

## **Connessione con la Natura - tra interpretazione e bagno di foresta**

CulturaNatura in collaborazione con FTHub, con il patrocinio e la collaborazione dell'Area Marina Protetta "Regno di Nettuno" all'Isola d'Ischia, di FEDERPARCHI - Europarc Italia e di AIDAP (associazione italiana direttori e funzionari parchi) organizza un laboratorio didattico-formativo sul campo.

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:**

I incontro online di 2 ore il 18 febbraio 2025 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.*

Il incontro online di 2 ore il 19 febbraio 2025 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 il 27 e 28 febbraio 2025

I giorno sul campo con **Nino Martino e Manuela Renzi**  
ore 9-18

*Heritage interpretation e narrazione della natura*

*(Condivisione interpretativa del cibo comune)*

*I giochi interpretativi*

Il 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.

### **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](mailto:info@culturanatura.it)

Il corso è organizzato dall'Area Marina Protetta "Regno di Nettuno", la partecipazione è disciplinata.

Il costo del corso è di 150€ a persona (135€ soci Aigae, Aidap, Federparchi, FTHub, CulturaNatura...).

Condizioni favorite di partecipazione per le guide e i collaboratori dell'Area Marina Protetta "Regno di Nettuno".



## Cosa potranno fare gli Specialisti dopo il corso?

Dopo il corso, gli Specialisti saranno pronti a:

- **Integrare attività di connessione con la natura** nei propri contesti professionali, come accompagnamenti in natura, scuole, aziende, ambienti terapeutici o comunitari.
- **Progettare esperienze personalizzate** che favoriscono il benessere fisico, emotivo e mentale dei partecipanti.
- **Promuovere la consapevolezza ambientale**, ispirando comportamenti eco-consapevoli attraverso il contatto diretto con la natura.
- **Facilitare gruppi con sicurezza**, creando dinamiche positive e supportando l'apprendimento esperienziale.

Con le competenze acquisite, i partecipanti potranno ampliare il loro impatto professionale, offrendo esperienze trasformative che uniscono il benessere personale e la sostenibilità ambientale.

.....

Una volta certificati da FTHub, gli Specialisti saranno in grado di progettare e condurre attività di connessione con la natura, integrandole nella loro pratica professionale, nella conduzione di gruppi outdoor e nella vita quotidiana.

### **Risorse incluse nel programma:**

Gli Specialisti avranno accesso a una piattaforma di studio per 1 anno, che comprende:

- 15 minuti di video formativi,
- 8 giochi educativi,
- 16 unità scaricabili,
- 8 attività basate sulla natura scaricabili,
- un database con 60 attività di connessione con la natura,
- il logo ufficiale e l'attestato finale.





Inoltre, potranno partecipare alle **FTHub Lectures**, sessioni online di approfondimento su temi legati alla natura e al benessere, condotte da esperti internazionali.

### **Parte della rete internazionale FTHub**

Gli Specialisti entreranno a far parte della rete internazionale **FTHub**, un'organizzazione leader attiva in oltre 70 paesi. Avranno l'opportunità di:




- Partecipare a lezioni di approfondimento e aggiornamento,
- Collaborare con professionisti ed esperti nel campo della connessione con la natura,
- Accedere a risorse e opportunità esclusive per sviluppare ulteriormente le loro competenze.

Questa combinazione di risorse e networking consentirà agli Specialisti di sviluppare una professionalità solida e di contribuire alla diffusione dei benefici della connessione con la natura.

**Nota:** Il costo per accedere alla piattaforma di studio e ottenere l'attestato finale FTHub è di € 80,00 a persona.



I N T E R P R E T A R E   E   C O M U N I C A R E  
A M B I E N T E   E   C U L T U R A

 [www.culturanatura.it](http://www.culturanatura.it)  
 [info@culturanatura.it](mailto:info@culturanatura.it)  
 +39.335.6471440