

FOREST BATHING CENTER
Sede Nazionale Qualificata A.I.Me.F. Forest Therapy

Ecco di seguito alcuni dei Luoghi Naturali, pubblici e/o privati, che sono stati Qualificati da A.I.Me.F. come Forest Bathing Center:

- *Il Giardino di Pimpinella (BO)*
- *Villa Bardini (FI)*
- *Villa Doria Pamphili (Roma)*
- *Parco Regionale del Pineto (Roma)*
- *Bosco di San Antonio (AQ)*
- *Bosco Sacro di Damanhur*
- *Foreste Casentinesi: Rifugio Asqua*
- *Oasi WWF Gole del Sagittario*
- *Selva di Castelfidardo*

e molti altri...!

PRENOTA subito per Qualificare il TUO "Forest Bathing Center"



Qualificazione Nazionale:

Forest Bathing Center (FBC)

Ente Qualificato da A.I.Me.F. Idoneo alla Balneazione Forestale

Con il Patrocinio di A.I.Me.F.
Associazione Italiana di
Medicina Forestale

@medicinaforestale

www.aimef.net
info@aimef.net

Scopri come qualificare il tuo FOREST BATHING CENTER

Ottieni anche tu il Registered Trademark:

FOREST BATHING CENTER
Sede Nazionale Qualificata A.I.Me.F. Forest Therapy

QUALIFICA LA TUA STRUTTURA COME CENTRO DI BALNEAZIONE FORESTALE!

Valorizza il tuo Giardino, il tuo Bosco, nella Natura



Effetti Terapeutici delle Immersioni Forestale nei Luoghi Qualificati

Fin dagli anni '80, le Istituzioni Sanitarie e Forestali del Giappone hanno iniziato a Certificare Luoghi adatti a svolgere le Immersioni Terapeutiche in Natura, conosciute con il termine Shinrin-yoku.

La Ricerca Scientifica ha in effetti dimostrato che le "Immersioni Guidate nella Foresta", sono in grado di riattivare Meccanismi Biologici, Biopsicosociali e Terapeutici di Autoguarigione, favorendo la Promozione della Salute delle Persone, la riduzione degli effetti negativi dello Stress, la Prevenzione ed il Recupero Funzionale nei confronti di tante malattie.

Questi incredibili Effetti Terapeutici sono dovuti a piccolissime Molecole Volatili prodotte dalle strutture vegetali di molti Alberi e Piante (Radici Corteccia, Foglie, Fiori, Gemme, Frutti...), della grande famiglia dei TERPENI, oggi conosciute come B-VOC (Biogenic Volatile Organic Compounds: Composti Organici Volatili di Origine Biogenica).

Passeggiando nella Natura pura e intatta di un Luogo Testato e Qualificato, è possibile entrare in contatto diretto con queste Molecole Terapeutiche.

Ospita le Immersioni Forestali nel TUO "Forest Bathing Center"

La Ricerca Scientifica ha dimostrato l'enorme potenziale delle Immersioni nella Foresta:

- Riduzione del Cortisolo (Ormone dello Stress)
- Normalizzazione della Pressione Sanguigna
- Riduzione del numero di Pulsazioni Cardiache
- Normalizzazione HRV (Heart Rate Variability)
- Riduzione rischio di Aritmie Cardiache e Infarto
- Riduzione Distonia Neurovegetativa
- Riduzione della frequenza dei battiti cardiaci
- Aumento del Sistema Nervoso Parasimpatico
- Riduzione del Sistema Nervoso Simpatico
- Riduzione di Adrenalina e Noradrenalina
- Facilitazione Risposta Adattativa allo Stress
- Aumento delle Difese Immunitarie
- Aumento Potenziale di Autoguarigione
- Riduzione Degenza postoperatoria
- Riduzione di Analgesici e Antidolorifici
- Aumento Adiponectina Sierica
- Riduzione Glicemia
- Prevenzione Obesità e Diabete
- Riduzione Punteggi Psicometrici nei test di Ansia, Depressione, Rabbia, Fatica e Confusione
- Aumento Punteggi Psicometrici della Percezione di Forza, Vigore e Benessere
- Aumento Rendimento sul Lavoro Fisico
- Aumento Rendimento negli Studi Scolastici
- Aumento Rendimento Aziendale e Motivazione

La Medicina Forestale si presenta oggi come il migliore Integratore che si conosca, in grado di produrre fenomeni permanenti Terapeutici e di Promozione di Salute, senza effetti collaterali!

QUALIFICA la TUA Struttura in Natura come "FOREST BATHING CENTER"!



QUALIFICA la TUA Struttura in Natura per la Medicina Forestale

In cosa consiste la Qualificazione?

Per ottenere la **Qualificazione di Idoneità FBC** (Forest Bathing Center) è necessario effettuare una serie di procedure adatte a stabilire che trascorrere del tempo nel Luogo Qualificato produce effetti significativi e misurabili sul Benessere Psico-Fisico.

Fase 1: Auditor EMF (Esperti in Medicina Forestale) effettuano un Audit e compilano un Questionario con 10 Indicatori e con Indici variabili da 0 a 5. Il Punteggio minimo richiesto per l'Idoneità alla Qualificazione è 30/50.

Fase 2: Auditor EMF registrano, mediante apposita strumentazione di Medicina Ambientale, la Qualità dell'Aria, dell'Acqua, del Terreno, Radiazioni, Rumori, Particolato (PM10 e PM2,5). La Fase 2 permette di valutare l'Idoneità Ambientale.

Fase 3: Auditor EMF realizzano presso la Sede un'Immersione Forestale di Livello 1 (a, b, c) della durata di 4-6 ore, con almeno 30 partecipanti, registrando (prima e dopo l'Immersione) alcuni Parametri Biologici e Biopsicosociali. L'Analisi Statistica dovrà evidenziare un livello significativo di miglioramento di almeno il 50% dei parametri.

La Qualificazione di Idoneità FBC sarà valida per due anni. Per il rinnovo, sarà necessario ripetere alcuni passaggi della Fase 1 e della Fase 2, nonché dimostrare di aver ospitato / organizzato nell'anno almeno 4 Immersioni Forestali con Diplomati EMF.

Costi della Qualificazione FBC

Costi Fase 1 (Audit)

Costi Fase 2 (Idoneità Ambientale)

Costi Fase 3 (Immersione Forestale x 30 pax)

Costi Rinnovo (dal 3° anno e a seguire annuale)

Costi Corso Promotore Forest Bathing

Richiedi INFO per i Costi di Qualificazione FBC:

info@aimef.net

Prenota subito o richiedi info
info@aimef.net