

УДК 378.147:[338.488.2:640.4]

[https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-1\(42\)-267-277](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2025-1(42)-267-277)

Бурак Валентина Геннадіївна докторка педагогічних наук, доцентка, завідувачка кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу, Херсонський державний університет, м. Херсон, тел.: (050) 982-83-32, <https://orcid.org/0000-0001-5097-6536>

Сорокіна Альона Миколаївна асистентка кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу, Херсонський державний університет, м. Херсон, тел.: (068) 054-23-94, <https://orcid.org/0000-0003-1811-5116>

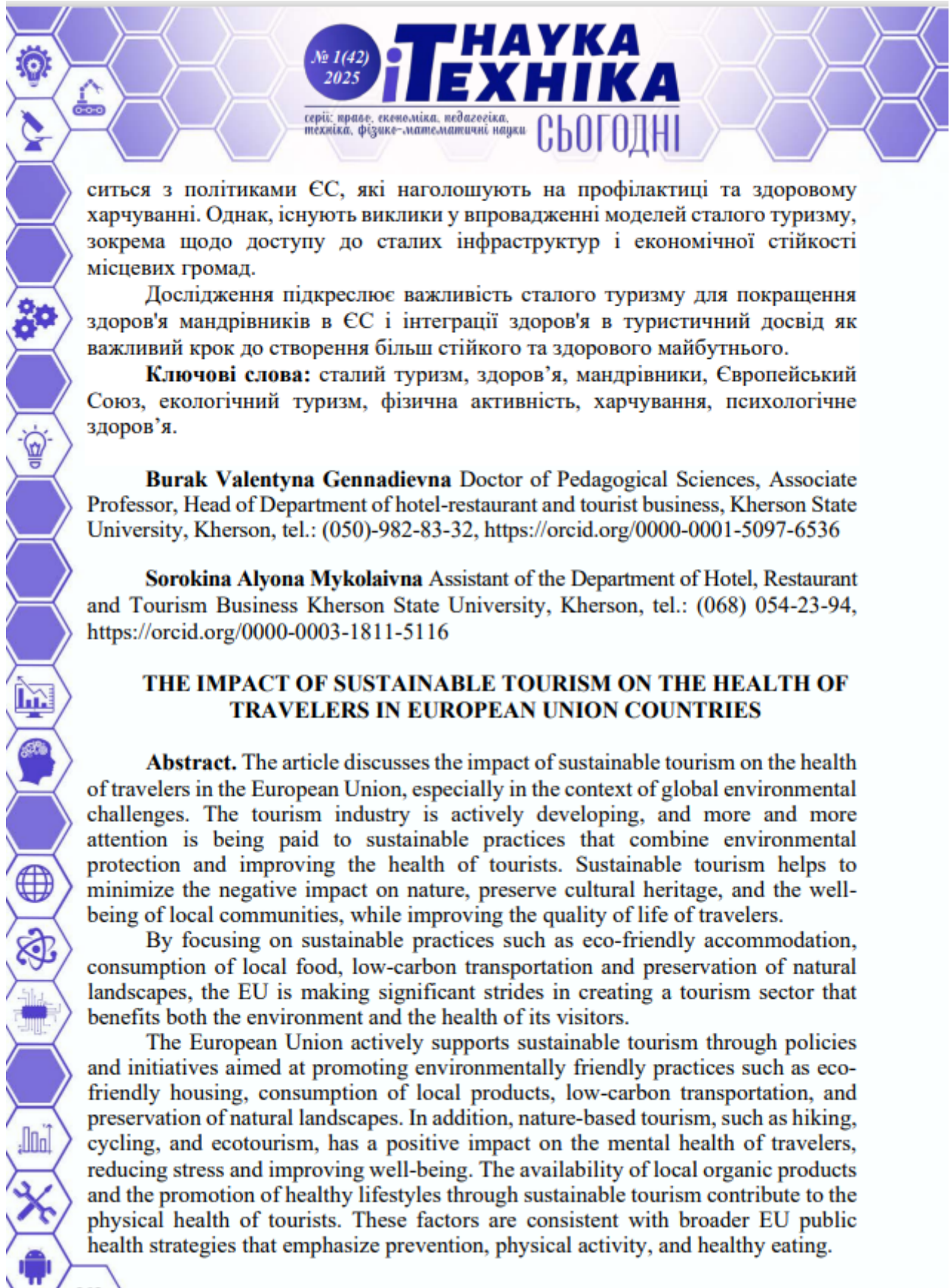
ВПЛИВ СТАЛОГО ТУРИЗМУ НА ЗДОРОВ'Я МАНДРІВНИКІВ У КРАЇНАХ ЄВРОПЕЙСЬКОГО СОЮЗУ

Анотація. У статті розглядається вплив сталого туризму на здоров'я мандрівників у країнах Європейського Союзу, особливо в умовах глобальних екологічних викликів. Туристична галузь активно розвивається, і все більше уваги приділяється сталим практикам, які поєднують збереження навколишнього середовища та покращення здоров'я туристів. Сталий туризм сприяє мінімізації негативного впливу на природу, збереженню культурної спадщини, добробуту місцевих громад і одночасно підвищує якість життя мандрівників.

Зосереджуючись на сталих практиках, таких як екологічно чисте житло, споживання місцевих продуктів харчування, низьковуглецевий транспорт та збереження природних ландшафтів, ЄС робить значні кроки у створенні туристичного сектору, який приносить користь як навколишньому середовищу, так і здоров'ю своїх відвідувачів.

Європейський Союз активно підтримує сталий туризм через політики та ініціативи, спрямовані на розвиток екологічно чистих практик, таких як екологічне житло, споживання місцевих продуктів, низьковуглецевий транспорт та збереження природних ландшафтів. Окрім того, природний туризм, зокрема піші прогулянки, їзда на велосипеді та екотуризм, позитивно впливають на психічне здоров'я мандрівників, знижуючи стрес і покращуючи самопочуття. Доступність місцевих органічних продуктів та популяризація здорового способу життя в рамках сталого туризму сприяють фізичному здоров'ю туристів. Ці фактори узгоджуються з ширшими стратегіями ЄС у сфері громадського здоров'я, які наголошують на профілактиці, фізичній активності та здоровому харчуванні.

Популяризація здорового способу життя, доступність органічних продуктів і фізична активність сприяють фізичному здоров'ю туристів. Це співвідно-



ситься з політиками ЄС, які наголошують на профілактиці та здоровому харчуванні. Однак, існують виклики у впровадженні моделей сталого туризму, зокрема щодо доступу до сталих інфраструктур і економічної стійкості місцевих громад.

Дослідження підкреслює важливість сталого туризму для покращення здоров'я мандрівників в ЄС і інтеграції здоров'я в туристичний досвід як важливий крок до створення більш стійкого та здорового майбутнього.

Ключові слова: сталий туризм, здоров'я, мандрівники, Європейський Союз, екологічний туризм, фізична активність, харчування, психологічне здоров'я.

Burak Valentyna Gennadievna Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of Department of hotel-restaurant and tourist business, Kherson State University, Kherson, tel.: (050)-982-83-32, <https://orcid.org/0000-0001-5097-6536>

Sorokina Alyona Mykolaivna Assistant of the Department of Hotel, Restaurant and Tourism Business Kherson State University, Kherson, tel.: (068) 054-23-94, <https://orcid.org/0000-0003-1811-5116>

THE IMPACT OF SUSTAINABLE TOURISM ON THE HEALTH OF TRAVELERS IN EUROPEAN UNION COUNTRIES

Abstract. The article discusses the impact of sustainable tourism on the health of travelers in the European Union, especially in the context of global environmental challenges. The tourism industry is actively developing, and more and more attention is being paid to sustainable practices that combine environmental protection and improving the health of tourists. Sustainable tourism helps to minimize the negative impact on nature, preserve cultural heritage, and the well-being of local communities, while improving the quality of life of travelers.

By focusing on sustainable practices such as eco-friendly accommodation, consumption of local food, low-carbon transportation and preservation of natural landscapes, the EU is making significant strides in creating a tourism sector that benefits both the environment and the health of its visitors.

The European Union actively supports sustainable tourism through policies and initiatives aimed at promoting environmentally friendly practices such as eco-friendly housing, consumption of local products, low-carbon transportation, and preservation of natural landscapes. In addition, nature-based tourism, such as hiking, cycling, and ecotourism, has a positive impact on the mental health of travelers, reducing stress and improving well-being. The availability of local organic products and the promotion of healthy lifestyles through sustainable tourism contribute to the physical health of tourists. These factors are consistent with broader EU public health strategies that emphasize prevention, physical activity, and healthy eating.

The promotion of healthy lifestyles, the availability of organic products and physical activity contribute to the physical health of tourists. This is in line with EU policies that emphasize prevention and healthy eating. However, there are challenges in implementing sustainable tourism models, in particular with regard to access to sustainable infrastructures and the economic sustainability of local communities.

The study emphasizes the importance of sustainable tourism for improving the health of travelers in the EU and integrating health into the tourism experience as an important step towards creating a more sustainable and healthy future.

Keywords: sustainable tourism, health, travelers, European Union, eco-tourism, physical activity, nutrition, psychological health.

Постановка проблеми. Сталий туризм набуває все більшої популярності в Європейському Союзі як один із ключових напрямів розвитку туристичної індустрії, який сприяє збереженню екології, культури та економічної стабільності. Однак зростаюче навантаження на природні ресурси та інфраструктуру в умовах глобалізації ставить під загрозу не лише довкілля, а й фізичне та психічне здоров'я туристів. У зв'язку з цим виникає потреба в інтеграції принципів сталого туризму, які не тільки мінімізують шкоду природному середовищу, але й сприяють покращенню благополуччя мандрівників. Важливо дослідити, яким чином сталий туризм може впливати на здоров'я туристів у країнах ЄС, забезпечуючи їм не лише екологічно безпечний відпочинок, а й активний, здоровий спосіб життя, зниження рівня стресу та забезпечення правильного харчування. Це вимагає детального аналізу взаємозв'язку між сталим розвитком туризму та фізіологічними потребами туристів, а також пошуку оптимальних шляхів інтеграції цих факторів у стандарти індустрії гостинності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дослідженням впливу сталого туризму на здоров'я мандрівників у країнах Європейського Союзу демонструє активне залучення науковців до цієї проблематики, зокрема в контексті екологічного туризму, фізичного і психічного здоров'я туристів. Найбільш значущими науковцями та їх внесками можна вважати Шарлотта Флейшман (професорка університету Відня), яка досліджувала взаємозв'язок між екологічним туризмом та психічним здоров'ям туристів. Карлос Хіменес (вчений із Барселонського університету), вивчав вплив фізичної активності на здоров'я мандрівників, які обирають активний туризм, зокрема пішохідні та веломаршрути. Еліс Ван дер Меєр (дослідниця з Університету Гронінгена), вивчала роль сталого туризму в розвитку місцевих економік через органічне харчування. Джонатан Міллер (дослідник з університету Лейдена), досліджував інтеграцію технологій у сталий туризм. Даніела Вільгельм (професорка в Університеті Копенгагену), досліджувала вплив сталого туризму на психоемоційне здоров'я мандрівників.



№ 1(42)
2025

ПАІІА
іТехніКА

серія: право, економіка, педагогіка,
техніка, фізико-математичні науки

СЬОГОДНІ



270

Ці науковці та їхні дослідження показують важливість інтеграції сталого туризму у сучасні практики туризму, що не лише зберігає екологію, але й має позитивний вплив на здоров'я туристів. Всі ці роботи демонструють важливість подальших наукових досліджень для більш глибокого розуміння того, як сталий туризм може сприяти здоров'ю мандрівників і покращенню індустрії гостинності в Європейському Союзі.

Постановка завдання. Мета статті – дослідити вплив сталого туризму на здоров'я мандрівників у країнах Європейського Союзу, зокрема, проаналізувати, як принципи сталого туризму, впливають на фізичне і психічне благополуччя туристів, дослідити наявні підходи і практики сталого туризму в ЄС, визначити їхню ефективність у покращенні здоров'я мандрівників та окреслити напрямки для подальшого розвитку сталого туризму в контексті індустрії гостинності.

Виклад основного матеріалу. Сталий туризм є важливою складовою сучасної туристичної індустрії, яка орієнтована на збереження природних ресурсів, культурної спадщини та забезпечення довготривалого економічного розвитку. В умовах глобальних екологічних викликів та зростаючого інтересу до здорового способу життя, сталий туризм пропонує альтернативу традиційному масовому туризму, знижуючи навантаження на навколишнє середовище і покращуючи добробут місцевих громад.

Європейський Союз, будучи одним з основних центрів світового туризму, активно підтримує та розвиває концепцію сталого туризму через численні ініціативи, політики та програми, спрямовані на інтеграцію екологічних, соціальних та економічних аспектів у туристичну діяльність. Зокрема, ЄС впроваджує стратегії для зменшення впливу туризму на природу, підтримує розвиток зелених і екологічно чистих туристичних маршрутів, а також сприяє популяризації здорового відпочинку.

Враховуючи ці тенденції, важливим аспектом сталого туризму є його вплив на здоров'я мандрівників. Вибір екологічних дестинацій, фізична активність на природі, збалансоване харчування та психологічне відновлення стають невід'ємними складовими здорового відпочинку. Тому дослідження впливу сталого туризму на здоров'я туристів у країнах ЄС є важливим кроком для розуміння потенціалу цієї моделі туризму як інструменту для покращення фізичного та психічного стану мандрівників, а також для сприяння сталому розвитку туристичної індустрії в Європі.

Однією з важливих переваг сталого туризму є його вплив на здоров'я мандрівників. Вибір екологічно чистих, природних дестинацій, активний відпочинок на свіжому повітрі, а також можливість займатися фізичними активностями (пішохідні маршрути, велотуризм, водні види спорту) значно покращують фізичний стан туристів. Серед найпопулярніших напрямків у ЄС, які сприяють фізичному здоров'ю, можна виділити національні парки, природні резервації, екологічно чисті курорти та зелені туристичні маршрути [1].

Крім того, сталий туризм часто супроводжується пропозицією здорового харчування, що базується на місцевих органічних продуктах. Вживання здорової їжі, що не містить хімічних добавок і пестицидів, допомагає підтримувати загальний рівень здоров'я мандрівників, знижуючи ризики харчових алергій та інших захворювань.

Психологічний аспект також важливий: перебування в природних, мало заселених місцях з чистим повітрям та відсутністю шуму сприяє зниженню рівня стресу, покращує настрій і допомагає туристам відновити емоційну рівновагу. Дослідження, проведені в країнах ЄС, показують, що сталий туризм може бути потужним інструментом для зниження рівня стресу і тривожності, що особливо важливо в умовах сучасного ритму життя.

Незважаючи на численні переваги, сталий туризм також стикається з низкою викликів у контексті Європейського Союзу. Зокрема, однією з основних проблем є забезпечення рівноваги між зростанням туризму та збереженням природних ресурсів. Багато європейських регіонів, зокрема популярні туристичні напрямки, стикаються з перенавантаженням, що може призвести до деградації навколишнього середовища та погіршення якості життя місцевих жителів.

Також необхідно звернути увагу на забезпечення доступності сталого туризму для всіх категорій туристів, зокрема для людей з обмеженими можливостями чи літніх людей, а також розвивати інфраструктуру, яка сприятиме здоровому та комфортному відпочинку для всіх.

Зважаючи на зростаючий попит на екологічно чистий туризм та його важливість для здоров'я туристів, сталий туризм має великий потенціал для розвитку в ЄС. У майбутньому очікується посилення уваги до збереження природного середовища, інтеграції нових технологій для моніторингу здоров'я мандрівників та покращення доступності здорових туристичних послуг.

Таким чином, сталий туризм не лише підтримує екологічну рівновагу, а й сприяє покращенню здоров'я мандрівників, створюючи умови для фізичного та психічного відновлення. Європейський Союз активно сприяє цьому процесу, що відкриває нові можливості для розвитку як самих країн-членів ЄС, так і туристичної індустрії в цілому.

Також неможливо не дослідити взаємозв'язок навколишнього середовища зі здоров'ям. Навколишнє середовище відіграє ключову роль у формуванні фізичного та психічного здоров'я людини. Якість повітря, води, ґрунту, наявність зелених зон і рівень шумового забруднення безпосередньо впливають на добробут. У сталому туризмі цей взаємозв'язок особливо важливий, адже він орієнтується на збереження природного середовища, створюючи умови для безпечного і комфортного відпочинку. Розглянемо чинники навколишнього середовища, які впливають на фізичне та психічне здоров'я:

- чисте повітря. Перебування в регіонах із високою якістю повітря сприяє поліпшенню функціонування дихальної системи, зменшує ризик алергіч-

них реакцій і хронічних захворювань, таких як астма. У сталому туризмі зменшення викидів від транспорту та використання екологічно чистих енергетичних ресурсів знижує навантаження на довкілля і покращує якість життя;

- якість води. У багатьох туристичних дестинаціях Європейського Союзу впроваджуються програми охорони водних ресурсів, зокрема ініціатива *Blue Flag*, що гарантує безпечні пляжі та чистоту води. Це особливо важливо для туристів, які займаються водними видами спорту чи просто відпочивають на природні;

- зелені зони та біорізноманіття. Відвідування лісів, національних парків і природних резервацій позитивно впливає на фізичне здоров'я, сприяючи зниженню ризику серцево-судинних захворювань завдяки активній фізичній діяльності. Природні ландшафти також сприяють зменшенню рівня кортизолу, гормону стресу;

- шумове забруднення. Однією з переваг сталого туризму є його спрямованість на відвідування спокійних, мало населених місць. Це знижує ризик впливу шумового стресу, який може спричинити безсоння, підвищений артеріальний тиск та інші проблеми зі здоров'ям [9].

Психологічний аспект сталого туризму також має суттєве значення, оскільки він створює умови для емоційного розвантаження, відновлення внутрішньої рівноваги та підвищення загального рівня життєздатності. Основними факторами є:

— зменшення стресу. Перебування в природному середовищі, яке є невід'ємною частиною сталого туризму, сприяє зниженню рівня стресу. Тиша, чисте повітря, можливість споглядати природні ландшафти позитивно впливають на нервову систему, сприяючи релаксації та зменшенню тривожності;

— підвищення емоційного стану. Відвідування природних об'єктів і участь у сталих туристичних практиках, таких як екскурсії до національних парків чи участь у місцевих культурних заходах, підвищують відчуття щастя та гармонії. Люди часто відчувають натхнення, покращення настрою та підвищення життєвого тону;

— соціальна інтеграція. Сталий туризм часто передбачає інтеграцію туристів у місцеві громади. Це сприяє розвитку почуття належності та зміцненню соціальних зв'язків, що є важливим фактором для психічного здоров'я;

— відновлення когнітивних функцій. Наукові дослідження підтверджують, що перебування в природному середовищі покращує концентрацію уваги, пам'ять та творчі здібності. У сталому туризмі часто пропонуються активності, які сприяють розвитку цих функцій, наприклад, піші походи чи заняття йогою;

— осмисленість та усвідомленість: Сталий туризм часто передбачає елементи освітніх програм, що допомагають туристам усвідомлювати важливість екологічної стійкості. Це стимулює почуття відповідальності за природу та вдячність за її ресурси, що позитивно впливає на загальний психоемоційний стан [8].

Таким чином, сталий туризм створює ідеальні умови для гармонійного поєднання фізичного та психічного оздоровлення з дбайливим ставленням до навколишнього середовища. У контексті Європейського Союзу ці аспекти є важливою частиною стратегій сталого розвитку, що сприяють покращенню якості життя як туристів, так і місцевих громад.

Розвиток збалансованого харчування та інфраструктури сталого туризму створює умови для покращення фізичного та психічного стану туристів. Здорове харчування підтримує функціонування організму, тоді як доступна та безпечна інфраструктура дозволяє уникати зайвого стресу і робить подорожі комфортними для всіх категорій мандрівників. У Європейському Союзі ці аспекти є основою розвитку туризму, орієнтованого на довготривалу користь для туристів та збереження навколишнього середовища [5].

Збалансоване харчування є ключовим чинником, що впливає на фізичне та психічне здоров'я мандрівників. Сталий туризм активно сприяє популяризації місцевої гастрономії, яка відповідає принципам здорового харчування, включаючи використання органічних продуктів, мінімальну обробку та екологічно чисте виробництво.

Використання свіжих сезонних продуктів забезпечує туристів натуральними вітамінами та мікроелементами, необхідними для підтримки здоров'я. Продукти місцевого походження, як-от оливкова олія в Італії чи морепродукти в країнах Середземномор'я, мають не лише високу харчову цінність, а й допомагають уникати впливу штучних добавок, характерних для масового виробництва їжі. Місцева кухня сприяє культурному збагаченню туристів, знайомлячи їх із гастрономічними традиціями регіону.

Органічні фермерські господарства, які є основою місцевої гастрономії в багатьох регіонах Європи, забезпечують продукти без пестицидів і гербіцидів. Це знижує ризик розвитку алергічних реакцій і хронічних захворювань у мандрівників. Підтримка місцевих виробників стимулює збереження традиційного сільського господарства та екосистем, що сприяє довготривалому балансу між природою та людською діяльністю.

Збалансоване харчування під час подорожей сприяє підтриманню енергетичного балансу, знижує рівень втоми та покращує загальний стан здоров'я. Дегустація локальних продуктів стає частиною оздоровчого досвіду, дозволяючи поєднати гастрономічне задоволення з користю для організму [7].

Розвинена інфраструктура та її доступність є основними чинниками, які визначають комфорт та безпеку мандрівників. Сталий туризм у країнах ЄС передбачає інвестиції в створення інфраструктури, що підтримує фізичне та психічне здоров'я туристів, одночасно відповідаючи принципам екологічної стійкості.

Європейський Союз активно підтримує розвиток екологічного транспорту, як-от швидкісних потягів, велодоріжок і громадського транспорту на електро-



енергії. Це не лише знижує викиди вуглецю, а й робить подорожі зручними та здоровими для туристів. Веломаршрути, наприклад, у Нідерландах чи Німеччині, сприяють фізичній активності та створюють безпечне середовище для активного відпочинку.

У країнах ЄС створено численні маршрути для пішохідного туризму, скандинавської ходьби та інших видів активного відпочинку. Наприклад, Альпійські регіони пропонують туристам екологічно чисті маршрути з високим рівнем безпеки. Курорти зі спеціалізованою інфраструктурою (спа-центри, термальні басейни, йога-ретрити) пропонують оздоровчі програми, що відповідають принципам сталого розвитку.

У рамках сталого туризму країни ЄС забезпечують мандрівників доступом до якісної медичної допомоги. Наприклад, багато регіонів пропонують туристичне страхування, що включає покриття екстреної медичної допомоги та телемедицини. Інклюзивна інфраструктура передбачає доступ для людей із обмеженими можливостями, включаючи спеціальні маршрути та адаптовані транспортні засоби.

Еко-готелі в країнах ЄС створюють умови для здорового проживання, включаючи комфортні спальні з використанням натуральних матеріалів, органічну їжу в ресторанах і доступ до спортивних залів чи басейнів. Важливим аспектом є доступність питної води, зон відпочинку та інформаційних центрів, що сприяють комфорту та знижують стрес під час подорожей.

Додатки для туристів, які містять інформацію про маршрути, рівень безпеки чи доступ до медичних послуг, сприяють підвищенню зручності та впевненості мандрівників у виборі місця для відпочинку [11].

Сталий туризм є однією з найбільш динамічних сфер, де інновації відіграють ключову роль у розвитку екологічно чистих, економічно вигідних та соціально орієнтованих рішень. У контексті здоров'я мандрівників ці інновації спрямовані на забезпечення комфорту, фізичного добробуту та психоемоційного балансу, одночасно підтримуючи принципи збереження природних ресурсів. Важливо розглянути наступні види інновацій у сталому туризмі: технологічні інновації, інновації в харчуванні туристів, інновації медичних та оздоровчих послуг, соціальні інновації та енергетичні інновації.

Технологічні інновації в сталому туризмі включають цифрові рішення, розумну інфраструктуру та екологічний транспорт.

Цифрові рішення сталого туризму складаються з мобільних додатків та віртуальної реальності. Мобільні додатки – це інноваційні додатки, які допомагають туристам планувати маршрути з урахуванням екологічних критеріїв, обирати екологічно чисті готелі, ресторани з місцевими органічними продуктами чи активності для оздоровлення. Наприклад, додатки з рекомендаціями щодо веломаршрутів або зелених зон для активного відпочинку. Віртуальна реальність – це забезпечення попереднього огляду туристичних дестинацій,

сприяючи вибору сталих і безпечних варіантів подорожей. Також VR може використовуватися як частина медитаційних програм або навчальних сесій перед подорожжю.

Розумна інфраструктура складається зі смарт-готелів та сенсорних систем. Смарт-готелі – це готелі, які використовують енергозберігаючі технології, автоматичне регулювання освітлення та клімату, знижують екологічне навантаження. Водночас такі рішення сприяють комфорту туристів, забезпечуючи ідеальні умови для відпочинку та відновлення. Сенсорні системи в національних парках – це інноваційні системи моніторингу природних об'єктів з використанням датчиків, що відстежують стан довкілля (якість повітря, рівень шуму). Це забезпечує туристів достовірною інформацією про стан місцевості.

Екологічний транспорт – це електромобілі, велосипеди на сонячній енергії, електричні туристичні катери значно знижують вплив транспорту на навколишнє середовище. Для туристів це також сприяє покращенню якості повітря, зменшенню шумового забруднення та створює можливості для активного пересування.

Інновації в харчуванні є важливою складовою сталого туризму, адже воно впливає як на фізичне здоров'я туристів, так і на довкілля. Інноваційні підходи в харчуванні спрямовані на зменшення екологічного сліду, популяризацію здорового способу життя та збереження культурних гастрономічних традицій.

Сталий туризм передбачає не лише збереження природного середовища, але й гармонійний розвиток соціальної інфраструктури та впровадження новітніх енергетичних технологій. У Європейському Союзі ці два напрями відіграють важливу роль у забезпеченні екологічного, економічного та соціального балансу.

Соціальні інновації в туризмі спрямовані на підвищення інклюзивності, інтеграцію місцевих громад і забезпечення якісного туристичного досвіду. Енергетичні інновації спрямовані на зменшення споживання викопного палива, перехід до відновлюваних джерел енергії та зниження впливу туристичної діяльності на клімат.

Тому, соціальні та енергетичні інновації у сталому туризмі створюють сприятливі умови для гармонійного розвитку регіонів, зменшення впливу на довкілля та покращення туристичного досвіду. Європейський Союз активно підтримує такі ініціативи, інвестуючи у технології, інклюзивність та відновлювані джерела енергії. Це дозволяє досягати не лише екологічних, а й соціальних цілей, сприяючи формуванню сталого майбутнього для туристичної галузі.

Висновки. Отже, сталий туризм у країнах Європейського Союзу демонструє вагомий позитивний вплив на здоров'я мандрівників, інтегруючи екологічні, соціальні та економічні принципи в туристичну діяльність. Програми

сталого туризму сприяють покращенню фізичного, психічного та емоційного стану туристів завдяки екологічно чистим середовищам, активному відпочинку, використанню місцевих продуктів і створенню умов для розумового та духовного відновлення.

Розвиток інфраструктури, що враховує потреби різних груп туристів, інноваційні підходи до харчування та використання відновлюваних джерел енергії, підвищують якість туристичного досвіду, забезпечуючи комфорт і безпеку. Особливо важливо, що сталий туризм сприяє формуванню нових стандартів індустрії гостинності, зосереджених на збереженні здоров'я як туристів, так і місцевих жителів.

У межах ЄС реалізуються масштабні ініціативи, спрямовані на зниження негативного впливу туризму на довкілля та підтримку місцевих громад, що також позитивно відображається на психофізичному стані мандрівників. Поєднання активного відпочинку, збалансованого харчування та доступу до екологічно чистих туристичних об'єктів створює основу для покращення якості життя туристів та стійкого розвитку регіонів.

Сталий туризм у країнах ЄС є не лише інструментом екологічного збереження, а й потужним засобом покращення здоров'я та добробуту мандрівників, формуючи нові підходи до туризму у глобальному масштабі.

Література:

1. Герасименко В. Г. Екологічний туризм як інструмент сталого розвитку в Україні. *Екологічний вісник*. 2018. № 15(1). С. 88–94.
2. Забуранна Л. В. Сталий розвиток туризму: приклад України та Європи. *Вісник Київського національного університету*. 2020. № 57(1). С. 54–61.
3. Мальська М. П. Екологічний туризм та сталий розвиток у контексті глобалізації. *Сталий розвиток туризму на засадах партнерства: освіта, наука, практика: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції (23-24 листопада 2023, м. Львів)*. Львів, 2018. С.35.
4. Мальська М. П. Роль сталого туризму в розвитку гірських територій України. *Український географічний журнал*. 2019. № 72(3). С. 49–55.
5. Чубарикова О. В. Туризм і здоров'я: екологічні аспекти розвитку туризму в Україні. *Туризм і відпочинок*. 2018. № 4(1). С. 45–51.
6. Шандор Ф. Ф. Сталий туризм в Карпатах: перспективи та виклики. *Вісник Ужгородського національного університету, серія «Економіка та управління»*. 2020. № 34(2). С. 56–65.
7. Школа І. М. Здоров'я та природа: вплив екологічного туризму на фізичне і психічне здоров'я туристів. *Науковий вісник Чернівецького університету*. 2017. № 62(2). С. 76–82.
8. Butler R. Tourism and Resilience in the European Union. *Current Issues in Tourism*. 2020. № 23(3). С. 323–338.
9. European Environment Agency. «The Impact of Tourism on Environment and Human Health in Europe». 2022. URL: <https://www.eea.europa.eu/en>
10. Richards G. Creative Tourism and Sustainable Development: Concepts and Best Practices. *Sustainability*. 2021. № 13(12). С. 67–85.
11. Smith M. K., Puczko L. Health, Tourism and Hospitality: Spas, Wellness and Medical Travel. London: Routledge 2014. URL: <https://www.routledge.com/Health-Tourism-and-Hospitality-Spas-Wellness-and-Medical-Travel/Smith-Puczko/p/book/9780415638654?srsId=AfmBOoqsc6xHyuecCV8r7NaKFietp7zVGISbvBkTIURkQASDAKQ6mzjm>

References:

1. Herasymenko, V. H. (2018). Ekolohichniy turizm yak instrument staloho rozvytku v Ukraini [Ecotourism as a tool for sustainable development in Ukraine]. *Ekolohichniy visnyk*, 15(1), 88–94.
2. Ziburanna, L. V. (2020). Stalyi rozvytok turyzmu: pryklad Ukrainy ta Yevropy [Sustainable tourism development: the case of Ukraine and Europe]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu*, 57(1), 54-61.
3. Malska, M. P. (2018). Ekolohichniy turizm ta stalyi rozvytok u konteksti hlobalizatsii [Ecotourism and sustainable development in the context of globalization]. Stalyi rozvytok turyzmu na zasadakh partnerstva: osvita, nauka, praktyka: materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (23-24 lystopada 2023, m.Lviv). Lviv, 2023. S.35
4. Malska, M. P. (2019). Rol staloho turyzmu v rozvytku hirs'kykh terytorii Ukrainy [The role of sustainable tourism in the development of mountainous areas of Ukraine]. *Ukrainskyi heohrafichnyi zhurnal*, 72(3), 49-55.
5. Chubarykova, O. V. (2018). Turizm i zdorovia: ekolohichni aspekty rozvytku turyzmu v Ukraini [Tourism and health: environmental aspects of tourism development in Ukraine]. *Turizm i vidpochynok*, 4(1), 45-51.
6. Shandor, F. F. (2020). Stalyi turizm v Karpatakh: perspektyvy ta vyklyky [Sustainable tourism in the Carpathians: prospects and challenges]. *Visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu, seriia «Ekonomika ta upravlinnia»*, 34(2), 56–65.
7. Shkola, I. M. (2017). Zdorovia ta pryroda: vplyv ekolohichnoho turyzmu na fizychni i psykhychni zdorovia turystiv [Health and nature: the impact of ecotourism on the physical and mental health of tourists.]. *Naukovyi visnyk Chernivetskoho universytetu*, 62(2), 76-82.
8. Butler, R. (2020). Tourism and Resilience in the European Union. *Current Issues in Tourism*, 23(3), 323–338.
9. European Environment Agency. (2022). «The Impact of Tourism on Environment and Human Health in Europe». URL: <https://www.eea.europa.eu/en>
10. Richards, G. (2021). Creative Tourism and Sustainable Development: Concepts and Best Practices. *Sustainability*, 13(12), 6785.
11. Smith, M. K., & Puczko, L. (2014). Health, Tourism and Hospitality: Spas, Wellness and Medical Travel. London: Routledge. URL: <https://www.routledge.com/Health-Tourism-and-Hospitality-Spas-Wellness-and-Medical-Travel/Smith-Puczko/p/book/9780415638654?srsId=AfmBOoqc6xHyuecCV8r7NaKFi2p7zVGI8bvBkTIURkQASDAKQ6mzjm>