

#tuscanytogether

Digital Labs

22/03/2021

Erica D'Angelo

New Wellness nel Turismo



Regione Toscana



TOSCANA
PROMOZIONE TURISTICA



Cosa significa Wellness Tourism

Un viaggio associato alla ricerca di mantenere o migliorare il proprio benessere personale. Il turismo del benessere porta la promessa di **trasformare il viaggio in un'opportunità per mantenere e migliorare la nostra salute olistica.**

Ma cosa significa salute olistica?

"L'ADATTAMENTO PERFETTO E CONTINUO DI UN ORGANISMO AL SUO AMBIENTE"

La chiave "adattativa" introduce così il concetto di equilibrio, in base al quale la salute non è uno "stato" ma una *condizione dinamica di equilibrio*, fondata sulla capacità del soggetto di interagire con l'ambiente in modo positivo, pur nel continuo modificarsi della realtà circostante.



Evoluzione del Benessere nel turismo

Anni '80 – si inizia ad utilizzare la parola Wellness e emergono pubblicazioni scientifiche

Anni '90 – aumento di indici di patologie legate allo stile di vita (diabete, cancro, obesità...)

Anni '00 – avere una palestra negli hotel diventa un must

Anni '10 – avere una Spa negli hotel diventa un must

Dal 2020 – integrare servizi di benessere psicologico e sociale diventa un must

Sempre più, le persone si aspettano di poter mantenere i loro stili di vita sani e le loro routine di benessere, quando sono lontani da casa

Aumenta la quantità e qualità di informazioni => aumentano le azioni individuali volte al benessere => aumentano le esigenze delle persone quando si viaggia



Regione Toscana



TOSCANA
PROMOZIONE TURISTICA

#TUSCANYTOGETHER

La Scienza del Benessere

Negli ultimi anni è emerso un nuovo patrimonio di Scienza: La Scienza del Benessere – radicata negli studi della Psicologia Positiva iniziata da Martin Seligman

Felicità: non solo l'espressione di emozioni positive
Consolidamento dell'approccio Eudemonico basato sulla virtù

Ogni essere umano dispone di un patrimonio di risorse che gli permettono di diventare la miglior versione di sé stesso => Human Flourishing

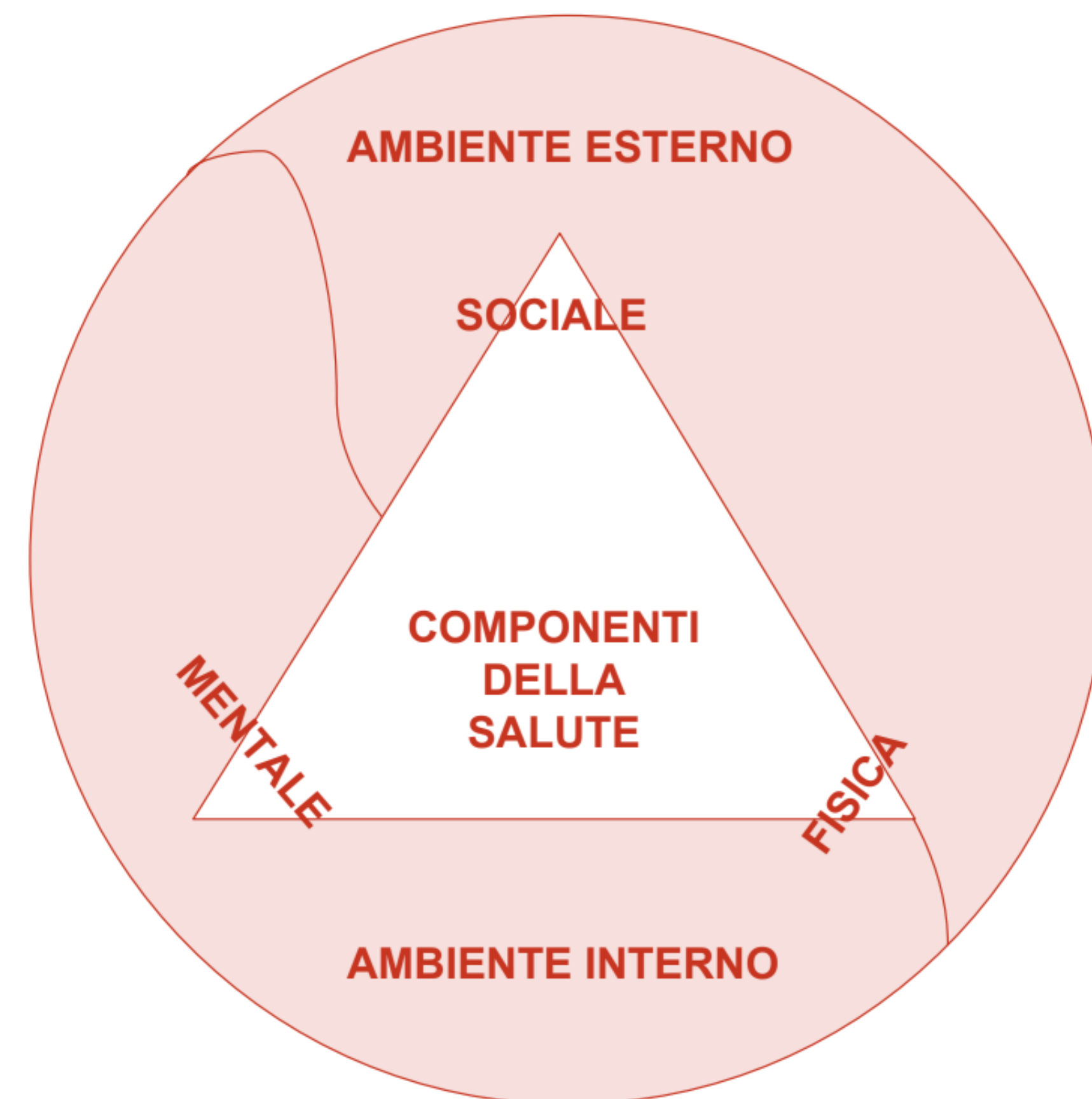


Il New Wellness

Come supportiamo la fioritura di ogni individuo affinché diventi la massima espressione di salute e benessere?

E come fare in modo che questa fioritura possa contagiare gli altri individui in un circolo virtuoso?

Le risposte a queste due domande hanno l'obiettivo di supportare la lotta al malessere mondiale e influenzare positivamente la qualità della vita delle persone.





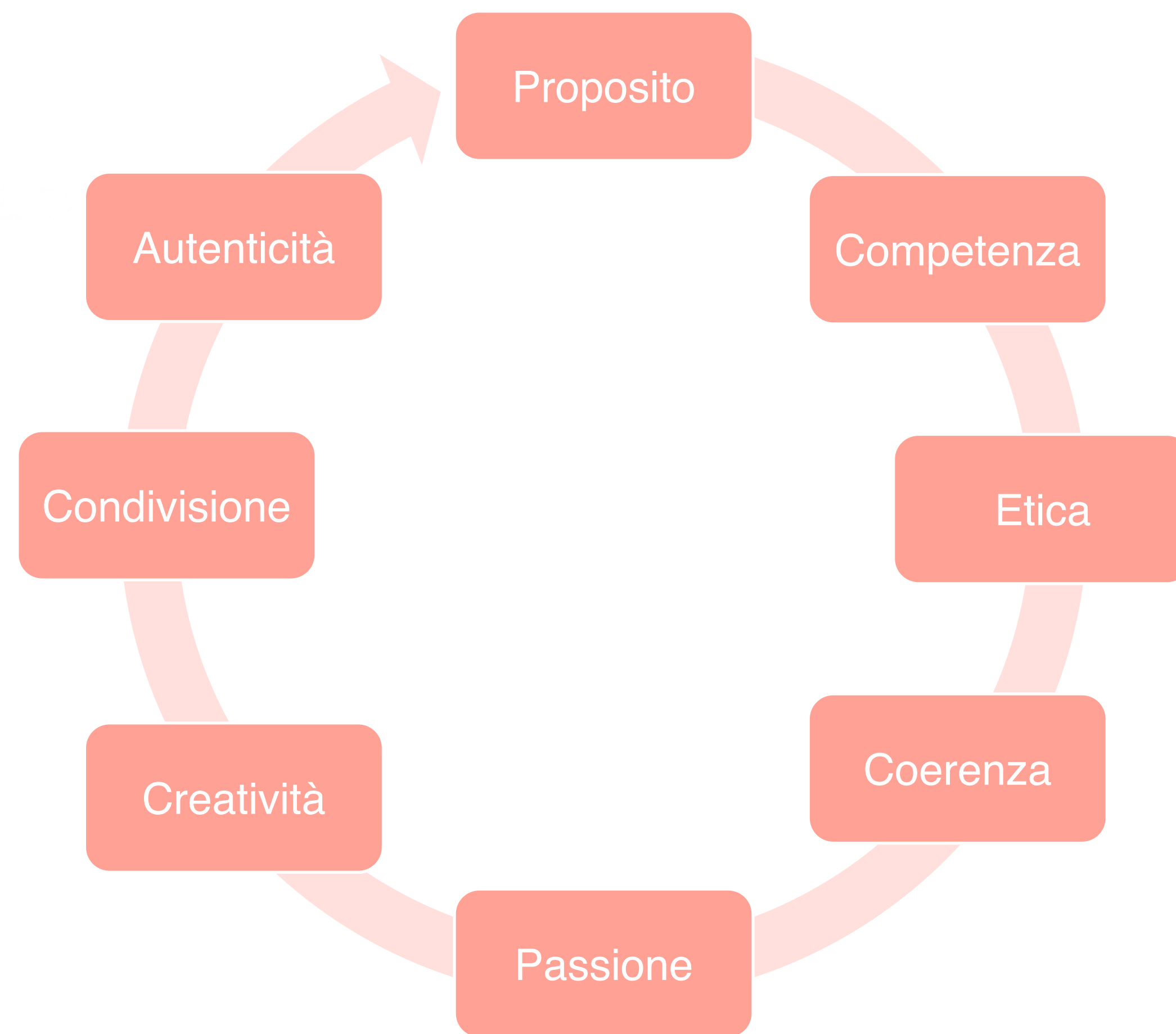
Regione Toscana



TOSCANA
PROMOZIONE TURISTICA

#tuscanytogether

Le parole chiavi



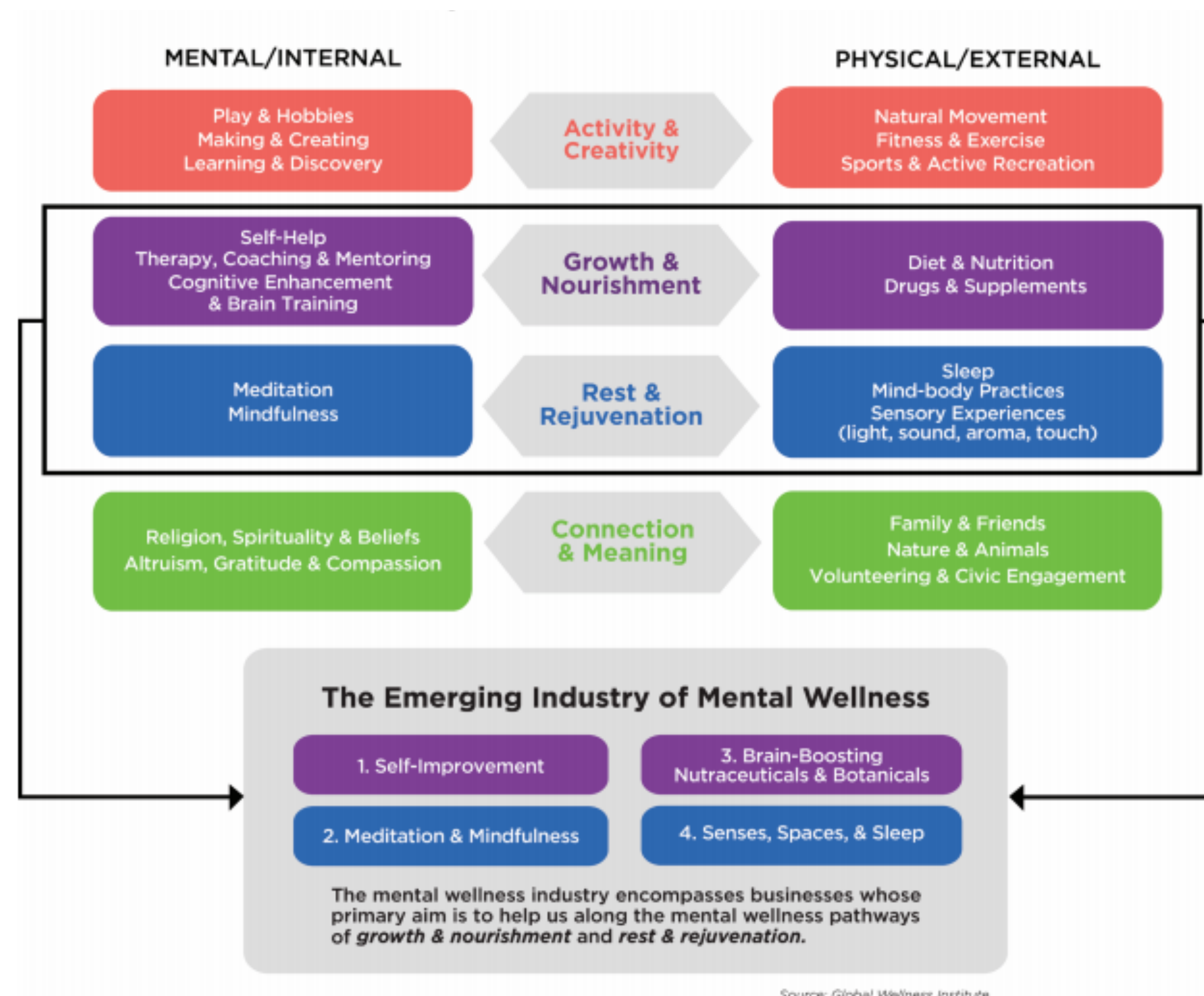


Il futuro

Secondo il Global Wellness Institute e come conseguenza diretta della pandemia Covid-19, il trend del 2021 e degli anni che seguono è il **Mental Wellness**

Un tema taboo finalmente sconfinata:

- impatto dell'equilibrio psicologico
- ricerca del sé
- crescita personale
- cura di sé



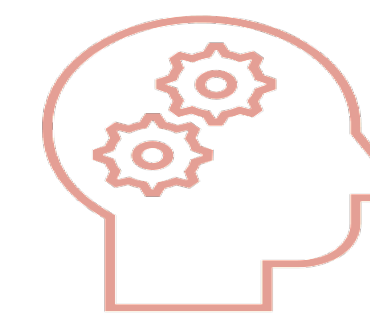


Come possiamo intervenire nel Turismo

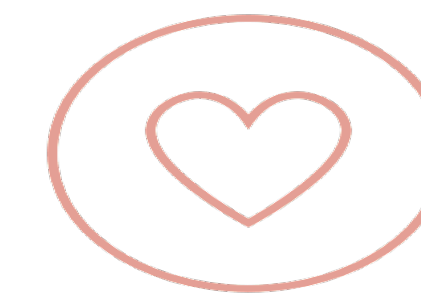
Se partiamo dall'assunto che gli individui sono ricchi di risorse per diventare la miglior versione di sé...

Il nostro lavoro è favorire il processo con un piano d'azione misurabile:

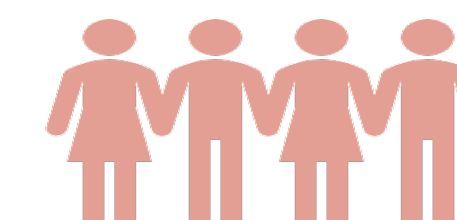
- Coaching skills dei collaboratori, dall'ascolto attivo e la capacità di dare feedback
- Coerenza tra i messaggi che si comunicano e l'esperienza
- Walk the Talk => avere collaboratori che stanno bene
- Stimolo della neurochimica => olfatto, acustica
- Dormire bene e resilienza
- Contatto con la natura – outdoor physical activity
- Favorire il microbiota e il rinforzo del sistema immunitario tramite l'offerta food



Pensare



Sentire



Connessione



Funzionamento

#tuscanytogether

Grazie per l'attenzione.

Pubblicheremo entro un mese dopo ogni Lab
su www.toscanapromozione.it

le registrazioni, le slide e le risposte alle domande a cui
oggi non abbiamo fatto in tempo a rispondere.

Per ogni informazione scrivi pure a:
territori@toscanapromozione.it



Regione Toscana



TOSCANA
PROMOZIONE TURISTICA

Ci vediamo al prossimo Lab!