



Jusqu'à 1 an offert



Home Conseils Analyses Inspiration Contributions Qui sommes-nous Rendez-vous Contact

BIEN-ÊTRE

CONSEILS

ENTREPRENEURE

HÔTELLERIE

## Belgin Aksoy Berkin, entrepreneure du bien-être

Camille Andres août 10, 2018

Belgin Aksoy Berkin a fondé la journée mondiale du bien-être en 2013. DR

**Formée à l'école hôtelière César Ritz Colleges Switzerland, l'entrepreneure turque Belgin Aksoy Berkin a fondé la journée mondiale du bien-être en 2013. Son organisation à but non lucratif vise à populariser un concept jusque-là réservé aux élites. Explications.**

### Un parcours débuté en Suisse

C'est en 1995 que Belgin Aksoy Berkin sort diplômée du César Ritz Colleges Switzerland. La jeune femme, issue d'une famille active dans l'industrie du textile a choisi le secteur du management hôtelier... en regardant une série télé. «Ado, je regardais un show appelé Sam, et de tous les personnages, celui du manager de l'hôtel avait le métier qui me faisait le plus rêver: il passait son temps à enrichir la vie des gens, leur organiser des fêtes...». Mais la jeune femme de 17 ans, déjà sensible à la question du partage, réalise aussi une période de bénévolat comme enseignante dans une fondation destinée aux enfants défavorisés.

Les stages dans les hôtels suisses lui permettent de découvrir la partie moins glamour du métier, mais aussi et surtout le rythme exigeant de la vie hôtelière. «C'était vraiment très intense, on travaillait 17 heures par jour, mais j'ai beaucoup appris.» De retour en Turquie, elle rejoint l'établissement hôtelier dans lequel son père a récemment investi et y démarre au service comptabilité, avant de gravir tous les échelons jusqu'à en devenir manager. En 2004, la famille décide de construire un spa à une heure d'Istanbul. Au même moment, la jeune femme est diagnostiquée malade d'un cancer et accouche de son premier enfant. «C'était une période de bouleversements profonds. J'ai dû changer ma manière de vivre en profondeur. Je me suis plongée dans l'étude du wellness à ce moment-là, à titre privé et professionnel, c'est devenu une véritable passion.»

Une passion qui ne la quitte plus dès lors. Elle se met à parcourir le monde à l'écoute de ce qui se fait alors dans ce domaine en plein essor: conférences, sommets, lectures. «J'ai commencé à me construire un réseau dans ce domaine au niveau international.»

### Une vision très personnelle, à la fois profonde et ouverte

Elle forge petit à petit sa définition du bien-être. «Pour moi le wellness, c'est connaître la valeur de sa propre vie, avoir une excellente connexion avec sa famille et ses amis, savoir écouter ses émotions et son corps. En changeant sa relation avec LA vie, c'est notre propre existence qui change. Il ne s'agit pas simplement de boire des jus et d'aller courir

#### Publicité

Abonnez-vous



Bilan



#### Newsletter

Adresse Email:

Votre adresse email

Nom:

Prénom:

S'abonner

propre existence qui change. Il ne s'agit pas simplement de boire des jus et d'aider courir. On peut être au top physiquement et totalement brisé à l'intérieur. Ou l'inverse! Je vois des personnes en surpoids qui profitent de la vie à fond. Tout est une question d'équilibre émotionnel et spirituel.»

Elle se dit d'abord que sa mission est de véhiculer cette conviction dans les établissements où elle travail. «Je trouvais les meilleurs thérapeutes, j'organisais des workshops...»

Un jour elle cherche à savoir quand est la journée mondiale du bien-être. Et se rend compte que la date n'existe pas. «Je savais qu'il y avait un jour pour les fraises... et je me suis dit qu'il y avait vraiment quelque chose à faire.»



Sur scène  
en  
récupérant  
mon prix,  
j'ai lancé un  
appel  
devant tous  
les  
spécialistes

Elle organise une première journée à Istanbul en 2012 dans son spa avec des nutritionnistes, des professeurs de yoga, des psychologues. Elle réunit 250 participants. Tout est gratuit et ouvert à tous. Le jour qu'elle retient est le 11 juin «parce qu'en Turquie, la météo est bonne, c'est quasiment la fin de l'école...».

## D'un événement local à un rendez-vous mondial

Les retours qu'elle obtient ce jour-là définissent la manière dont elle construira la journée ensuite. «Une femme qui n'avait jamais fait de yoga car elle était ronde m'a expliqué combien elle se sentait bien et qu'elle allait désormais continuer. Une autre qui imaginait que les jus détox étaient infects a assuré trouver cela délicieux et simple, au point de vouloir en boire tous les jours».

«J'ai tiré de ces témoignages le slogan futur de l'évènement: 'one day can change your whole life'».

En 2015, elle réitère l'évènement dans un parc d'Istanbul, à nouveau ouvert au public et gratuit. La même année elle participe au Global Wellness Summit de Marrakech, et gagne une compétition au cours de laquelle elle a présenté son concept. «Sur scène en récupérant mon prix, j'ai lancé un appel devant tous les spécialistes et décideurs de l'industrie en leur expliquant que je cherchais des ambassadeurs pour populariser le concept. Je me suis retrouvée face à une file de gens avec des cartes de visites».

C'est alors que son mouvement prend **une envergure mondiale**. En 2018, l'évènement a réuni 5000 sites différents dans plus de 100 pays. Belgin Aksoy Berkin tient cependant à garder l'essence de son idée : veiller à ce que 'le wellness soit perçu comme un droit pour tous, et non réservé aux élites'. Pour s'assurer que le mouvement reste sans profit et ouvert à tous, elle a fixé quelques règles. «Tous les ambassadeurs vérifient que les events qui ont lieu ce jour-là dans leur pays ne sont pas payants. Nous contrôlons tout ce qui nous est remonté par les pays, ici à Istanbul. La promotion pour certains produits n'est pas permise. Le logo du Global Wellness Day peut être utilisé tant qu'il ne s'agit pas de vendre.» Les participants sont aussi bien des hôtels et des spas que des écoles, des hôpitaux ou des entreprises. «Nous n'avons pas une manière de célébrer cette journée, chaque pays et culture a autre chose à apporter, nous laissons libre cours à ces initiatives locales.»

Aujourd'hui 86 ambassadeurs, 24 «key supporters» et 4 conseillers assurent bénévolement la promotion du concept. «La seule personne payée est une responsable de la communication, ici à Istanbul, je finance son salaire de ma propre poche», assure l'entrepreneure. Cette dernière souhaite continuer sa mission d'entrepreneuriat social: elle développe actuellement avec des professeurs d'université un programme de wellbeing a destination des écoliers, dès deux ans, basé principalement sur des jeux. Ils seront basés autour de la respiration (pour apprendre à maîtriser ses émotions), de l'estime de soi (pour lutter contre la dépression), et des repas en pleine conscience (pour lutter contre l'obésité). Le gouvernement thaïlandais s'est déjà montré intéressé pour tester des programmes pilotes.

Suivez-nous



Vidéos

