

## TERAPIE FORESTALI MEDIATE DA ATTIVITA' ESCURSIONISTICHE

### 1. PREMESSA

In tutte le Terapie Forestali, la "terapista" è la foresta, che dunque non è considerata solo un luogo dove si svolge una pratica, ma come ecosistema vivente, parte integrante e attiva degli effetti che si desiderano ottenere. Le attività proposte hanno dunque lo scopo di rendere sinergici i benefici riconosciuti di queste con quelli della foresta, sostenendo le persone nello sviluppare e mantenere la relazione con la foresta e la ricettività dei suoi effetti, sempre attenti alla sua tutela.

Tale premessa non vuole svalorizzare i benefici riconosciuti caratteristici di ciascuna attività ma solo specificare che ha senso proporre in foresta un'attività già di per sé salutare solo quando è possibile un sinergismo d'azione significativo e con scarsi o nulli inconvenienti per gli utenti e la foresta frequentata.

### 2. DEFINIZIONE E CRITERI DI INCLUSIONE

Sono comprese in questa sezione tutte le attività i cui benefici psicofisici riconosciuti sono correlati all'esplorazione psicofisica di ambienti forestali diversi da quelli la cui frequentazione è, per gli utenti, abituale. L'esperienza principale non è dunque il camminare ma il "viaggiare", inteso appunto come esplorazione sensoriale, relazionale e adattiva con foreste per gli utenti inconsuete.

### 3. CRITERI DI ESCLUSIONE DELL'ATTIVITA' E DI SCELTA DELL'AREA PER LA PRATICA

Sono criteri di esclusione:

- Il focus sulla velocità di camminata o altre forme di esplorazione, compresa l'arrampicata
- Il focus sulle distanze da percorrere e/o i dislivelli da affrontare
- Gli obiettivi ricreativi, turistici, cognitivi
- Il focus su aspetti tecnici, compreso l'utilizzo di attrezzature o mezzi di trasporto
- Mete specifiche da attraversare o raggiungere come obiettivi prioritari
- Le escursioni fuori tracciato

Con le opportune cautele, l'accurata informazione degli utenti e sulla base della loro valutazione preliminare (vedi "valutazione pre intervento"), le attività incluse possono essere proposte in foreste a diverso grado di biodiversità (secondo quanto indicato nel documento "Valutazione del bosco), compreso quello medio/alto, secondo quanto di seguito indicato:

- Se gli utenti hanno già confidenza con la pratica di Immersione in Foresta secondo l'approccio della TeFFIt e hanno sviluppato le relative competenze, la scelta potrà essere operata tra percorsi forestali con qualunque grado di biodiversità.
- Per utenti senza esperienza di Immersioni in Foresta secondo l'approccio della TeFFIt, è ritenuto più opportuno attuare direttamente una Immersione in Foresta quando il percorso scelto è a medio/alta biodiversità, oppure, se è ritenuto opportuno un intervento di Terapia forestale mediata da attività escursionistiche quale attività propedeutica, è indicata la scelta di percorsi con grado di biodiversità inferiore a quella medio/alta e in boschi che non siano in fase di rinaturalizzazione o restauro.

### 4. CONDUZIONE DELLE TERAPIE FORESTALI MEDIATE DA ATTIVITA' ESCURSIONISTICHE

#### 4.a QUALIFICA CONDUTTORI

Potranno proporre le Terapie Forestali comprese in questa sezione gli operatori in possesso delle competenze professionali sull'attività specifica, sulla conduzione di immersioni in foresta, sulla conduzione di terapie forestali e iscritti alla relativa sezione del Registro della TeFFIt.

#### 4.b SCOPO

Favorire l'ampliamento delle proprie capacità relazionali, adattive e integrative con le foreste utili ad ottenere benefici psicofisici nelle pratiche di autoimmersione in foreste abituali.

#### 4.c MODALITA' GENERALI DI INTERVENTO

Per le modalità di esecuzione è fatto riferimento alla documentazione scientifica, a questo protocollo e ad eventuali istruzioni messi a disposizione dei Conduuttori dal Comitato Tecnico Scientifico, nella revisione aggiornata, con le modalità via via stabilite.

I conduuttori sono tenuti a dare avviso del ricevimento, della conoscenza e della presa in carico per l'uso della documentazione aggiornata.

Di seguito i documenti di registrazione delle attività, che saranno resi disponibili nelle revisioni aggiornate e che potranno essere modificati dal Comitato Tecnico Scientifico, quando opportuno.

##### Pianificazione ed esecuzione

attività	registrazioni
pianificazione	
Per la pianificazione di ogni intervento è necessario possedere e conoscere la "valutazione del bosco" effettuata	Valutazione del bosco
Definizione area scelta e motivazione	Valutazione pre intervento
Analisi delle caratteristiche e delle esigenze degli utenti	Valutazione pre intervento
Scioglimento eventuali dubbi, con particolare riguardo a sospette controindicazioni	Report intervento
Scelta del percorso sulla base dell'analisi effettuata e motivazione	Report intervento
Pianificazione di massima delle proposte attuabili indicate per gli utenti, anche in relazione e a tutela del percorso scelto; valutazione di eventuali alternative e soluzioni ad imprevisti	Report intervento
Valutazione matrici di biodiversità, quando previsto	Valutazioni matrici di biodiversità
Istruzioni logistiche per i partecipanti	Report intervento
esecuzione	
Svolgimento delle attività, monitoraggio e osservazioni	Report intervento
Risposta ad eventuali criticità	Scheda criticità
Valutazione post intervento da parte degli utenti	Valutazione post intervento

Le registrazioni effettuate sono tempestivamente condivise dal conduuttore con TeFFIt nelle modalità online via via stabilite.

##### Attività di ricerca, monitoraggio e verifica

Il Comitato Tecnico Scientifico, oltre alle attività descritte nella specifica 2 di questo protocollo, elabora e analizza periodicamente le registrazioni restituite dai Conduuttori al fine di migliorare l'efficacia, la fattibilità e la replicabilità degli interventi dei Conduuttori stessi, condividendone gli esiti con questi, aprendo eventuali confronti e apportando le opportune modifiche alla documentazione a supporto, compresi i protocolli, la documentazione scientifica a supporto, le istruzioni e le registrazioni.

## 5. PRESENTAZIONI DIVULGATIVE E/O COMMERCIALI

Le presentazioni divulgative e commerciali delle proposte di Terapie Forestali, singole, multiple e/o combinate con altri interventi, compresi quelli di Immersione in Foresta, in qualunque sede e/o formato e anche in inserimenti parziali, riporteranno il Logo della TeFFit e la dicitura stabiliti. Riporteranno informazioni coerenti alle evidenze scientifiche anche nella terminologia usata, **evitando generalizzazioni**: potranno essere usati termini facilmente comprensibili ai potenziali utenti ma non fraintendibili, onde evitare una pubblicità ingannevole. Nel dubbio e per l'eventuale uso di termini di fantasia, ci si potrà rivolgere al Comitato Tecnico Scientifico per la valutazione di conformità.