

Skogens Mångbruk



Petra Ellora Cau Wetterholm

Legitimerad Psykolog

Certifierad Natur och Skogsterapiguide

15.45 - 17.30
Workshop - affärsutveckling.
Hälsa i skogen
- tjänster på ny marknad

Agenda



- Presentation
- Skogsbad och Skogsterapi

Process

- Skogen: olika perspektiv
- Skogen: win-win
- Nästa steg?





Psykolog



Utmattning



Egen
rehab i skogen



Utbildning till
certifierad
skogsterapiguide



Shinrin-Yoku
Sweden



Scandinavian
Nature and Forest
Therapy Institute



Utbildningar



Guidenätverket



GreenME
Forskningsprojektet
GreenME



Skogens Mångbruk

Olika perspektiv
– gemensamma
möjligheter



HÄLSOENTREPRENÖR

Jag skapar upplevelser,
program och tjänster
för människors hälsa
och välbefinnande.



SKOGSÄGARE

Jag förvaltar skogen
och vill utforska nya
möjligheter till värdeskapande
utöver virkesproduktion.



FORSKARE

Jag vill öka kunskapen
om skogens värden
för människor, samhälle
och natur.



BESLUTFATTARE OCH SAMHÄLLSPANERARE

Jag vill bidra till hållbara
samhällen och en god
livsmiljö för nuvarande
och kommande generationer.



Vem är du?

Vilken roll har du,
eller vill du ha, i skogens
mångbruk?



VÅRD OCH OMSORG

Jag vill integrera naturen
i förebyggande insatser,
rehabilitering och vård.



BESÖKARE OCH TURISTER

Jag vill uppleva, lära
och inspireras av skogen
och dess värden.



FÖRETAG OCH ORGANISATIONER

Jag vill stärka hälsa,
engagemang och hållbarhet
genom naturen.



INDVIDEN

Jag söker återhämtning,
mening och en djupare
relation till naturen





På vems villkor?

affärutveckling?







Den urbana individen

Ett liv i hög takt med många
intryck, krav och förväntningar.

ARBETE
FÖRETAG
FÖRSÖRJNING
EKONOMI

SAMPEL
OCH PÅVERKAN

Skogen och naturen som ekosystem

Ett levande, sammanlänkat system
av landskap, arter och naturliga
processer.

BIOLOGISK MÅNGFALD
NATURLIGA PROCESSER
REN LUFT OCH RENT VATTEN
ÅRSTIDER OCH RYTMER
PLATSER OCH EKOSYSTEMTJÄNSTER

Den enskilda personen

Tankar, känslor, kropp, beteende
och en känsla av mening.

MENTAL HÄLSA
EMOTIONELL REGLERING
FYSISK HÄLSA
NATURKONTAKT
SYFTE OCH VÄLBEFINNANDE

SAMPEL
OCH PÅVERKAN

SAMPEL
OCH PÅVERKAN



Tack för din uppmärksamhet!



contact@snfti.com

Scandinavian Nature and Forest Therapy Institute