
5 tendances « Bien-être » pour 2020

9 français sur 10 éprouvent du stress au quotidien et 38% d'entre eux, estiment que leur niveau de stress a augmenté sur les 3 dernières années. Les conséquences ? Problèmes de santé (nervosité, trouble du sommeil) et de comportement (tension familiale, au travail etc.).

Le **bien-être** est à nouveau au cœur des préoccupations des français pour 2020. Aussi, nous avons souhaité au travers de cet article, vous donner **5 tendances** que l'on observe dans le **tourisme de bien-être**.

1. SE RECONNECTER A LA NATURE

En mode *digital detox* ! Hyper-connexion, sollicitation permanente via les réseaux-sociaux, le mails... (un français passe en moyenne 5h par jour sur Internet).

Il y a le besoin de « débrancher », de faire une coupure, un « break » ! Profiter de la campagne, faire des activités au grand air.

Ça donne quoi dans l'Oise ? une promenade en forêt, une nuit dans une cabane, une visite à la ferme en famille...



2. MANGER LOCAL

Les voyageurs font de plus en plus attention à ce qu'ils mettent dans leur assiette. Ils consomment des produits frais et de saison, idéalement bio (prise de conscience écologique).

Ça donne quoi dans l'Oise ? Ils vont privilégier les restaurants où la cuisine est « fait-maison », ils achèteront

leurs produits sur le marché ou directement auprès des producteurs.



3. PRENDRE SOIN DE SOI

Des journées bien remplies (charge mentale), les embouteillages quotidiens, sans parler de la pollution pour les citadins... Il est urgent de ralentir le rythme et de se faire plaisir !

Ça donne quoi dans l'Oise ? Une séance de spa en amoureux ou entre copines, un cours de yoga en forêt, prendre le petit-déjeuner au lit à l'hôtel.



4. PARTAGER DES MOMENTS CONVIVIAUX

Les touristes en 2020 ont envie de se retrouver en couple, en famille ou entre amis mais aussi de rencontrer, échanger avec des « locaux ». Ils accordent une grande importance à l'accueil et à la relation qu'il pourront entretenir chez leurs hébergeurs mais aussi dans les différents lieux touristiques. Aussi, ils veulent ressentir l'atmosphère, l'ambiance du lieu où ils se trouvent, afin de pouvoir se construire une expérience mémorable.

Ça donne quoi dans l'Oise ? Profiter d'un dîner en table d'hôtes, suivre une visite guidée avec un guide passionné, prendre le temps de discuter avec les habitants



5. VOYAGER DE MANIERE PLUS DURABLE

Volonté de limiter son impact écologique. Voyager plus proche de chez soi (éviter l'avion). Privilégier les transports en commun ou les modes de transport doux. Choisir des destinations moins fréquentées, moins connues, dans le but de réduire le tourisme de masse et de protéger l'environnement.

Ça donne quoi dans l'Oise ? Utiliser le vélo pour relier par exemple Compiègne et Pierrefonds, découvrir les petits villages pittoresques moins connus comme Vieux-Moulin, Saint-Germer-de-Fly ou Saint-Martin-aux-Bois.



Agence de
DÉVELOPPEMENT
TOURISTIQUE

