

Connessione con la Natura - tra interpretazione e bagno di foresta

CulturaNatura in collaborazione con FTHub, con il patrocinio e la collaborazione di FEDERPARCHI - Europarc Italia e di AIDAP (associazione italiana direttori e funzionari parchi) organizza una serie di laboratori sul campo, in giro per l'Italia.

Lo scopo è quello di diffondere la cultura dell'Interpretazione ambientale e culturale (*Heritage interpretation*) e introdurre alle tecniche di connessione con la natura del Bagno di foresta (*Forest bathing*) nelle tecniche di accompagnamento in natura e di accoglienza nelle aree naturali protette, per tutta la gente a tutte le età.

Programma tipo

I incontro online di 2 ore dalle 18 alle 20:

L'interpretazione quando nasce e perché.

I principi di Tilden.

L'evoluzione del concetto.

Esperienze e tecniche... alla ricerca della via italiana all'interpretazione.

II incontro online di 2 ore dalle 18 alle 20:

Storia e origine del Bagno di Foresta.

Introduzione alle Attività di Connessione con la Natura.

2 giorni di laboratori sul campo

I giorno sul campo con **Nino Martino**

ore 9-18

Heritage interpretation e narrazione della natura

(Condivisione interpretativa del cibo comune)

I giochi interpretativi

II giorno sul campo con **Nino Martino e Manuela Renzi**

Attività esperienziali di connessione con la natura.

Introduzione: lo specialista di Connessione con la Natura.

Il sistema sensoriale e la relazione con la natura.



*Laboratorio di attività di connessione con la natura.
Riflessione e condivisione finale.*

CulturaNatura è animata da **Nino Martino**, guida e interprete, divulgatore, già direttore dei parchi nazionali Dolomiti bellunesi e Arcipelago toscano, già direttore tecnico Aigae, vicepresidente Aidap, docente del master “capitale naturale e aree protette” Università LaSapienza, docente e direttore del master “sviluppo sostenibile e aree naturali protette” Università Mercatorum.

Manuela Renzi ha una formazione in Naturopatia, Ecopsicologia, Mindfulness e Medicina Orientale. Ha progettato e guidato numerose terapie forestali in diverse fasce di età, con una particolare passione per il lavoro con bambini e adolescenti. E' l'autrice di 'WILD BLUE', un corso FTHub specializzato nella Connessione con la Natura negli spazi blu.

Cresciuta in un ambiente centrato sul turismo montano, la natura, la sostenibilità e l'apprezzamento del territorio locale, Manuela ha scelto di dedicare il suo tempo a promuovere la salute e il benessere sia delle persone che del pianeta. I suoi sforzi appassionati includono l'organizzazione di eventi che supportano l'educazione ambientale, attività di benessere all'aperto, percorsi olistici, ritiri e trattamenti volti a coltivare l'amore per la natura.

I NOSTRI TEMI

Bagno di Foresta.

Chi è lo specialista di Connessione con la Natura?

Uno specialista di connessione con la natura è un professionista che facilita esperienze significative tra individui o gruppi e l'ambiente naturale.

Il suo ruolo non si limita a organizzare attività all'aperto, ma si concentra sul creare una relazione profonda e consapevole con la natura.

Lo specialista aiuta i partecipanti a sviluppare una connessione autentica attraverso l'osservazione, la riflessione emotiva, il coinvolgimento sensoriale e le attività creative.

Questo favorisce non solo il benessere personale ma anche una maggiore consapevolezza ecologica e responsabilità verso l'ambiente.



Cosa sono le Attività di Connessione con la Natura?

Le attività di connessione con la natura sono esperienze strutturate ma adattabili, progettate per aiutare le persone a entrare in contatto profondo con l'ambiente naturale.

Queste attività includono:

Osservazione sensoriale: come ascoltare i suoni della natura o osservare i dettagli di un paesaggio.

Camminate consapevoli: focalizzate sull'esperienza del movimento e dell'interazione con l'ambiente.

Arti creative: utilizzando materiali naturali come foglie, legno o pietre per creare arte.

Racconti ispirati dalla natura: storie che stimolano riflessioni e condivisioni.

Pratiche di mindfulness: come la respirazione profonda o altre tecniche per connettersi all'ambiente circostante.

Cosa impareranno i partecipanti?

Durante il corso, gli specialisti apprenderanno concetti teorici fondamentali: il principio della biofilia, i benefici della connessione con la natura e tecniche per supportare la connessione con la natura dei propri partecipanti.

Competenze pratiche: come progettare e facilitare attività personalizzate per diversi contesti e gruppi.

Gestione del gruppo: strumenti per creare un ambiente sicuro e inclusivo che favorisca il coinvolgimento e la partecipazione.

Adattabilità: strategie per modificare le attività in base alle esigenze del gruppo e alle condizioni ambientali.

Cosa potranno fare gli specialisti dopo il corso?

Gli specialisti saranno pronti a: integrare attività di connessione con la natura nei loro contesti lavorativi, come l'accompagnamento in natura, scuole, aziende, ambienti terapeutici o comunitari.

Progettare esperienze uniche che favoriscono il benessere fisico ed emotivo dei partecipanti.

Promuovere consapevolezza ambientale, ispirando comportamenti eco-consapevoli attraverso la connessione con la natura.

Facilitare i gruppi con sicurezza: creando dinamiche positive supportando l'apprendimento esperienziale.



Con le competenze acquisite, i partecipanti saranno in grado di ampliare il loro impatto professionale, offrendo esperienze trasformative che coniugano il benessere personale e la sostenibilità ambientale.

Una volta ottenuta la certificazione, lo Specialista sarà in grado di progettare e guidare attività di connessione con la natura, integrandole nella propria professione, nelle pratiche di conduzione di gruppi outdoor e nella propria vita quotidiana.

Lo Specialista, inoltre, diventerà parte della rete internazionale FTHub, organizzazione leader del settore in oltre 70 paesi, e partecipare a lezioni di approfondimento, a sessioni di aggiornamento e collaborare con i professionisti ed esperti in questo ambito.

Interpretazione ambientale e culturale

L'interpretazione ambientale è una disciplina che mira a rendere comprensibile e significativa l'esperienza dei visitatori in un ambiente naturale o culturale.

In altre parole, è un modo per "tradurre" la complessità della natura e del territorio in un linguaggio accessibile a tutti.

Obiettivi principali:

- * Aumentare la consapevolezza: ovvero far comprendere l'importanza degli ecosistemi, dei paesaggi e del patrimonio naturale e culturale.
- * Stimolare l'apprezzamento: ovvero promuovere il rispetto e l'amore per la natura e la storia dei territori tutelati.
- * Favorire la conservazione: ovvero incoraggiare comportamenti sostenibili e la partecipazione attiva alla tutela dell'ambiente.
- * Arricchire l'esperienza: ovvero rendere la visita ad un parco un'occasione di apprendimento e soddisfazione personale.

Strumenti e tecniche, utilizzati in tutte le aree naturali protette:

- * Visite guidate: condotte da interpreti ambientali che raccontano storie e curiosità sul luogo.
- * Percorsi autoguidati: dotati di pannelli informativi, mappe e audioguide.
- * Attività pratiche: laboratori, giochi, osservazioni naturalistiche.
- * Mostre ed esposizioni: allestimenti che illustrano temi specifici.
- * Eventi speciali: Conferenze, workshop, feste a tema.



Benefici:

- * Per i visitatori: ottenere un'esperienza di visita più ricca e significativa, ovvero un'opportunità di apprendimento e di connessione con la natura.
- * Per l'ambiente: una maggiore consapevolezza e un atteggiamento più rispettoso nei confronti dell'ambiente.
- * Per le comunità locali: uno sviluppo del turismo sostenibile e valorizzazione del patrimonio locale.

Cosa impareranno i partecipanti?

Nell'iniziativa didattica che proponiamo in forma di laboratorio pratico sul campo, gli specialisti apprenderanno concetti teorici fondamentali: le origini dell'interpretazione negli USA e le esperienze in Italia.

Competenze pratiche: come progettare e facilitare attività personalizzate per diversi contesti e gruppi, con particolare riferimento ai giovani, alle famiglie, al mondo della scuola.

Gestione del gruppo: strumenti per creare un ambiente sicuro e inclusivo che favorisca il coinvolgimento e la partecipazione.

Adattabilità: strategie per modificare le attività in base alle esigenze del gruppo e alle condizioni ambientali.

Per info e prenotazioni:

Nino Martino 3356471440 (anche wa) - info@culturanatura.it

Il corso costa 150€ (135€ per i soci e convenzionati).

