



The Global Wellness Institute defines
**Wellness as the active pursuit of activities, choices and lifestyles that lead to
 a state of holistic health.** ”



PHYSICAL กายภาพ

การบำรุงรักษาร่างกายให้แข็งแรงด้วยการออกกำลังกาย โภชนาการที่ดี และพักผ่อนนอนหลับอย่างพอเพียง



MENTAL จิต

สร้างจิตที่สูงส่งทำให้เกิดปัญญาในการนำไปมีส่วนร่วมทั่วโลก



WELLNESS

สุขภาวะ

การดำเนินกิจกรรมทางเลือกในวิถีชีวิตที่จะนำไปสู่
 สุขภาวะที่เป็นองค์รวมของสุขภาพ



1) สุขภาวะไม่ใช่ภาวะที่นิ่งเฉย แต่เป็นความแน่นแฟ้นในการแสวงหาความสมดุลของความสุขในชีวิต

2) สุขภาวะจะเชื่อมโยงกับสุขภาพองค์รวมปัจจัยแวดล้อมในมิติต่างๆ

ENVIRONMENTAL
 สิ่งแวดล้อม

ส่งเสริมและสร้างความสัมพันธ์กันจากการกระทำในเชิงบวกระหว่างสุขภาพของพิภพโลกกับความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์



SPIRITUAL จิตวิญญาณ

การค้นหาคำหมายและจุดประสงค์ในการดำรงอยู่ที่สูงขึ้นของชีวิตมนุษย์



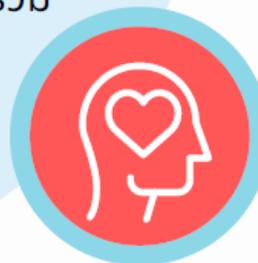
SOCIAL สังคม

การเชื่อมต่อในการมีส่วนร่วมร่วมกับผู้อื่นและชุมชนของเราอย่างมีความหมาย

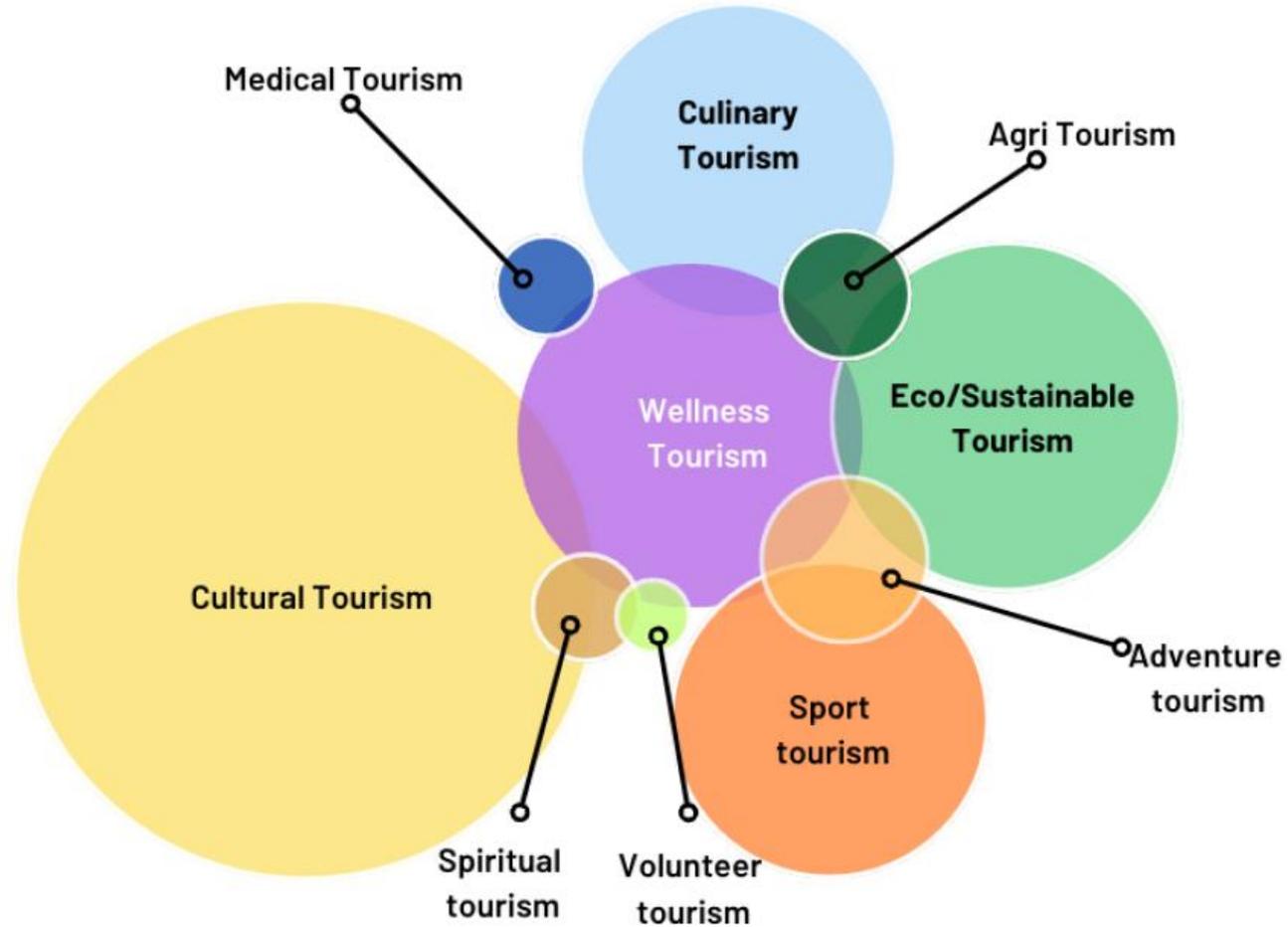


EMOTIONAL อารมณ์

การรับรู้ การยอมรับ และการแสดงออกทางความรู้สึกที่ตัวเรามีต่อความรู้สึกของผู้อื่น



WELLNESS INDUSTRY HAS SYNEGY WITH MANY HIGH-GROWTH NICHE SEGMENTS





10 KEY PURPOSE OF WELLNESS TOURISM

1

To improve physical health

เพื่อสุขภาพและร่างกายที่ดีขึ้น

2

To improve mental health

เพื่อปรับปรุงสุขภาพจิต

3

To connect with other

เพื่อการเชื่อมต่อกับผู้อื่น

4

To learn something new

เพื่อเรียนรู้สิ่งใหม่

5

To escape daily life

เพื่อหลีกเลี่ยงชีวิตประจำวัน

6

To improve overall well being

เพื่อปรับปรุงความเป็นอยู่โดยรวม

7

To find purpose

เพื่อค้นหาจุดมุ่งหมาย

8

To relax and stress

เพื่อการผ่อนคลายและความเครียด

9

To challenge yourself

เพื่อท้าทายตัวเอง

10

To have a joyful experience

เพื่อให้ได้รับประสบการณ์ที่สนุกสนาน

ประสบการณ์ด้านสุขภาพที่สำคัญในประเทศไทย

Key Wellness Experiences in Thailand

เศรษฐกิจด้านสุขภาพในแต่ละประเทศมีความหลากหลาย แต่จะมีเอกลักษณ์เฉพาะตัวซึ่งสามารถสร้างอิทธิพลและกลยุทธ์ที่เหมาะสมได้ด้วยวิธีการพัฒนาด้านวัฒนธรรม เศรษฐกิจและสังคม และนโยบายของรัฐบาล

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ Wellness Tourism



ตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของประเทศไทยมีขนาดใหญ่เป็นอันดับ 4 ในเอเชีย (รองจาก จีน, ญี่ปุ่น, และเกาหลี บ่งบอกถึงความหลากหลายด้านประสบการณ์ด้านสุขภาพที่มีมากมายในประเทศ



อาหารเพื่อสุขภาพ, โภชนาการ, ลดน้ำหนัก Healthy Eating, Nutrition & Weight Loss

อาหารเพื่อสุขภาพและโภชนาการมีส่วนสำคัญในการลดน้ำหนัก ซึ่งเป็นปัญหาหลักด้านสุขภาพของคนในปัจจุบัน ประเทศไทยขึ้นชื่อในความหลากหลายในตำรับอาหารพื้นถิ่น สำหรับที่มีประโยชน์ด้วยศิลปะการปรุงที่สร้างความสมดุลในคุณค่าที่เหมาะสมต่อสุขภาพ

การแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก Treaditional Complimentary Medicine



ประวัติศาสตร์อันยาวนานในด้านการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือกได้หยั่งรากลึกในวัฒนธรรมไทย ปัจจุบันมีการใช้องค์ความรู้นี้ร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบันเพื่อส่งเสริมสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีให้กับมวลมนุษย



สปา, นวดไทย Spa, Nuad Thai

สปาไทยหรือที่รับรู้กันทั่วโลกในชื่อว่า "นวดไทย" ที่มีการผสมผสานในเทคนิคของตะวันตกและตะวันออกได้อย่างเหมาะสม มีต้นกำเนิดในประเทศไทย



Movements to Improve Health & Wellbeing : Achievements & Gaps

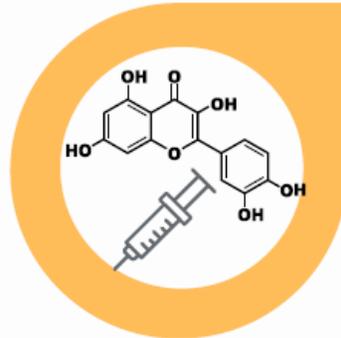
Health & Longevity Movement

นำโดย: นักวิทยาศาสตร์, วิจัย, แพทย์, รัฐบาล
ความสำเร็จ:

- ความก้าวหน้าทางการแพทย์, ยา, วัคซีน
- ระบบการสาธารณสุข, สุขาภิบาล
- การลดน้อยลงของการติดเชื้อ
- ช่วงวัยชีวิตยาวขึ้น

ช่องว่าง:

- ความไม่เสมอภาค, ความเสี่ยงด้านสุขภาพ
- การเกิดขึ้นของโรคเรื้อรัง NCD
- โมเดลสุขภาพเน้นที่การรักษาด้วยยาแทนที่จะดูแลที่การป้องกัน
- เน้นพฤติกรรมในส่วนบุคคลที่มีอิทธิพลต่อชุมชน/สิ่งแวดล้อม



Happiness & Well-being Movement

นำโดย: รัฐบาล, วิชาการ

ความสำเร็จ:

- ปรับการให้ระดับความสำคัญของการสร้างนโยบาย
- การให้น้ำหนักต่อคุณภาพความสุข ความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์มากกว่าตัวชี้วัดด้านมวลรวมทางเศรษฐกิจ GDP
- ความเข้าใจมากขึ้นในคำวัดความเป็นอยู่ที่ดี
- สนใจและโฟกัสในเรื่องที่เป็นด้านของจิตใจและอารมณ์

ช่องว่าง:

- มีเพียงประเทศเล็กๆไม่กี่แห่งที่นำหลักการนี้ไปใช้
- ส่วนใหญ่ให้การพูดถึงในด้านทฤษฎีลำดับความสำคัญและการวัดผล
- การรับความเปลี่ยนแปลงของระบบมีความล่าช้าและทำกาย

1900

1950

2000



Modern Consumer Wellness Movement

นำโดย: ผู้บริโภค, ธุรกิจ, สื่อ

ความสำเร็จ:

- สร้างพลังแห่งการความรู้สึบุคคลที่มุ่งเน้นสุขภาพเชิงป้องกันตนเอง
- สร้างความเข้าใจในเรื่องสุขภาพแบบองค์รวม
- กระแสหลักของรูปแบบและมีติด้านสุขภาพ
- นวัตกรรมทางการตลาดทำให้เข้าถึงสุขภาพได้มากขึ้น
- มีติด้านต่างๆในอุตสาหกรรมโลกมีมูลค่ารวมกัน \$4.4 ล้านล้าน

ช่องว่าง:

- ความไม่เท่าเทียมกันในการเข้าถึงรูปแบบการให้บริการด้านสุขภาพ
- ล้มเหลวต่อการชะลอการเกิดโรคเรื้อรัง
- ผู้บริโภคจำนวนมากถูกดึงออกจากความเป็นส่วนตัวในการสร้างสุขภาพให้กับตัวเอง

Stakeholder Welfare & Sustainability Movement

นำโดย: นักเคลื่อนไหวต่อผู้บริโภค, NGO, องค์กรพัฒนาเพื่อสังคม, นักลงทุน

ความสำเร็จ:

- การปรับเปลี่ยนลำดับความสำคัญของธุรกิจและนักลงทุน
- เน้นมากขึ้นกับสุขภาพของพิภพโลกและการมีจริยธรรมในการดำเนินธุรกิจที่ต่อรับผิดชอบต่อสังคมโดยรวม
- รูปแบบ และตัวชี้วัดใหม่ ESG และจรรยาภิบาล ความโปร่งใสที่ดีขึ้น

ช่องว่าง:

- ธุรกิจยอมรับค่านิยมใหม่นี้อาจหรือแค่เป็นกลยุทธ์ในการสร้างแบรนด์ ?
- ยังไม่เพียงพอขับเคลื่อนที่แท้จริงที่ส่งขยายไปในองค์กรใหญ่ที่มีกิจการควบรวมหลายๆอย่างในประเทศที่ร่ำรวยและพัฒนาแล้ว
- ไปเน้นที่ให้ความสำคัญกับสุขภาพพิภพโลกมากจนลืมเรื่องสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์
- ต้องการความเปลี่ยนแปลงที่เป็นระบบจึงเกิดความล่าช้าและความทำกายที่มากขึ้น