

RAPPORT MONDIAL SUR LE BIEN-ÊTRE 2026

Édition du 10e anniversaire

Une décennie d'impact mondial
et l'avenir du bien-être



wellmap.fr

@worldwellnessweekend

#worldwellnessweekend

#wellnessforall



Trouver des activités

18-19-20 Septembre 2026

Faites le Plein d'Energie

15.000

ÉTABLISSEMENTS

190

PAYS



CHAPITRE 1

Avant-propos: Un mouvement mondial

Message du Fondateur Jean-Guy de Gabriac

Ce qui a commencé comme une initiative en France et en Belgique est devenu un mouvement mondial présent dans 187 pays.

Notre mission est d'inspirer des millions de personnes grâce à 5 piliers du bien-être : bouger plus souvent, manger plus équilibré, améliorer son sommeil et sa récupération, vivre en pleine conscience et renouer avec son but dans la vie, afin de créer des liens significatifs avec les autres.

Le bien-être ne devrait pas être un luxe réservé à quelques-uns ; il peut être accessible et source de joie pour le plus grand nombre.

Notre slogan cette année est : Connectez-vous. Ressourcez-vous. Le bien-être, c'est de l'énergie...
Faites le plein d'énergie !

Nous exprimons notre profonde gratitude à nos 150 ambassadeurs et coordinateurs, qui constituent le lien essentiel permettant de transformer une vision globale en actions concrètes sur le terrain, avec le soutien de plus de 60 maires, gouverneurs et ministères des Sports, de la Santé et du Tourisme.



10 Ans du World Wellness Weekend

- Au cours de la dernière décennie, le WWW est passé d'un week-end de sensibilisation annuel ponctuel à un moteur continu d'action pour la santé sociétale, actif toute l'année. En s'alignant directement sur les Objectifs de développement durable des Nations Unies (ODD 3 : Bonne santé et bien-être), l'initiative a mobilisé avec succès :
- **+ 11,000 Établissements:**
Hôtels, resorts, clubs de fitness, studios de yoga, spas, parcs publics et entreprises ouvrent leurs portes pour proposer des séances de bien-être gratuites, collectives et inclusives.
- **Partenariats intersectoriels :**
Comblent l'écart entre l'hôtellerie, la beauté, le fitness, la technologie, la santé publique et la gouvernance municipale pour cultiver des collectifs de bien-être locaux et durables.
- **Un héritage décentralisé :**
Donner aux dirigeants locaux les moyens de s'attaquer aux réalités culturelles et de santé physique de leurs populations respectives et d'engager des conversations significatives avec les professionnels du bien-être locaux afin de créer des communautés plus fortes et plus saines grâce à des événements et des programmes stimulants.

Le bien-être comme changement culturel, social et économique

L'évolution historique des dix dernières années révèle que le bien-être est passé structurellement d'une tendance de style de vie individuelle et commercialisée axée sur les « soins personnels » à un moteur économique et politique essentiel.

Culturellement, les populations privilégient une vitalité proactive et préventive. Socialement, le bien-être est de plus en plus perçu comme une responsabilité collective, où les infrastructures communautaires influencent directement la longévité individuelle.

Sur le plan économique, le bien-être est devenu l'un des secteurs mondiaux les plus résilients et à la croissance la plus rapide (voir les indicateurs au chapitre 2).



CHAPITRE 2

Le paysage mondial du bien-être

Mise en contexte

As we navigate 2026, people face À l'aube de 2026, les individus seront confrontés à des facteurs de stress sans précédent : une incertitude massive, une hausse du coût de la vie, la menace de l'intelligence artificielle, des environnements de travail en mutation, le vieillissement des parents ou encore les conséquences de la guerre...

En conséquence, le bien-être n'est plus considéré comme un loisir optionnel, mais comme une stratégie essentielle pour vivre et s'épanouir, et non plus seulement survivre.

La croissance de l'économie mondiale du bien-être

L'économie mondiale du bien-être a connu une accélération exponentielle. Évaluée à environ 4 500 milliards de dollars lors de la création du Web, cette industrie a systématiquement dépassé la croissance économique générale, pour atteindre un marché estimé à 7 000 milliards de dollars d'ici fin 2026. Cette expansion est alimentée par une profonde réorientation des dépenses de consommation, les individus privilégiant les investissements dans le bien-être aux biens de luxe traditionnels.

Les secteurs clés qui sculptent le bien-être aujourd'hui

LE COMPLEXE DE BIEN-ÊTRE MULTI-PILIERS 2026

BIEN-ÊTRE MENTAL

- Neuroplasticité, technologies du sommeil, Réduction du stress et pleine présence.

ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Fitness inclusif, mouvement en plein air et biohacking fonctionnel

TOURISME DE BIEN-ÊTRE

- Voyages régénérateurs, retraites de longévité et immersion culturelle.

BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

- Conception hybride, sécurité psychologique et avantages pour la santé structurelle.

01**Bien-être mental**

Les gens se soucient de leur santé mentale et souhaitent **développer leur force mentale** grâce à des applications de pleine présence, la neuroplasticité et le biohacking.

02**Activité physique**

Un passage d'un exercice physique axé sur l'esthétique à un mouvement fonctionnel et inclusif conçu pour **promouvoir la santé et le plaisir**, et non seulement la durée de vie.

03**Tourisme de Bien-être**

Voyager n'est plus seulement une question d'évasion ; il s'agit de revenir transformé.

La demande a explosé pour les destinations proposant un patrimoine culturel authentique associé à des thérapies préventives de pointe.

Les visiteurs ne veulent pas être des « touristes » mais **vivre comme des résidents temporaires**.

04**Bien-être au travail**

Ce qui n'était au départ qu'un simple avantage en nature s'est transformé en un mandat institutionnel visant à atténuer l'épuisement professionnel systémique, à optimiser les environnements ergonomiques et à instaurer un climat de sécurité psychologique, grâce aux conseils de **l'Initiative pour le bien-être au travail du Global Wellness Institute** dirigée par Jessica Grossmeier et à des exemples marquants comme Hose Master LLC qui a mobilisé 500 employés sur 6 sites aux États-Unis.



Les 5 Piliers du Bien-être: pourquoi il est nécessaire d'agir

Pilier 1



Sommeil et Créativité

60 % des adultes dans le monde déclarent ne pas dormir suffisamment, ce qui contribue à une baisse de la productivité, à une réduction des performances cognitives, à un affaiblissement du système immunitaire et à un risque accru de maladies chroniques.

Le manque de sommeil est devenu un problème de santé publique mondial, affectant à la fois le bien-être personnel et les performances économiques.

Pilier 2



Nutrition e Immunité

Le monde est confronté à un double fardeau de malnutrition :

- Plus de 2,5 milliards d'adultes sont en surpoids, dont plus de 890 millions souffrent d'obésité (OMS).
- Parallèlement, des centaines de millions de personnes souffrent d'insécurité alimentaire, et beaucoup n'ont pas accès à un repas nutritif chaque jour. La malnutrition demeure une cause majeure de maladies évitables, tout en compromettant l'immunité et le vieillissement en bonne santé.

Pilier 3



Mouvement et Vitalité

46 % des Européens ne pratiquent jamais d'exercice physique ni de sport (Eurobaromètre), tandis que l'OMS estime qu'à l'échelle mondiale, 1,8 milliard d'adultes ne respectent pas les niveaux d'activité physique recommandés.

La sédentarité accroît le risque de maladies cardiovasculaires, de diabète, d'obésité et de troubles mentaux. Comme le soulignent de plus en plus les experts, « rester assis est le nouveau tabagisme ».

Pilier 4



Présence et Sérénité

Les problèmes de santé mentale continuent à augmenter :

- L'anxiété et la dépression touchent des centaines de millions de personnes dans le monde.
- Selon l'OCDE, les troubles mentaux coûtent à de nombreuses économies plus de 4 % de leur PIB chaque année, en raison des pertes de productivité, des dépenses de santé et de l'absentéisme. Il est donc plus important que jamais de favoriser la pleine présence, la gestion du stress et la résilience émotionnelle.





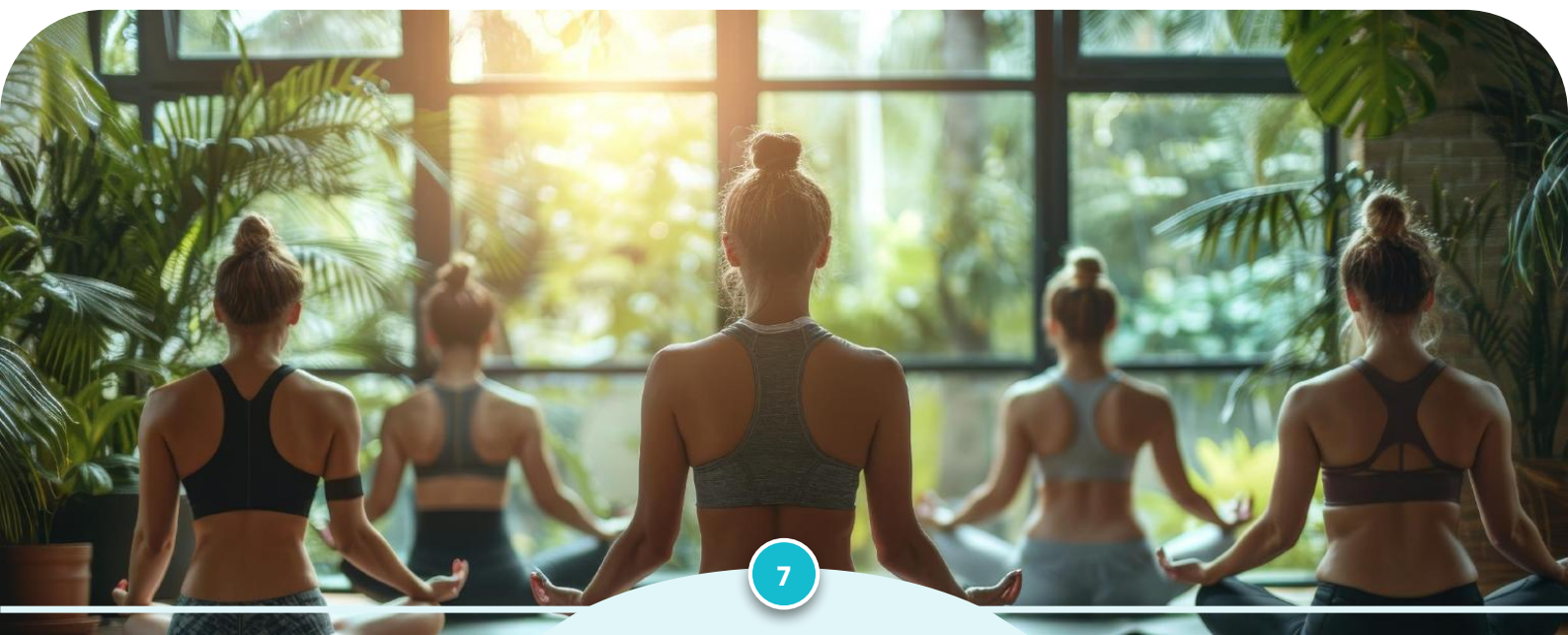
Pilier 5



Sens de la vie et Solidarité

L'OMS a identifié la solitude et l'isolement social comme un défi sanitaire mondial en augmentation :

- Un adulte âgé sur quatre souffre d'isolement social, tandis que de nombreux adolescents font état de fréquents sentiments de solitude.
- La Commission sur les liens sociaux de l'OMS estime que plus de 870 000 décès par an dans le monde sont liés à l'isolement social et à la solitude.
- Des liens sociaux solides, un engagement communautaire et un sens de la vie sont de puissants indicateurs de longévité et de qualité de vie.



10 ans d'impact : L'évolution du World Wellness Weekend

Développement au fil du temps : pays, villes, établissements

Les indicateurs du World Wellness Weekend témoignent d'une trajectoire de croissance sans précédent (source AirTable) :

- **2017–2019** : de 160 établissements participants en France et en Belgique la première année, à une présence vérifiée de 2 300 établissements dans 98 pays en seulement 3 ans en 2019 !
- **2020–2022** : Faisant preuve d'une résilience extrême face aux crises sanitaires mondiales, le WWW s'est rapidement adapté à des modèles de diffusion numériques/hybrides, étendant son impact à 109 pays en septembre 2020 et à 139 pays en 2023. Le World Wellness Weekend est devenu une plateforme de confiance offrant aux professionnels un sentiment d'appartenance et un symbole de reprise mondiale pour le grand public.
- **2023–2025** : Le nombre de sites a doublé, passant de 6 300 dans 148 pays en 2023 à 11 000 dans 187 pays en 2025, grâce à l'implication massive des hôtels et resorts (Marriott International, J Wellness Circle, Fusion, Banyan Group, RIU...), des groupes de fitness (David Lloyd Clubs, Fitness First, Celebrity Fitness, Mizuno, Tipness, Renaissance, Fondazione Sport City...), des parcs municipaux et des espaces publics (Marbella, Saint-Domingue, Casciana Terme, Cordoue, Pumbal...).
- **2026 (10e anniversaire)** : L'objectif est de rassembler 15 000 établissements dans 190 pays, avec des activités dans plus de 2 000 villes, offrant à des millions de participants dans le monde entier un accès à des séances et ateliers collectifs de bien-être gratuites, ludiques et enrichissants.



Expansion du réseau des Ambassadeurs

L'épine dorsale du WWW est son réseau mondial de plus de 150 ambassadeurs et coordinateurs.

Cette structure décentralisée de bénévoles passionnés garantit que les principes fondamentaux du mouvement sont efficacement traduits à travers diverses langues, normes culturelles et structures socio-économiques locales.

Le réseau s'est élargi et comprend désormais un athlète olympique, des membres de conseils d'administration d'associations de spas et de bien-être, des directeurs d'hôtels, des directeurs de spas et des organisateurs communautaires qui œuvrent toute l'année pour développer l'engagement local.

Impact communautaire et culturel

Au cours de la dernière décennie, cette initiative a réussi à démocratiser le bien-être en supprimant les obstacles financiers.

Les activités gratuites organisées dans les maisons de retraite, les hôpitaux, les écoles et les orphelinats ont modifié la perception locale de l'activité physique et de la nutrition, contribuant ainsi à faire de la santé préventive le vecteur de communautés plus fortes et plus saines.

LE COMPLEXE DE BIEN-ÊTRE MULTI-PILIERS 2026

EMPREINTE MONDIALE

À partir de 2017 et dans environ 60 villes



Jusqu'à 2026, avec plus de 150 pays et plus de 2 000 villes dans le monde.

Expansion du réseau des Ambassadeurs

Grâce à sa collaboration avec CCIcomms, le World Wellness Weekend continue de renforcer sa présence médiatique mondiale grâce à une couverture organique de qualité et à un engagement vérifié du public.

Plutôt que de nous fier à des chiffres gonflés de « portée potentielle », nous nous concentrons sur l'impact mesurable à travers la télévision, la radio, la presse écrite et les médias numériques pour démontrer comment les messages de bien-être trouvent un écho auprès des publics du monde entier.



Points saillants des médias

❖ Moments with Marianne Radio Show (États-Unis)

- 12,88 millions de visites uniques sur le site web
- 51 000 vues/écoutes estimées

❖ ABC 27 – Good Day PA (États-Unis)

- Ont diffusé le World Wellness Weekend à la télévision.
- 1,23 millions de visites uniques sur le site web
- 6 860 vues de vidéo

❖ Shine On Radio Wellness (États-Unis)

- Une couverture radio dédiée au bien-être, atteignant à un public soucieux de sa santé.

❖ BILAN Magazine (Suisse)

- Couverture médiatique paru dans l'une des principales publications économiques et culturelles de Suisse :
- "Les retraites de luxe bouleversent le tourisme haut de gamme"

❖ All-Inclusive Magazine (Pologne)

- Diffusion internationale : « Le bien-être sans frontières : le World Wellness Weekend revient pour inspirer le monde entier »

❖ Wellbeing Magazine (Royaume-Uni)

- « World Wellness Weekend 2025: Activités et événements de bien-être gratuits dans tout le Royaume-Uni »
- 16 200 visites uniques
- 4 100 vues d'article

CHAPITRE 4

Villes du bien-être : une perspective mondiale

Comment le bien-être façonne la vie urbaine

La métropole moderne se réinvente. Les autorités locales reconnaissent que les villes peuvent soit engendrer stress et maladies chroniques, soit promouvoir la longévité. Le mouvement « Ville du bien-être » représente une évolution délibérée, passant d'une architecture centrée sur la voiture et isolée à un urbanisme verdoyant, dynamique et très connecté.

Le rôle des villes dans la promotion du Bien-être

Les municipalités visionnaires intègrent le bien-être directement dans leurs politiques publiques. Cela se traduit notamment par des investissements massifs dans les voies piétonnes, la mise en œuvre d'initiatives d'agriculture urbaine, l'application de normes de réduction du bruit dans l'espace public et la transformation des parcs publics en centres de bien-être à ciel ouvert.

Écosystèmes locaux dirigés par les Ambassadeurs

Grâce à ses ambassadeurs locaux, WWW fait le lien entre les politiques municipales et l'engagement de la communauté. En collaborant directement avec les maires, les offices de tourisme et les ministères de la Santé, nos ambassadeurs transforment les places publiques en espaces dynamiques d'activité physique gratuite, dynamisant ainsi les infrastructures publiques.

Parmi les municipalités proactives qui ont un impact positif avec le World Wellness Weekend, nous citons Marbella et San Pedro de Alcántara (Espagne) ; la municipalité de Tigre, la commune de Cabalango, Córdoba et Tourisme de Chaco (Argentine) qui ont déclaré le WWW comme « un événement d'intérêt public » ; Pombal (Portugal) ; la municipalité de Maipú (Chili) ;



Namaste Yoga Festival - Val di Fiemme ITALY ©GaiaPanozzo

APERÇUS RÉGIONAUX 2026

EUROPE

- Priorités : Politique municipale profondément intégrée, protection du patrimoine thermique et transports verts actifs.

LES AMÉRIQUES

- Priorités : défis de remise en forme communautaires, initiatives pour l'égalité en matière de santé mentale et intégration du bien-être en entreprise.

ASIE-PACIFIQUE

- Priorités : intégration des pratiques ancestrales de longévité
Aux écosystèmes de santé numérique de pointe.

Europe

Défendre la préservation du patrimoine thermal et minier historique, l'aménagement urbain privilégiant les piétons et le soutien gouvernemental direct aux week-ends sportifs et de bien-être publics, notamment la Semaine Européenne du Sport (organisée par la Commission européenne) et la Journée des villes sportives (soutenue par le ministre des Sports), toutes deux partenaires du World Wellness Weekend.

Les Amériques

Naviguer dans un contexte de forte concentration sur les défis de conditionnement physique à l'échelle communautaire, les programmes d'équité en matière de santé mentale et les cadres de bien-être en entreprise conçus pour soutenir les effectifs décentralisés, en particulier à Winnipeg (ville la plus active du Canada (2022-2025)).

Asie-Pacifique

Pionnière dans l'intégration des traditions ancestrales de longévité (telles que le Shinrin-yoku et le Tai Chi) aux écosystèmes de santé numérique de pointe et aux espaces verts urbains, avec le soutien officiel des maires au Japon (Higashikawa, Karatsu, Minato, Odawara, Shizuoka, Yamato) ; et le soutien du ministre du Tourisme et du ministre de la Santé aux Philippines.

CHAPITRE 5

Principales tendances bien-être pour 2026

La santé préventive comme mode de vie

La santé préventive, autrefois perçue comme un régime médical restrictif, est désormais considérée comme un mode de vie intentionnel axé sur la vitalité fonctionnelle.

Les consommateurs gèrent de manière proactive leur santé métabolique, leurs performances cellulaires et leurs indicateurs de longévité grâce à des habitudes quotidiennes, en privilégiant la prévention intelligente au traitement réactif.

Le bien-être mental se popularise

La santé mentale est désormais intégrée à la vie quotidienne grâce aux technologies accessibles, à la culture du lieu de travail et aux espaces publics.

Les principaux axes de travail comprennent le travail respiratoire comme outil fonctionnel de régulation du système nerveux, la thérapie sonore et la conception intentionnelle d'espaces architecturaux calmes pour lutter contre la fatigue numérique.

ÉVOLUTION DU TOURISME DE BIEN-ÊTRE

LE COMPLEXE DE BIEN-ÊTRE MULTI-PILIERS 2026

Du: soin réactif

- Soins de beauté superficiels
- Escapades de week-end isolées
- Relaxation passive

À la: longévité régénératrice

- Tests Épigénétiques et de Biomarqueurs
- Immersion culturelle profonde
- Transformation durable du mode de vie

Les voyageurs recherchent désormais des destinations qui offrent des transformations physiologiques et psychologiques complètes, avec des tests de biomarqueurs, des évaluations épigénétiques, une immersion culturelle profonde et des programmes d'optimisation du sommeil qui procurent des bienfaits à long terme bien après le départ.

Modèles de bien-être axés sur la Communauté

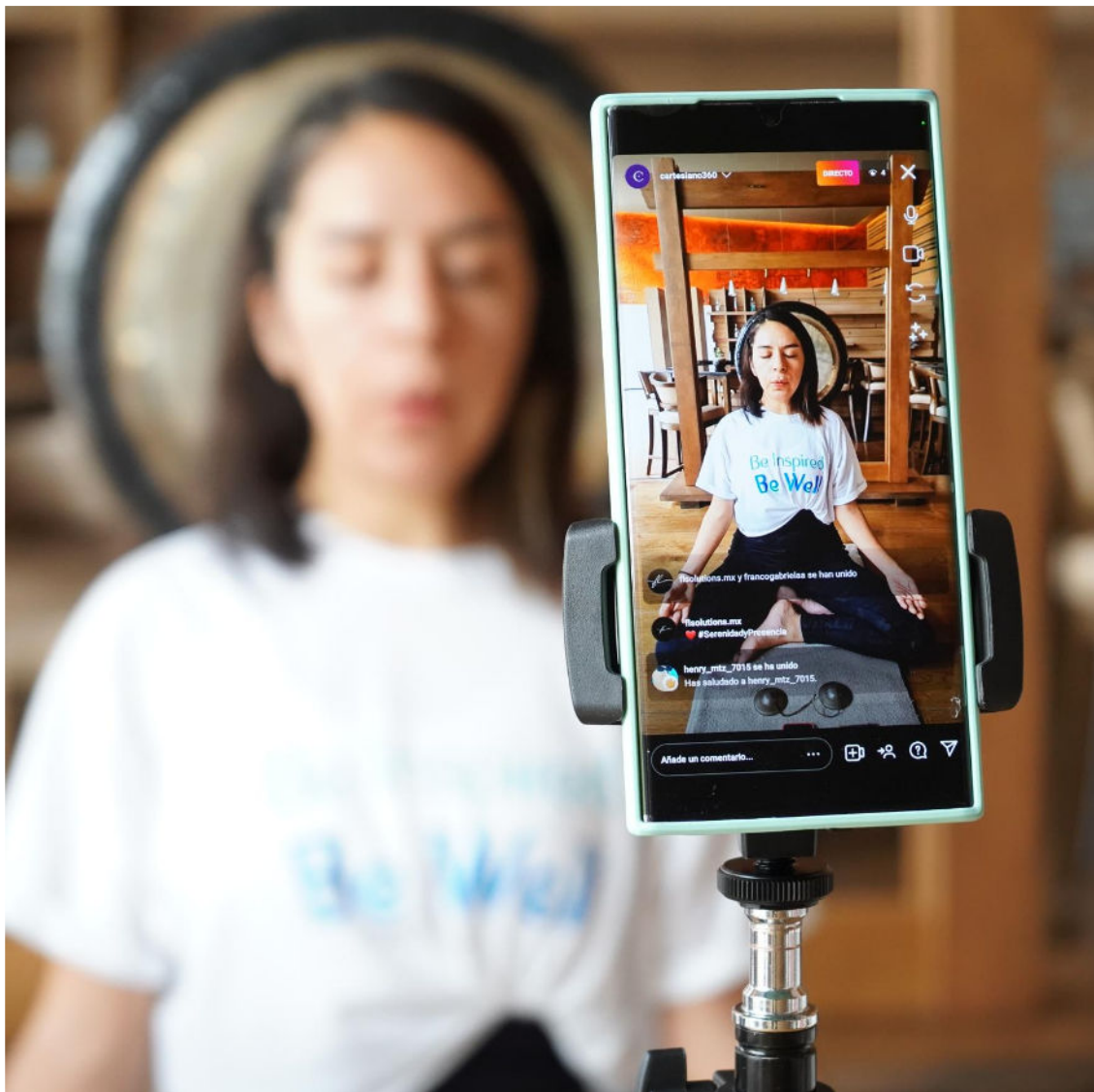
Face à l'impact persistant de l'isolement social sur la santé publique, les consommateurs recherchent activement des espaces de bien-être axés sur la communauté. Les gyms, les clubs de course à pied, les bains publics et les jardins communautaires remplissent une double fonction essentielle : celle de lieux de remise en forme physique et de lien social indispensable.

Développement du bien-être au lieu de travail

Sous l'impulsion d'initiatives telles que le programme de bien-être au travail du Global Wellness Institute (présidé par Jessica Grossmeier), le bien-être en entreprise a évolué et ne se limite plus à des actions superficielles. L'aménagement moderne des espaces de travail intègre la santé au cœur même de la culture d'entreprise, en privilégiant la sécurité psychologique, en définissant clairement les limites de la déconnexion numérique, en proposant des environnements de travail à distance ergonomiques et en mettant en place des programmes de santé qui encouragent les soins préventifs proactifs.

Expériences de bien-être numériques et hybrides

La relation entre technologie et bien-être a atteint un équilibre harmonieux. Les plateformes numériques servent d'outils d'aide à la santé dans la vie réelle. L'intelligence artificielle propose un accompagnement personnalisé en matière de remise en forme et de nutrition hautement personnalisés, tandis que les modèles hybrides permettent aux utilisateurs de passer facilement d'un entraînement numérique immersif à domicile à des événements communautaires en présentiel.



CHAPITRE 6

Voix du reseau mondial

Témoignages d'Ambassadeurs du monde entier

Le succès continu du World Wellness Weekend repose sur la passion et le dévouement de nos Ambassadeurs à travers le monde. Voici leurs témoignages de première ligne :

❖ **Lucía ROMERO DE ÁVILA NIETO (Espagne):**



« En Espagne, le bien-être est profondément ancré dans notre tissu social. Grâce à WWW, nous avons fait entrer notre mode de vie dynamique dans les places publiques, transformant des lieux historiques en espaces actifs favorisant le mouvement et les échanges sociaux. »

❖ **Regis BOUDON-DORIS (Italie):**



« L'Italie allie son patrimoine thermal historique à la médecine du mode de vie moderne. Nous prouvons que notre culture traditionnelle du bien-être est parfaitement adaptée aux besoins actuels en matière de santé préventive. »

❖ **Katie BYRNE PLOWMAN (Royaume-Uni):**



« Nous parvenons à déconstruire l'idée que le bien-être est un domaine quelque chose d'exclusif. En collaborant avec les centres communautaires locaux, nous rendons les ressources en matière d'activité physique et de santé mentale accessibles à des populations diverses à travers le Royaume-Uni. »

❖ **Gloria TREISTER (États-Unis):**



« Notre objectif est de susciter un changement systémique dans les centres urbains. Nous travaillons à créer des liens entre les environnements d'entreprise et les infrastructures communautaires, pour assurer que le bien-être devienne une composante naturelle du quotidien des Américains. »

❖ **Nathalie ROY (Canada):**



« Au Canada, il est essentiel de mettre l'accent sur le bien-être saisonnier et en lien avec la nature. Nous démontrons que l'activité physique en plein air et la pleine conscience dans la nature sont des outils essentiels pour favoriser la résilience mentale tout au long de l'année. »

❖ **Eduardo FINCI (Argentine):**



« Malgré les difficultés économiques, la passion pour le bien-être en Amérique du Sud est incroyablement forte. Nos communautés démontrent que le véritable bien-être s'épanouit grâce à l'énergie collective, la danse et l'entraide. »

❖ **Flavio ACUÑA (République Dominicaine):**



« Nous redéfinissons complètement l'expérience de voyage dans les Caraïbes en intégrant le bien-être authentique et la culture locale directement dans notre modèle d'hôtellerie, créant ainsi des grands avantages tant pour les visiteurs que pour les habitants. »

❖ **Tomoko IWAI (Japon):**



« Au Japon, nous nous concentrons sur l'harmonisation de l'innovation urbaine moderne avec les pratiques ancestrales de longévité comme les bains de forêt. Le véritable bien-être réside dans la création de moments de calme et de pleine conscience au sein de nos villes à rythme effréné. »

❖ **Hayden RHODES (Thaïlande):**



« La Thaïlande continue de jouer un rôle de premier plan dans le monde dans le domaine de l'hôtellerie holistique. Nous élargissons notre offre, passant des soins corporels traditionnels à une régénération physique, émotionnelle, spirituelle et intégrative en profondeur. »

Diversité culturelle des pratiques de Bien-être

Ces voix soulignent que le bien-être n'est pas un concept qui est pareil pour tout le monde.

Que ce soit à travers la pratique du Shinrin-yoku au Japon, les bains thermaux en Italie ou les mouvements communautaires en Argentine, le WWW célèbre la riche diversité culturelle des traditions de santé mondiales, en honorant leur histoire tout en les adaptant à la vie moderne.



CHAPITRE 7

Études de cas : le bien-être en action

01

Marbella, Espagne



- **Contexte** : Une destination côtière de renommée mondiale cherchant à passer d'un haut lieu de loisirs de luxe à un pôle de référence toute l'année pour la santé, le fitness et la longévité.
- **Initiative** : La municipalité a collaboré avec les Ambassadeurs locaux du WWW pour lancer un vaste programme de bien-être, transformant ses promenades côtières et ses parcs publics en pavillons de bien-être en plein air.
- **Impact** : Une forte participation obtenue auprès de populations multigénérationnelles, avec des interviews sur TV Marbella, TV Torremolinos...

02

Casciana Terme, Italie



- **Contexte** : Une ville thermale italienne historique cherchant à revitaliser son patrimoine thermal traditionnel pour une génération moderne et plus jeune de voyageurs soucieux de leur santé.
- **Initiative** : La ville a ouvert ses installations thermales historiques et ses espaces publics pour des forums éducatifs interactifs sur le bien-être, combinant des thérapies minérales traditionnelles et des pratiques modernes de pleine présence.
- **Impact** : A permis d'initier avec succès un public plus jeune aux thérapies thermales historiques, de préserver le patrimoine local, et de créer un modèle adaptable à d'autres destinations bien-être historiques à travers l'Europe.

03

Don Torcuato, Argentine



- **Contexte** : Une communauté résidentielle de banlieue confrontée à des pressions économiques, en quête de moyens abordables et accessibles pour soutenir la santé publique et la cohésion sociale.
- **Initiative** : Des organisateurs locaux ont créé des ateliers bien-être pour la population et financés par la communauté au sein de l'emblématique Club Atlético Caza y Pesca, proposant des cours de fitness gratuits, une éducation nutritionnelle accessible et de la méditation de groupe.
- **Impact** : A démontré que les barrières financières peuvent être surmontées grâce à l'action communautaire, entraînant des améliorations mesurables des indicateurs locaux de santé mentale et de lien social.

04

Higashikawa, Japon



- **Contexte** : Une municipalité japonaise avant-gardiste de l'île d'Hokkaido, visant à lutter contre la sédentarité et à soutenir la santé de tous les segments de la population : personnes âgées, élèves et personnes actives grâce au bien-être au travail.
- **Initiative** : La ville a intégré les activités du WWW directement dans sa programmation annuelle de santé publique, proposant des bilans physiques gratuits, des ateliers de posture et des séances d'exercices de groupe à faible impact.
- **Impact** : Grâce à un partenariat pluriannuel avec R-body, le maire a mobilisé avec succès des milliers de personnes âgées, d'élèves et de travailleurs autour du mouvement actif, a réduit l'isolement social, et favorisé une collaboration renforcée entre cliniques médicales locales et professionnels du fitness.

Le futur du bien-être : un positionnement tourné vers l'avenir

Le bien-être comme priorité de santé publique

L'avenir de la santé mondiale dépend de notre capacité à passer du traitement de la maladie à la culture active du bien-être.

Au cours de la prochaine décennie, le bien-être devra être reconnu comme une priorité essentielle de santé publique. Les systèmes de santé publics ne peuvent plus absorber les coûts croissants des maladies chroniques liées au mode de vie ; les investissements doivent se réorienter systématiquement vers des soins proactifs et préventifs.

COLLABORATION FUTURE EN SANTÉ PUBLIQUE

SECTEUR PUBLIC

- Politiques & Infrastructures
- Systèmes de santé
- Tech/Entreprises

WORLD WELLNESS WEEKEND

- Mobilisation citoyenne
- Programmation inclusive

PRIVÉ

- Secteur
- Innovateurs

Le rôle des villes et des gouvernements

Comme l'ont montré les bonnes pratiques 2026 de Healthy Lifestyles for Europe (HL4EU), les gouvernements doivent jouer un rôle actif en intégrant des indicateurs de bien-être directement dans leur planification urbanisme et leurs cadres législatifs. Cela implique de concevoir des villes qui encouragent naturellement le mouvement, d'établir des protections claires en santé mentale, et de soutenir les initiatives communautaires de bien-être grâce à des structures fiscales progressives et au financement public.

Collaboration public-privé

Relever les défis de santé modernes exige une collaboration solide entre les secteurs public et privé. En tant qu'association internationale à but non lucratif, le World Wellness Weekend agit comme catalyseur de ces partenariats, réunissant des innovateurs d'entreprise, des prestataires de santé et des autorités municipales pour concevoir et déployer des solutions de bien-être inclusives et accessibles.

Nos partenariats stratégiques avec **World Cleanup Day** à l'échelle mondiale, et avec **Pace e Bene, Non violent Campaign** aux États-Unis, démontrent une action concrète à grande échelle, répondant à l'appel du Wellness Moonshot du **Global Wellness Institute**, en unissant nos forces pour façonner l'avenir vers un monde libre de maladies évitables.



Rendre le bien-être plus accessible à l'échelle mondiale

Comme l'a dit Katherine Johnston, chercheuse au **Global Wellness Institute** : « Face au fossé grandissant entre ceux qui ont et ceux qui n'ont pas, les Leaders du Bien-être doivent devenir des Leaders EN Bien-être ».

Nous devons déconstruire l'idée fausse selon laquelle le bien-être serait un luxe exclusif.

La prochaine décennie du mouvement bien-être se concentrera intensément sur l'équité et l'accessibilité à l'échelle mondiale. Le véritable bien-être exige de créer des occasions simples et gratuites de vivre sainement, accessibles à tous, indépendamment de la situation géographique, de l'âge ou du statut socio-économique.

Il est grand temps de renouer avec le rythme de la Nature et les sages conseils de nos grands-mères qui nous incitaient à être actifs et de nous sentir en communion avec nos amis et notre communauté : « finis tes légumes, va jouer dehors avec tes amis, calme-toi ou va réfléchir dans ta chambre, il est maintenant l'heure d'aller se coucher, une grande journée t'attend pour changer le monde ».

Jean-Guy de Gabriac, fondateur du WWW, a été inspiré par sa grand-mère avant son décès à l'âge de 101 ans, pleine de joie, avec l'espoir que les 5 piliers du bien-être puissent inspirer des millions de personnes à devenir des « wellfluenceurs », capables d'avoir une influence positive sur leurs amis, leur famille et leur communauté. Le monde a plus que jamais besoin de bien-être, et de plus de wellfluenceurs ;-)



Conclusion : un appel à l'Action

Renforcer le WWW en tant que mouvement mondial

Le World Wellness Weekend est bien plus qu'une célébration de trois jours ; cette année, il devient même une célébration de 4 jours en Espagne, du jeudi 17 jusqu'au coucher du soleil le dimanche 20 septembre.

C'est un catalyseur, actif toute l'année, de la transformation de la santé mondiale. Au cours des dix dernières années, nous avons prouvé qu'un réseau décentralisé, animé par la passion et ancré dans le terrain peut inspirer un changement réel et durable à travers les villes et les nations du monde entier, avec le Wellness For All (Bien-être pour Tous). Pas seulement le Bien-être pour les **Clients**, mais aussi le Bien-être pour les **Collègues** (bien-être au travail), et le Bien-être pour les **Communautés** mal desservies (hôpitaux, maisons de retraite, orphelinats, personnes à besoins particuliers...)

Invitation à participer et à s'engager

Nous invitons les organisations médiatiques, les dirigeants d'entreprise, les gouvernements municipaux et les professionnels du bien-être à nous rejoindre dans cette mission essentielle.

- **Pour les médias** : Aidez-nous à partager ces histoires de transformation humaine et à placer l'éducation à la santé préventive au premier plan de la conscience publique.
- **Pour les municipalités** : Associez-vous à notre réseau d'Ambassadeurs pour activer vos espaces publics et concevoir des environnements urbains plus sains et plus dynamiques.
- **Pour les entreprises** : Intégrez le bien-être au cœur de votre culture d'entreprise pour soutenir et responsabiliser vos équipes à travers le monde.
- **Pour les commerces (hôtels, resorts, clubs de fitness / sport, studios de yoga / Pilates, spas / centres de bien-être)** : Ouvrez vos portes au public, partagez votre expertise et votre enthousiasme : devenez un pôle d'accueil du bien-être au sein de votre communauté. Devenez des Champions Wellness, brillez comme des Héros Wellness.

Vision pour la prochaine décennie

En regardant vers les dix prochaines années, notre vision est de voir le bien-être davantage intégré au quotidien, de la conception de nos villes et de nos lieux de travail à nos politiques de santé publique et nos programmes scolaires.

Ensemble, continuons à bâtir un monde plus sain, plus résilient et profondément connecté. Le bien-être commence par NOUS et grandit grâce à NOUS tous.

Le voyage de la prochaine décennie commence aujourd'hui : chacun est invité à y prendre part dans sa ville, en tant qu'établissement participant, Champion Wellness, Héros Wellness, ou Coordinateur de Ville du World Wellness Weekend.



RECONNAISSANCE DE LA PRESSE ET DES MÉDIAS

Ces dernières années, le World Wellness Weekend a connu une croissance mondiale et une reconnaissance médiatique remarquables, réunissant des professionnels du bien-être, des leaders du tourisme, des clubs de fitness, des spas, des hôtels et des communautés locales dans 187 pays.

À ce jour, plus de 10 990 établissements ont participé à travers le monde, organisant plus de 20 000 activités gratuites et inclusives dans 2 012 villes, soit une hausse de 75 % de la participation depuis 2023.

La visibilité médiatique a atteint des niveaux inédits, avec plus de 829 articles de presse, générant environ 10,7 millions de vues, atteignant une audience combinée de 2,79 milliards, 851 millions de lecteurs en ligne et un score maximal d'autorité de domaine de 99.

Le mouvement a également généré plus de 6 000 publications sur les réseaux sociaux et des milliers d'interactions, ainsi que des interviews télévisées et radiophoniques sur de grands réseaux internationaux et régionaux.

Soutenu par plus de 150 Ambassadeurs et Coordinateurs, le World Wellness Weekend continue de faire progresser l'Objectif de Développement Durable n° 3 des Nations Unies, Bonne Santé et Bien-être pour Tous, de soutenir le Wellness Moonshot du **Global Wellness Institute** et de la **Semaine Européenne du Sport**, tout en inspirant des millions de personnes à travers le monde à adopter, aussi souvent que possible, des modes de vie plus sains, plus actifs, présents et inclusifs. Ça fait du BIEN d'être BIEN !

Trouvez les établissements participants près de chez vous **wellmap.fr**