

## 1° CORSO DI FORMAZIONE PER “CONDUTTORI PER BENESSERE IN FORESTA”



### Obiettivi formativi

L'AMAP, visto l'interesse sempre crescente da parte della collettività di acquisire benefici attraverso la frequentazione delle aree naturali e al fine di formare professionisti in grado di condurre esperienze di benessere forestale (es. immersioni in foresta, bagni di foresta) e integrare le proprie conoscenze su gestione forestale sostenibile, ecosistemi forestali e benessere psico-fisico, organizza il primo corso di formazione “Conduuttori per Benessere in Foresta”.

L'offerta formativa è stata progettata per fornire elementi di conoscenza normativa e teorica sulle tematiche proprie del rapporto natura e salute, sulle caratteristiche di idoneità del bosco e sulle responsabilità dei conduuttori in foresta. Inoltre, il corso permetterà ai partecipanti di mettere in pratica, attraverso sessioni pratiche, quanto appreso durante le lezioni teoriche.

### Durata

24 ore

### Destinatari

Guide ambientali, aspiranti guide ambientali, operatori e volontari dei Centri di Educazione Ambientale dislocati nel territorio nazionale ma anche professionisti che operano nel settore forestale.

### Organizzazione

Il corso è strutturato in n. 9 moduli organizzati in 16 ore di lezione teoriche e 9 ore di sessione pratica (visite in bosco e confronti dei vari contesti forestali).

### Modalità di svolgimento

Il corso si svolgerà con modalità in presenza ad eccezione di n. 4 ore in modalità on-line. La frequenza è obbligatoria per almeno l'75% delle lezioni.

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Il corso verrà attivato con almeno **9 partecipanti**. Verranno ammessi massimo **25 partecipanti**.

### Sede

- Lezioni teoriche: Agenzia per l'innovazione nel settore agroalimentare e della pesca (AMAP) – Via Thomas Edison, n. 2 – 60027 OSIMO (AN).
- Sessione pratica: Parchi e/o riserve della Regione Marche che verranno indicate nel corso delle lezioni teoriche.

### Costo

Euro 210 (IVA inclusa) per partecipante.

### Date

Il corso si svolgerà in 3 giornate, nelle date del 23 – 24 – 25 Settembre 2025.

### Segreteria Organizzativa

e-mail: [formazione@amap.marche.it](mailto:formazione@amap.marche.it)

Paola Scocco: 071 808279

**Responsabile del corso: Valeria Bellelli (AMAP)**

**Scadenza iscrizioni: 11.09.2025**

## PROGRAMMA

**23.09.2025 martedì – 8 ore**

### **MODULO INTRODUTTIVO: Il contesto del benessere forestale**

**09.15 – 09.30 \_ registrazione dei partecipanti e presentazione del corso**

**09.30 – 11.30 \_ Antonio Brunori**

- La funzione salutistica delle aree naturali e seminaturali: definizioni e scopi.
- Inquadramento del benessere forestale tra i servizi ecosistemici.
- Quali boschi per le esperienze salutistiche.

### **MODULO SCIENTIFICO: Natura e Salute prima parte**

**11.30 – 13.30 \_ Francesca Dini/Antonio Brunori**

- Breve storia scientifica: dalle prime teorie agli studi moderni moderni (Attention Restoration Theory, Stress Recovery Theory; Visitor's Mental Power; Biophilia; Feeling and Thinking: preferences need no inferences; studi sulla ionizzazione dell'aria e monoterpeni).

**13.30 – 14.30 \_ pausa pranzo**

### **MODULO SCIENTIFICO: Natura e Salute seconda parte**

**14.30 – 16.30 \_ Michele Antonelli (on-line)**

- Forest Bathing e Terapia Forestale: analogie, differenze e ambiti di applicazione.
- Evidenze neurofisiologiche, immunologiche e psicologiche.

### **MODULO TECNICO: sicurezza, normativa e responsabilità**

**16.30 – 18.30 \_ Guglielmo Ruggero (on-line)**

- Sicurezza, normativa e responsabilità.

**24.09.2025 mercoledì – 8 ore**

**MODULO TECNICO: Caratteristiche fondamentali prima parte**

**09.00 – 11.00 \_ Francesca Dini**

- Caratteristiche del bosco che ne determinano l' idoneità al benessere: strategia per la ricreazione e fruibilità.

**MODULO TECNICO: Caratteristiche fondamentali seconda parte**

**11.00 – 13.00 \_ Marco Mencagli**

- Caratteristiche del bosco che ne determinano l' idoneità al benessere:
  - elementi strutturali e scenici per una migliore fruizione ricreativa del bosco;
  - elementi rafforzativi delle specificità naturali e sceniche del luogo.

**13.00-14.00 \_ pausa pranzo**

**MODULO TECNICO: Caratteristiche fondamentali terza parte**

**14.00 – 16.00 \_ Marco Mencagli**

- Caratteristiche del bosco che ne determinano l' idoneità al benessere:
  - potenzialità ristorative dell' attenzione diretta;
  - ambienti potenzialmente attivi sulla fisiologia umana.

**MODULO ESPERIENZIALE: Benessere forestale in pratica**

**16.00 – 18.00 \_ Marco Mencagli**

- Struttura di una sessione di benessere forestale: preparazione, accoglienza, svolgimento, chiusura;
- Esempi di tecniche di base: respirazione, camminata consapevole, attivazione sensoriale, silenzio e ascolto;
- Interazione tra conduttore, natura e partecipanti.

**25.09.2025 giovedì – 8 ore**

**MODULO PRATICO: Esercitazione in bosco**

**09.00 – 18.00 \_ Marco Mencagli**

- Visite guidate con analisi dei parametri discussi nel modulo 3;
- Confronto tra diversi contesti forestali.