



**World Wellness Weekend:
Una celebración global para vivir bien
física, mental y emocionalmente**

La **6ª edición del World Wellness Weekend** (WWW) comenzará el viernes 16 de septiembre de 2022 al amanecer en Fiji, hasta el atardecer del domingo 18 en Hawái, con "**LIVING WELL TOGETHER**" como foco principal, coordinado por 150 voluntarios de todo el mundo (WWW Ambassadors & Coordinators), en más de 900 ciudades desde Bruselas hasta Winnipeg.

4.000 lugares participantes en 140 países serán geolocalizados en el Mapa Mundial de Bienestar para que millones de personas encuentren actividades grupales divertidas, gratuitas e inclusivas, clases y talleres cercanos, para disfrutar con amigos y familiares.

Los profesionales y los lugares en los que podrán llevarse a cabo actividades podrán inscribirse de manera gratuita en el www.wellmap.org y programar clases grupales también gratuitas del 16 al 18 de septiembre en sus instalaciones o en parques locales y áreas recreativas. Hay un mínimo de una clase, y los lugares que ofrecen tres clases gratuitas o más recibirán una insignia de "Campeón de Bienestar 2022".

El público también podrá conectarse en <http://www.wellmap.org> (que se encuentra en 18 idiomas) para buscar una ciudad o hacer clic directamente en su actividad favorita. El Mapa del Bienestar les permitirá localizar instantáneamente lugares cercanos, en esta página web podrán leer la descripción de las actividades y se les aconseja reservar con anticipación (en caso de cupos gratuitos limitados): este año el programa de actividades incluirá desde clases de yoga, sesiones de acondicionamiento físico, relajaciones guiadas y meditaciones que promueven "**Paz interior y paz mundial**", seminarios web relacionados con estar conscientes del cáncer desarrollados por Wellness For Cancer apoyados por Immunocologie, actividades en Aguas termales, ceremonias de calor tradicionales en saunas, hasta la plantación de árboles en Brasil y Vietnam, ¡e incluso clases de baile para experimentar la alegría de estar bien! ¡Saludemos las sesiones de "Tap & Clap" transmitidas en todo Quebec con el apoyo de la mayor asociación de personas mayores de Quebec (550.000 miembros), ¡y las ciudades de Jerez, Cádiz, Tenerife (Gran Canaria, Niederbronn Les Bains (Francia), Punta Cana organizando de 30 a más de una centena de actividades para locales y visitantes!!

Con el apoyo de 60 asociaciones y federaciones como IHRSA, ISPA, CIDESCO... abrirán sus puertas y mostrarán cómo sus clases y actividades son parte de la solución para que los residentes sean más activos y lo hagan más a menudo. Esta es una invitación para todos aquellos que quieran participar y encontrar un compañero de acondicionamiento físico (o "compañero de bienestar") para establecer metas y mantener el rumbo hacia vidas más largas, saludables y felices.

En conjunto con la Asociación de Turismo de Bienestar, las autoridades municipales y las oficinas de turismo se están promoviendo experiencias de bienestar imprescindibles y paquetes de "fin de semana de bienestar" para atraer a los visitantes y encantar a los locales, en ciudades como Alassio, Florencia, Hué, Marbella, Niederbronn-Les-Bains, Punta Cana, Ubud, Val di Fiemme.....

WWW está alineada con las Naciones Unidas desde 2017, apoyando el ODS 3 "Buena Salud y Bienestar para Todos" y es uno de los socios de la Semana Europea del Deporte organizada por la Comisión Europea. La misión del World Wellness Weekend es promover el Bienestar a través de 5 Pilares: SUEÑO Y Creatividad, NUTRICIÓN E INMUNIDAD, MOVIMIENTO Y Vitalidad, MINDFULNESS Y Serenidad, SENTIDO DE PROPÓSITO Y Solidaridad.

Contacto de medios:

Analic Mata-Murray

anali19@gmail.com