

# 150 wellness profesí, které (nejspíš) znáte

1. **Wellness kouč** – poskytuje podporu při dosahování osobních wellness cílů pomocí koučovacích technik.
2. **Wellness manažer** – řídí komplexní wellness programy ve firmách, školách nebo komunitách.
3. **Lektor zdravého životního stylu** – vzdělává veřejnost o výživě, pohybu, spánku a dalších oblastech zdraví.
4. **Konzultant pro organizační wellness** – pracuje s organizacemi na tvorbě programů pro zlepšení zdraví zaměstnanců.
5. **Instruktor jógy a mindfulness** – podporuje fyzickou a duševní pohodu prostřednictvím praxe jógy a mindfulness technik.
6. **Odborník na ergonomii a pracovní wellness** – zaměřuje se na optimalizaci pracovního prostředí a prevenci pracovních úrazů.
7. **Specialista na komunitní zdraví** – organizuje komunitní aktivity a projekty zaměřené na podporu zdraví.
8. **Dietolog nebo nutriční terapeut** – pomáhá jednotlivcům či skupinám s tvorbou jídelníčků podporujících zdraví.
9. **Osobní trenér s důrazem na wellness** – zaměřuje se na pohybovou aktivitu jako součást celostního přístupu ke zdraví.
10. **Fyziokouč** – propojuje fyzioterapii a koučink s cílem dlouhodobého udržení pohybového zdraví.
11. **Psychoterapeut se zaměřením na well-being** – specializuje se na podporu duševní pohody a zvládání stresu.
12. **Facilitátor wellness workshopů** – organizuje a vede workshopy zaměřené na konkrétní dimenze wellness.
13. **Specialista na prevenci vyhoření** – pracuje s jednotlivci nebo týmy na prevenci a zvládání syndromu vyhoření.
14. **Koordinátor wellness programů pro seniory** – navrhuje a implementuje programy zvyšující kvalitu života starších osob.
15. **Výzkumník v oblasti wellness** – provádí výzkum zaměřený na nové strategie a metody podpory zdraví.
16. **Specialista na spánkovou hygienu** – poskytuje poradenství a vzdělávání v oblasti spánkových návyků a kvality spánku.
17. **Kouč pro zvládání stresu** – zaměřuje se na techniky zvládání stresu a prevenci jeho negativních dopadů.
18. **Pracovník v oblasti duševního zdraví na pracovišti** – podporuje duševní pohodu zaměstnanců a vytváří programy na podporu well-beingu.
19. **Instruktor relaxačních a dechových cvičení** – specializuje se na dechové techniky a relaxační metody ke snížení stresu.



20. **Wellness poradce ve školství** – pomáhá školám vytvářet prostředí podporující zdraví žáků a učitelů.
21. **Facilitátor změny životního stylu** – pomáhá jednotlivcům a skupinám s implementací dlouhodobých změn vedoucích ke zdravému životnímu stylu.
22. **Trenér resilience** – školí jednotlivce a týmy, jak rozvíjet odolnost vůči stresu a výzvám.
23. **Wellness mentor pro osoby s chronickými nemocemi** – poskytuje podporu lidem s chronickými zdravotními problémy při zlepšování jejich kvality života.
24. **Poradce pro digitální well-being** – pomáhá s nastavováním zdravých hranic při používání technologií.
25. **Konzultant pro pracovní rovnováhu (work-life balance)** – podporuje jednotlivce a organizace při hledání rovnováhy mezi prací a osobním životem.
26. **Specialista na wellbeing ve sportu** – zaměřuje se na fyzickou i psychickou pohodu sportovců.
27. **Manažer zdravotních a wellness benefitů** – navrhuje a spravuje benefity pro zaměstnance s cílem podpořit jejich zdraví.
28. **Poradce pro vztahy a sociální well-being** – pomáhá s budováním zdravých vztahů a zlepšováním sociální pohody.
29. **Odborník na finanční well-being** – poskytuje poradenství zaměřené na snižování finančního stresu a zlepšování finanční gramotnosti.
30. **Specialista na wellness technologie** – implementuje digitální nástroje a aplikace podporující wellness programy.
31. **Odborník na environmentální wellness** – pomáhá jednotlivcům a komunitám vytvářet zdravé životní prostředí.
32. **Konzultant pro rodinné wellness** – podporuje rodiny při zavádění zdravých návyků a zlepšování vztahů.
33. **Specialista na wellness programy ve zdravotnictví** – navrhuje wellness aktivity pro pacienty, zdravotnický personál a celé zdravotnické organizace.
34. **Instruktor outdoorových aktivit** – podporuje fyzickou a duševní pohodu prostřednictvím pohybu v přírodě.
35. **Facilitátor skupinové terapie zaměřené na well-being** – vede skupinová sezení s cílem zlepšení celkové pohody.
36. **Specialista na kreativní well-being** – využívá umění, hudbu a jiné kreativní aktivity k posílení duševní pohody.
37. **Poradce pro smysluplné stárnutí** – pomáhá seniorům nacházet smysl a radost v pozdější fázi života.
38. **Lektor mindfulness pro děti a mládež** – učí děti a mladé lidi techniky všímavosti a zvládání emocí.
39. **Průvodce přírodním wellness** – propojuje wellness s pobytem v přírodě a přírodními prvky.

40. **Kouč pro osobní a profesní rozvoj** – zaměřuje se na rozvoj potenciálu klientů v osobní i pracovní rovině.
41. **Specialista na sociální podporu a komunitní well-being** – vytváří komunity podporující vzájemnou pomoc a sdílení.
42. **Odborník na well-being na univerzitách** – navrhuje a implementuje wellness programy pro studenty a zaměstnance univerzit.
43. **Facilitátor mediace zaměřené na well-being** – pomáhá řešit konflikty a zlepšovat vztahy s ohledem na duševní zdraví všech zúčastněných.
44. **Poradce pro spirituální well-being** – podporuje klienty při hledání smyslu a hlubší životní spokojenosti.
45. **Trenér pro zlepšení mezilidských dovedností** – pomáhá klientům rozvíjet empatii, asertivitu a další sociální dovednosti.
46. **Specialista na wellness v pohostinství** – vytváří wellness služby a programy v hotelích a resortech.
47. **Konzultant pro wellness v komunitních centrech** – navrhuje a implementuje programy pro podporu zdraví v komunitách.
48. **Odborník na wellness při rehabilitaci** – podporuje klienty během rehabilitačního procesu při zlepšování jejich celkové pohody.
49. **Poradce pro emoční inteligenci** – pomáhá jednotlivcům i týmům rozvíjet emoční inteligenci jako součást well-beingu.
50. **Kouč pro rozvoj zdravých návyků** – zaměřuje se na vytváření a upevňování pozitivních návyků spojených s wellness.
51. **Facilitátor wellbeingových retreatů** – organizuje a vede retreaty zaměřené na obnovu fyzických a duševních sil.
52. **Specialista na wellness ve veřejné správě** – navrhuje politiky a programy podporující veřejné zdraví a wellness.
53. **Poradce pro pohybovou terapii** – kombinuje pohyb a terapeutické metody ke zlepšení fyzického i psychického zdraví.
54. **Odborník na pracovní wellness pro freelancery** – vytváří strategie, jak udržet rovnováhu mezi prací a osobním životem u nezávislých profesionálů.
55. **Trenér týmového well-beingu** – podporuje týmy při zlepšování komunikace, spolupráce a celkové pohody.
56. **Poradce pro digitální detox** – pomáhá klientům nastavovat zdravý vztah k technologiím a podporuje digitální rovnováhu.
57. **Specialista na prevenci závislostí** – zaměřuje se na prevenci a podporu klientů při zvládnání závislostí v kontextu wellness.
58. **Kouč pro zvládnání životních změn** – podporuje jednotlivce při překonávání velkých životních změn, jako jsou rozvody, změny kariéry nebo ztráty.
59. **Poradce pro partnerské wellness** – pracuje s páry na zlepšování vztahů a společném budování zdravého životního stylu.



60. **Odborník na prevenci civilizačních onemocnění** – zaměřuje se na osvětu a prevenci nemocí, jako je diabetes nebo kardiovaskulární onemocnění.
61. **Odborník na wellness ve fitness centrech** – navrhuje programy, které propojují fitness s celostním přístupem k wellness.
62. **Poradce pro hormonální rovnováhu** – pomáhá klientům optimalizovat hormonální zdraví prostřednictvím změn životního stylu.
63. **Lektor zdravého vaření** – vede kurzy zaměřené na přípravu zdravých a vyvážených jídel.
64. **Kouč pro zlepšení soustředění a mentálního výkonu** – podporuje klienty při zlepšování koncentrace a mentální pohody.
65. **Wellness konzultant pro mateřská centra** – pomáhá matkám a rodinám s vytvářením zdravého životního stylu.
66. **Specialista na wellness technologie v domácnosti** – navrhuje a implementuje technologie podporující zdravý životní styl doma.
67. **Facilitátor zdravých návyků u dětí** – vede programy zaměřené na budování zdravých návyků u dětí a mládeže.
68. **Poradce pro optimalizaci tělesného složení** – pomáhá klientům dosáhnout zdravého poměru tuků a svalové hmoty.
69. **Specialista na wellness ve vězeňských zařízeních** – navrhuje programy zaměřené na zlepšení fyzické a duševní pohody vězňů.
70. **Facilitátor vizualizačních technik** – využívá techniky vizualizace k posilování motivace a osobního růstu.
71. **Instruktor dechových technik pro sportovce** – specializuje se na dýchání pro optimalizaci výkonu a regeneraci.
72. **Poradce pro změnu stravovacích návyků** – pomáhá klientům přecházet na zdravější stravování.
73. **Specialista na wellness pro osoby se zdravotním postižením** – vytváří wellness programy přizpůsobené specifickým potřebám osob s hendikepem.
74. **Facilitátor přírodních terapií** – využívá přírodní prvky (lesní terapie, vodní terapie) k posilování well-beingu.
75. **Poradce pro rovnováhu mezi osobní a profesní identitou** – pomáhá jednotlivcům sladit osobní hodnoty s profesními cíli.
76. **Poradce pro zdravé stárnutí** – pomáhá lidem ve středním a vyšším věku s udržením vitality a pohody.
77. **Specialista na psychohygienu** – poskytuje vzdělávání a podporu v oblasti mentální hygieny a duševní pohody.
78. **Konzultant pro zdravotní prevenci v komunitách** – vytváří komunitní projekty zaměřené na prevenci nemocí a podporu zdraví.
79. **Odborník na aromaterapii** – využívá esenciální oleje k podpoře fyzické i duševní pohody.

80. **Facilitátor programů pro rodiče a děti** – organizuje wellness aktivity zaměřené na posílení vztahů a zdravý životní styl rodin.
81. **Konzultant pro pracovní prostředí** – radí organizacím, jak vytvořit prostředí podporující zdraví a pohodu zaměstnanců.
82. **Poradce pro prevenci stresu v pracovním prostředí** – pomáhá firmám s nastavením strategií na zvládnání stresu.
83. **Instruktor tai-chi nebo qigong** – vede cvičení zaměřená na harmonizaci těla a mysli.
84. **Specialista na wellness v rehabilitačních zařízeních** – navrhuje aktivity podporující celkovou pohodu pacientů při dlouhodobé léčbě.
85. **Kouč pro posílení osobní odolnosti** – pomáhá klientům překonávat náročné životní situace a budovat vnitřní sílu.
86. **Odborník na detoxikaci organismu** – vede klienty při procesech fyzické i mentální detoxikace.
87. **Poradce pro zvládnání úzkosti** – poskytuje podporu a nástroje pro zmírnění úzkostných stavů.
88. **Facilitátor seberozvojových kurzů** – organizuje kurzy zaměřené na osobní růst a rozvoj potenciálu.
89. **Odborník na prevenci obezity** – poskytuje individuální i skupinové poradenství zaměřené na zdravý životní styl a prevenci obezity.
90. **Instruktor holistického fitness** – kombinuje tradiční fitness přístupy s mindfulness a dechovými technikami.
91. **Poradce pro zdravou komunikaci** – učí klienty efektivně komunikovat a zlepšovat mezilidské vztahy.
92. **Kouč pro restart kariéry** – pomáhá klientům najít rovnováhu mezi kariérou a osobním životem po změně zaměstnání nebo pauze v kariéře.
93. **Specialista na well-being u dětí se speciálními potřebami** – vytváří programy wellness pro děti se specifickými požadavky.
94. **Odborník na wellness pro sportovní týmy** – pomáhá sportovním týmům udržet fyzickou i mentální pohodu.
95. **Poradce pro vztah k tělu (body image)** – pracuje s klienty na zlepšení vztahu k jejich tělu a budování zdravého sebevědomí.
96. **Lektor kurzů zdravé sexuality** – vede vzdělávací programy zaměřené na zdravý přístup k sexualitě.
97. **Specialista na biohacking** – pomáhá klientům využívat moderní technologie a vědecké poznatky pro zlepšení jejich wellness.
98. **Facilitátor přechodových rituálů** – organizuje rituály zaměřené na životní změny a transformaci, například při změně kariéry, vstupu do dospělosti či jiných důležitých životních okamžicích.



99. **Facilitátor mezikulturního well-beingu** – podporuje jednotlivce a organizace v rozvíjení wellness v mezikulturním prostředí, pomáhá při adaptaci v novém kulturním prostředí.
100. **Poradce pro vztah k přírodě (eco-well-being)** – pomáhá klientům budovat hlubší vztah k přírodě a využívat její terapeutické účinky pro celkovou pohodu.
101. **Průvodce saunových rituálů** – provádí klienty rituály zaměřenými na relaxaci, detoxikaci a obnovu energie.
102. **Specialista na balneoterapii** – využívá vodoléčbu a minerální prameny k podpoře zdraví a pohody.
103. **Instruktor aqua fitness** – vede cvičení ve vodě, které podporuje fyzickou kondici a pohodu.
104. **Terapeut v solné jeskyni** – poskytuje terapie založené na inhalaci solného aerosolu.
105. **Odborník na termoterapii** – využívá teplo k regeneraci a zlepšení fyzického zdraví.
106. **Poradce pro výživu podle tradiční čínské medicíny** – kombinuje stravování s principy TČM pro celostní zdraví.
107. **Specialista na světelnou terapii** – aplikuje světelnou terapii ke zmírnění sezónních depresí a zlepšení spánku.
108. **Průvodce dechových ceremonií** – vede skupinové dechové rituály zaměřené na uvolnění a posílení duševní pohody.
109. **Lektor hormonální jógy** – specializuje se na jógovou praxi zaměřenou na hormonální rovnováhu.
110. **Poradce pro digitální well-being v rodinách** – pomáhá rodinám nastavovat zdravý vztah k technologiím.
111. **Specialista na wellness v cestovním ruchu** – vytváří wellness zážitky a programy pro cestovatele.
112. **Konzultant pro zdravý spánek** – navrhuje spánkové programy a prostředí podporující kvalitní spánek.
113. **Terapeut pro zvukové masáže** – využívá zvukové vibrace (např. tibetské mísy) k hluboké relaxaci.
114. **Facilitátor wellness festivalů** – organizuje a vede wellness festivaly a konference.
115. **Průvodce meditací v přírodě** – vede meditace spojené s pobytem v přírodě.
116. **Specialista na detoxikační wellness pobyty** – organizuje pobyty zaměřené na detoxikaci těla i mysli.
117. **Poradce pro vědomé stravování** – pomáhá klientům vytvořit zdravý vztah k jídlu a stravování.
118. **Poradce pro využití bylin ve wellness** – poskytuje poradenství v oblasti bylinné terapie a přírodní léčby.

119. **Instruktor holotropního dýchání** – specializuje se na dýchací techniky pro sebepoznání a osobní transformaci.
120. **Specialista na aromaterapeutické masáže** – kombinuje masáže s aromaterapií pro relaxaci a regeneraci.
121. **Facilitátor mužských wellness kruhů** – vede skupinová setkání zaměřená na mužské zdraví a osobní rozvoj.
122. **Průvodce ženských wellness rituálů** – organizuje a vede wellness aktivity zaměřené na ženskou energii a pohodu.
123. **Lektor programů prevence úrazů** – specializuje se na prevenci úrazů v rámci wellness aktivit.
124. **Odborník na pobyty v tichu** – organizuje a vede retreaty v tichu zaměřené na sebepoznání a duševní rovnováhu.
125. **Facilitátor jóga nidra** – vede hluboké relaxační techniky jóga nidra pro fyzickou a psychickou obnovu.
126. **Kouč pro změnu životního směru** – pomáhá klientům nacházet nové životní cíle a směřování.
127. **Poradce pro wellness při menopauze** – zaměřuje se na podporu žen během přechodu.
128. **Specialista na tradiční saunové terapie** – kombinuje různé saunové techniky pro zlepšení zdraví.
129. **Instruktor jógy smíchu** – vede cvičení zaměřené na smích jako nástroj pro zlepšení duševního zdraví.
130. **Konzultant pro well-being ve školkách** – vytváří wellness programy pro děti v předškolním věku.
131. **Odborník na chromoterapii** – využívá terapii barvami k ovlivnění nálady a psychické pohody.
132. **Facilitátor wellness zážitkových programů** – organizuje zážitkové programy zaměřené na rozvoj well-beingu.
133. **Průvodce taneční meditace** – provádí procesem intuitivního pohybu a tance, který podporuje uvolnění, sebepoznání a harmonii těla i mysli.
134. **Průvodce v lesní terapii** – vede klienty při terapeutických aktivitách v lese.
135. **Poradce pro zdravé držení těla** – pomáhá klientům optimalizovat držení těla pro lepší pohodu.
136. **Odborník na neurofeedback pro wellness** – využívá neurofeedback ke zlepšení duševní výkonnosti a pohody.
137. **Facilitátor interkulturní komunikace** – organizuje programy pro podporu well-beingu v různorodém kulturním prostředí.
138. **Kouč pro dosažení životní harmonie** – pomáhá klientům nacházet rovnováhu mezi různými oblastmi života.



139. **Facilitátor wellness na firemních eventech** – organizuje wellness aktivity v rámci firemních akcí.
140. **Poradce pro využití přírodních cyklů ve wellness** – zaměřuje se na práci s ročními cykly a jejich vlivem na pohodu.
141. **Instruktor pohybových meditací** – kombinuje meditaci a pohyb pro celkovou harmonii.
142. **Průvodce cest za well-beingem** – organizuje zážitkové cesty zaměřené na wellness.
143. **Odborník na wellness pro hendikepované sportovce** – vytváří programy wellness pro sportovce se specifickými potřebami.
144. **Facilitátor smyslových terapií** – vede aktivity zaměřené na posílení smyslového vnímání.
145. **Poradce pro well-being v umělecké tvorbě** – podporuje umělce při zvládnání stresu a vyhoření.
146. **Instruktor Feldenkraisovy metody** – využívá tuto metodu pro zlepšení pohybových vzorců a celkové pohody.
147. **Poradce pro ekologický životní styl** – pomáhá jednotlivcům, rodinám i organizacím integrovat ekologické principy do každodenního života.
148. **Instruktor vědomého chůze (mindful walking)** – vede klienty v praxi vědomé chůze jako způsobu snižování stresu a zlepšení soustředění.
149. **Kouč pro přechod na minimalismus** – pomáhá klientům zavést minimalistický životní styl s cílem snížit stres a zvýšit kvalitu života.
150. **Facilitátor storytellingu pro well-being** – vede terapeutické a seberozvojové aktivity založené na síle osobních příběhů a vyprávění.

**Tento seznam není konečný.** Znáte některé další profese, které by se sem hodily?  
Klidně je dopište:

151. \_\_\_\_\_

152. \_\_\_\_\_

153. \_\_\_\_\_

154. \_\_\_\_\_

155. \_\_\_\_\_

## Staňte se součástí komunity Českého wellness institutu!

Wellness není jen individuální cesta, ale také sdílená zkušenost, která propojuje odborníky napříč různými oblastmi. Pokud se chcete dále rozvíjet, inspirovat a spolupracovat s profesionály, kteří přispívají k podpoře zdraví a kvality života, **přidejte se ke komunitě Českého wellness institutu.**



Staňte se součástí **odborné platformy**, kde můžete sdílet zkušenosti, rozšiřovat své znalosti, zapojit se do vzdělávacích programů a spoluvytvářet budoucnost wellness v Česku. Společně můžeme posilovat povědomí o celostním přístupu ke zdraví a přinášet pozitivní změny do životů jednotlivců i celých komunit.

👉 [Připojte se k naší skupině na Facebooku a rozvíjejte wellness v České republice!](#)