦІЙ

- Мальдіви - Ахмед Махлуфа, Голова Міністерства молоді, спорту та розширення можливостей громад
- Індія - Міністерство туризму Індії та Міністерство охорони здоров'я в Махараштрі, міністр водних ресурсів Індії Гіріш Махадж та міністр добробуту дітей Індії Панкаджа Гопінат Мунде
- Нігерія - генеральний консул Франції Лоран Полонсо
- Коста-Ріка - Джоні Арая, мер столиці Сан-Хосе, віце-президент Паула Варгаса Рамірес; Асоціація оздоровчого туризму Коста-Рики та Професійне товариство Коста-Рики
- Ірландія - Міністерство охорони здоров'я під керівництвом Тоні Маклафліна
- Сербія - муніципалітет Каджетіна, Торгова палата Сербії та Асамблея міста Белграда
- Мексика - мер та уряд Сан-Мігеля де Альенде, міністр економічного розвитку та туризму Сан-Луїс Потосі Густаво Пуенте Ороско
- Бразилія - міський голова Грамадо, Асоціація дітей Брілхо до Сол та громадська організація Charity Ladies
- Аргентина - Палата депутатів у штаті Ентре-Ріос
- Франція - уряд міста Енгієн-ле-Бен

The background of the slide is a white surface with several smooth, light-colored stones scattered across it. One stone is positioned in the upper right corner, partially overlapping the pink text box. The text box is a vertical pink bar in the center of the slide, containing the title in white, bold, uppercase letters. The overall aesthetic is clean and minimalist.

7 КРОКІВ МАНІФЕСТУ ДНЯ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС

7 КРОКІВ МАНІФЕСТУ

Для того, щоб свідомо обрати здоровий стиль життя, День Глобал Велнес маніфестує наступні сім простих кроків.

Навіть якщо людина не може одразу реалізувати всі кроки, важливо щоб принаймні, деякі з них регулярно застосовувались у повсякденному житті.

ПЕШІ ПРОГУЛЯНКИ ПРОТЯГОМ ПРИНАЙМНІ ОДНІЄЇ ГОДИНИ

Під час прогулянок людина відчуває себе щасливішою через те, що при хотьбі мозок виділяє ендорфін. Прогулюючись принаймні одну годину на добу, зберігається фізична форма, зміцнюються м'язи, зпалюється жир з живота, знижується рівень холестерину, як результат - долаються проблеми з зайвою вагою.

ПИТИ БІЛЬШЕ ВОДИ

Люди, які п'ють менше води ніж необхідно організму, страждають від виснаження, відсутності уваги та проблем з пам'яттю.

НЕ ВИКОРИСТОВУВАТИ ПЛАСТИК

Пластикові пляшки, виготовлені з нафтових відходів, наносять незлічену шкоду нашому здоров'ю та навколишньому середовищу.

78% продуктів, упакованих у пластикові пляшки мають велику кількість хімічних речовин, так званих "ендокринних руйнівників". У той же час, пластик виділяє хімічні речовини, під час термообробки. Дослідження переконливо показують, що деякі з хімічних речовин у цих продуктах, такі як біс-фенол А (BPA) може викликати онкологічні захворювання.

ОБИРАТИ ПРОДУКТИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ

Дуже важливо намагатися споживати продукти, які виробляються природними методами, без використання пестицидів та хімічних речовин.

РОБИТИ ДОБРІ СПРАВИ

Хочеш змінити світ навколо себе – починай з себе!

Зроби одну добру справу на день, щоб зробити цей світ кращим місцем для життя. Зверни увагу на те як змінюється твоє життя, коли ти допомагаєш змінити життя інших.

СІМЕЙНА ВЕЧЕРЯ З РОДИНОЮ

Насолоджуйтесь сімейною вечерею у приміщенні, де немає смартфонів або телевізора. Поговоріть про ваші дні. Прислухайтесь один до одного. Деякі дослідження показують, що сімейна вечеря з близькими людьми має психологічно позитивний вплив на дітей, які страждають ожирінням.

ЛЯГАТИ СПАТИ О 10 ГОДИНІ ВЕЧОРА

Сон - це дуже важливий процес, під час якого наше тіло регулює та відновлює усі процеси в організмі. Саме сон уповільнює процес старіння та захищає від хвороб.

***"Один день, який може змінити
все твоє життя на краще!"***

7 КРОКІВ МАНІФЕСТУ GWD



1

Щоденні пеші прогулянки не менш 1 години



2

Пити більше води



3

Не використовувати пластик



4

Споживати здорову їжу



5

Робити добрі вчинки



6

Вечеря з родиною



7

Лягати спати не пізніше 10 години вечора

ПРЕСА 2012-2019

&Life Magazine O, The Oprah Magazine
Blue Wings Magazine Akşam Cumartesi Daily Sabah Akşam
Huffingtonpost Buen Viaje BeStyle Magazine
Capital Magazine Alem Wedding Dünya Alerta Bugün
Cabine France Aora Voyages Cumhuriyet Cosmopolitan
Dr.Oz Babillages Carnets De Voyage Beverly Hills Courier
Direto de Fonte Global Traveler USA Emotionspa
DaySpa European Spa Magazine Economia De Hoy
EuroMundo Echo Nature Grazia Maroc RobbReport
Elele People Magazine Hello
Glober Geo Habertürk Cumartesi Brides Diversions GQ Türkiye
El Journal de L'eco Formsante Elele Habertürk
Fashion & Travel Fanatik House Beautiful
Harper's Bazaar Hotelier maldives Harper's Bazaar Wedding
Sabah Insider's Guide to Spas Homeart Hürriyet

Journal de Montreal Klass Magazin Kosmo İstanbul Life Para
Lezzet Milliyet Cadde Ladepeche La Libre Belgique
Spa & Wellness Magazine La Montagne Platin
Los Caminos De Baco La Region La Trubibe InStyle Türkiye
HT Kulüp Men's Fitness Marie France Marrakech Post
Hürriyet Cumartesi La Yoga Style Magazine Wander Sabah
Madame a Marrakech Sözcü Sofra Şamdan Plus Posta
Milliyet Pulse Spa Opportunities Magazine
Profestional Spa and Wellness Monaco Chanel MAG Dergi Men's Health
Le Telegramme Time Out İstanbul Spa Business
Star Cumartesi İstanbul & İstanbul Sabah'la Günaydın Shape
Sense of Wellness The Jakarta Post Madame Figaro
Professional Beauty Organic Spa Magazine
Les Nouvelles Esthetiques and Spa Spa Opportunities G spa
The Playa Times

Adana Toros Sante Magazine Caymanian Times Shoreline Area News
Bizim Anadolu L'independant Gazete Aydın Maldive Times
Tourism News D.repubblica.it Türkiye Turizm Bigoody.com
Traveller Magazine Vivre-Essaouira Quality of Magazine Vatan V2
Vivre-Marrakech YeniBirlik hurriyet.com.tr Women's Health
gundem.me irishcountrymagazine.ie Yoga Journal Vatan Makaron
Le Magazine De La Sante Vogue Türkiye lesmousquetettes.com
World Travel Magazine france.fr **Vanity Fair** The Gate
mariefrance.fr **Vogue** Wellness Travel Journal
hindustantimes.com Fit News milliyet.com.tr newsgo.net sagligimicinhersey.com Voila
turizmdebusabah.com Ekonomist Magazine Vatan dailysabah.com
Gael uplifers.com
Forbes Lifestyle Health & Fitness **Marieclaire.it**
sportsmanagement.co.uk Hürriyet Kelebek
MediaCat Marie Claire Türkiye **Alem** spabusiness.com
Communes Touristiques Marketing Türkiye Magazine
Bursa Hakimiyet Magazin Evim Dergisi Borehamwood Times Hotel
Bolu Takip Gazetesi Artı Mekan Osoyoos Times infoturdominicano.com

ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС НА ТЕЛЕБАЧЕННІ



ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС НА ТЕЛЕБАЧЕННІ



ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС НА ТЕЛЕБАЧЕННІ





**2020:
УКРАЇНА
ОФІЦІЙНО
ПРИЄДНАЛАСЬ
ДО
GLOBAL
WELLNESS DAY**

Навіть не зважаючи на світову пандемію, у 2020 році Україна офіційно приєдналась до 154 країн-учасниць проекту День Глобал Велнес.

Вперше, День Глобал Велнес проходив у форматі 24-годинної онлайн трансляції!

Святкування розпочалося із сходом сонця у Новій Зеландії та закінчилося із заходом сонця на Гавайах за участю 53 міжнародних спікерів.

Україну, під час 30-хв включення у 24-годинну трансляцію, представили:
Ірина Грибан, Амбасадор проекту День Глобал Велнес в Україні та Еліна Манжалій,
засновник Інституту Глобального Довголіття

з темою: «Важливість детоксу у період пандемії, для запуску природних функцій відновлення організму».



FEATURED SPEAKER
IRYNA HRYBAN
Founder & CEO of Complete Spa

Ukraine 7:30-8 am
UTC 4:30-5 am
*UTC: COORDINATED UNIVERSAL TIME



FEATURED SPEAKER
ELINA MANZHALIY
Director of Global Longevity Institute

Ukraine 7:30-8 am
UTC 4:30-5 am
*UTC: COORDINATED UNIVERSAL TIME

JUNE 13 | 24 HOUR LIVE | 53 SPEAKERS

#GLOBALWELLNESSDAY

[/GLOBALWELLNESSDAY](#) [/GLOBALWELLNESSDAY](#) [/GLOBALWELLNESSDAY](#) [/WELLNESS_DAY](#)

JUNE 13 | 24 HOUR LIVE | 53 SPEAKERS

#GLOBALWELLNESSDAY

[/GLOBALWELLNESSDAY](#) [/GLOBALWELLNESSDAY](#) [/GLOBALWELLNESSDAY](#) [/WELLNESS_DAY](#)

Крім того, 13 червня 2020, Генеральним Партнером проекту День Глобал Велнес в Україні, **вперше організована та проведена масштабна 8-годинна онлайн велнес конференція:**

Основна мета конференції:

- в епоху стрімкого розвитку велнес індустрії об'єднати лідерів та експертів окремих напрямків
- сформуванати координально новий погляд на велнес, як глобальну індустрію

<https://globalwellnessday-ukraine.org/gwd-2020>





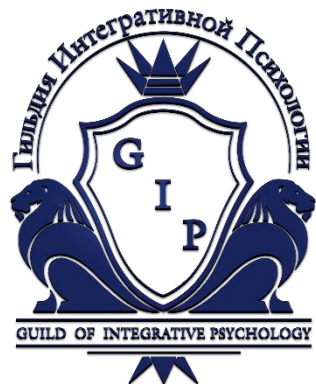
COMPLETE SPA
Above & Beyond



EDEM RESORT
MEDICAL & SPA



SUPERIOR
GOLF & SPA RESORT



Евгения Дронь



**cool
beauty
coach**



SQLAB®
клініка для здорових



Під егідою проекту День Глобал Велнес, в Україні започаткований цикл онлайн велнес майстер класів «Здоров'я легше зберегти».

<https://globalwellnessday-ukraine.org/>



УКРАЇНА 2021

**ОНЛАЙН
МАРАФОН:
ВЕЛНЕС
ТРЕНДИ
АДАПТОВАНІ
ДО НОВИХ
РЕАЛІЙ**

9-ти годинна онлайн велнес конференція з прямою трансляцією

Facebook live, YouTube live

Учасники конференції:

- Засновники/директори/генеральні менеджери SPA, готельних комплексів, курортів, медичних SPA, фітнес студій, велнес центрів;
- Експерти жіночого велнесу, ментального велнесу, фітнес та дієтології;
- Компанії виробники еко-продукції, еко-стартапи, лідери екологічних проектів України.

Мета:

- Об'єднати лідерів та експертів велнес індустрії України
- Сформувати координально новий погляд на велнес, як глобальну індустрію

<https://globalwellnessday-ukraine.org/gwd-2021>

ПРОГРАМА ВЕЛНЕС МАРАФОНУ 12 ЧЕРВНЯ 2021

12 червня	Роман Грицина Майстер-клас на відкритому повітрі "Зарядка на мільйон"	10:00 - 11:00
12 червня	Тетяна Забзалюк-Брус Майстер-клас з арт-терапії "По ту сторону реальності: гаджети чи арт-терапія у сімейному просторі"	11:00 - 11:30
12 червня	Євгенія Дронь Майстер-клас "Ментальний велнес: як інформація впливає на наше мислення"	11:30 - 12:00
12 червня	Ксенія Литвинова Фітнес майстер-клас "Тренування у стилі 90-60-90 або фокус на здоров'ї"	12:00 - 12:30
12 червня	Борис Вихованець Майстер-клас "У пошуках живильної води"	12:30 - 13:00
12 червня	Ганна Білоус Медитація "Прийняття та любов до себе"	13:00 - 13:30
12 червня	Edem Resort Medical & SPA Клієнтський досвід: робота зі зміною звичок гостей	13:30 - 14:00
12 червня	WELLNESS ЦЕНТР МАХАРАДЖА YOGA & SPA & CAFE Йога майстер-клас	14:00 - 14:10
12 червня	Марія Сокол Фітнес майстер-клас BodyArt "Тренування у форматі Mind body & functional"	14:10 - 15:00



12 червня	<p>Мирослава Новосільська</p> <p>Елегантний вік - елегантна старість. Майстер-клас "секрети здоров'я волосся"</p>	15:00 - 15:30
12 червня	<p>Тетяна Писаренко</p> <p>Майстер-клас "Профілактика синдрому емоційного вигорання у жінок"</p>	15:30 - 16:00
12 червня	<p>Ян Тіан</p> <p>Лекція "Ментальне здоров'я. Трансцендентальна медитація - інструмент №1 для сучасного світу"</p>	16:00 - 16:30
12 червня	<p>Ксенія Литвинова</p> <p>Майстер-клас - тренування ніг в домашніх умовах</p>	16:30 - 17:00
12 червня	<p>Nichem Bensmail (France)</p> <p>Менопауза - золотий вік жінки</p>	17:00 - 17:30
12 червня	<p>Superior Golf & SPA Resort</p> <p>Фітнес майстер-клас "Кругове функціональне тренування"</p>	17:30 - 18:00
12 червня	<p>Тарас Кушнір</p> <p>Діалог "Еліксир молодості XXI століття - феномен фульвової кислоти для організму людини"</p>	18:00 - 18:30
12 червня	<p>Юлія Мархель</p> <p>Життя у стилі еко-френдлі. Лайфхаки "нуль відходів"</p>	18:30 - 19:00
12 червня	<p>TAOR Karpaty Resort & SPA</p> <p>Майстер клас від шефа Хоркашева Рустама "Здорове харчування, «здорова тарілка», вітамінні смузі - не лише корисно, а дуже смачно".</p>	19:00 - 19:15





УКРАЇНА 2022

**міжнародний
флешмоб
#МРІЇКРІЗЬ
РУЇНИ**

17 країн світу
понад 2.000 дітей

інтерактивна арт-терапія для відновлення
ментального здоров'я дітей, які
постраждали від війни в Україні



УКРАЇНА 2023

Національний проект "Відважні"

Результатом проекту «Відважні» стало отримання грифу Міністерства освіти й науки на програму «Психологічної підтримки соматично ослаблених дітей методами арт-терапії» та схвалення вченою радою Інституту модернізації змісту освіти курсу підвищення кваліфікації для практикуючих психологів.



ДЕНЬ ГЛОБАЛ ВЕЛНЕС СЬОГОДНІ:

МІЖНАРОДНІ ПОСЛІДОВНИКИ:

Асоціації, Організації, Школи



МІЖНАРОДНІ ПОСЛІДОВНИКИ:

SPA та Консалтинг



МІЖНАРОДНІ ПОСЛІДОВНИКИ:

Бренди товарів та послуг



МІЖНАРОДНІ ПОСЛІДОВНИКИ:

Видання



МІЖНАРОДНІ ПОСЛІДОВНИКИ:

Готелі та Курорти



Сьогодні, по всьому світу, проект День Глобал Велнес підтримують **94 Амбасадора, 26 Ключових Наступника** та **4 Радника** у 170 країнах світу.

Ми знаємо, що життя – це кожний окремий день і кожного дня ми вирішуємо як цей день прожити. Адже ми самі несемо відповідальність за своє здоров'я!

Мета проекту День Глобал Велнес допоможе змінити ставлення українців до свого здоров'я та свідомо обрати життя у стилі велнес.

Шановний Велнес Партнер, нам дуже потрібна Ваша підтримка.

Чим більше у нас буде прибічників, тим скоріше Україна стане найздоровішою нацією у світі!

ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!

Ірина Грибан

Амбасадор Global Wellness Day в Україні

- Засновниця / CEO Complete SPA
- Засновниця / CEO Aesthetic Boutique by Complete SPA
- CIDESCO Beauty& SPA Management Diploma
- Сертифікований велнес коуч (USA)
- Сертифікований інтегративний нутриціолог (USA)
- Колумніст журналів "Touch Magazine", Marie Claire, ELLE
- Амбасадор міжнародного проекту World Digital Detox Day в Україні
- Організатор міжнародного флешмобу #МРІІКРІЗЬРУЇНИ
- Організатор проекту "Відважні" - арт-терапія для дітей, які постраждали від війни в Україні

www.globalwellnessday-ukraine.org/

Facebook: @Iryna.Gryban/
Instagram: @Iryna_Hryban/

GLOBAL
WELLNESS
DAY