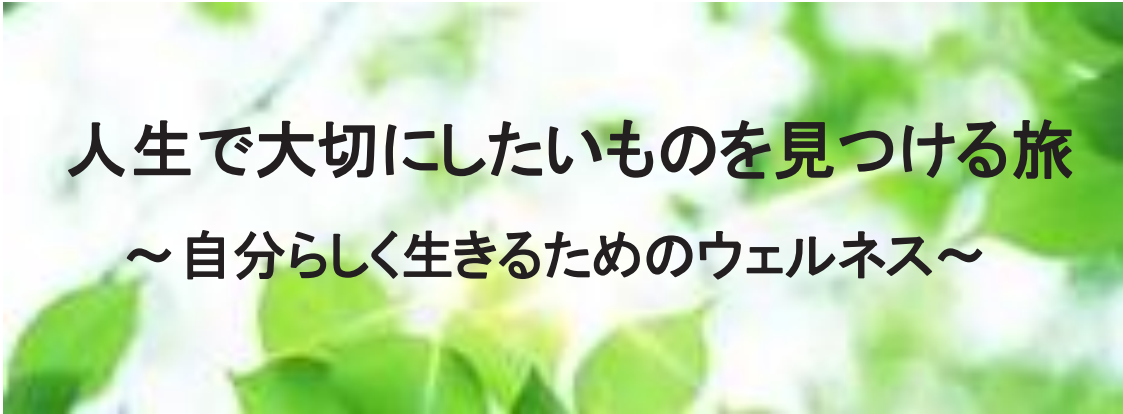


GLOBAL WELLNESS DAY®

2022年 6月 11日(土)

「Global Wellness Day」 イベント開催情報



人生で大切にしたいものを見つける旅 ～自分らしく生きるためのウェルネス～

グローバルウェルネスデイ2022の世界共通テーマ「#THINK MAGENTA (マゼンタカラーを考えよう)」から、心身の健康であるウェルネスを「身体」「知性」「環境」「感情」「職業」「社会」「精神」「金銭」の8次元に分けて、自身をケアすることを考えていきます。

また、「精神の健康(ウェルネス)」にフォーカスを当て、自分自身と向き合うことで大切にしている価値観を見つめ直すミニワークを行います。

自身の価値観を理解することは生きていく上での意味や目的に気づき、日々の充実度が増し未来への希望に繋がります。

『人生で大切にしたいものを見つける旅』の中で心身の健康であるウェルネスとは何かを深め、自分らしく生き生きと輝く人生を歩むためのエッセンスを見つけてみませんか？

【開催日】2022年6月11日(土) 14:00～15:00

【参加費】無料

【参加方法】下記ZoomのURLより、どなた様でもご参加いただけます。

<https://us02web.zoom.us/j/82848160305>

ミーティングID: 828 4816 0305

※事前にZoomアプリのインストールをお済ませください。

※紙とペンをご用意ください。

"One day, can change your whole life!"