KVIETIMAS

Kviečiame Jus į Miško terapijos dieną Miško festivalyje, vyksiančią š. m. birželio 20 d. Anykščiuose, Miško festivalio stovykloje šalia Lajų tako. Patirtinio seminaro tema**: „Gydantis miškas: miško terapijos galimybės Lietuvoje"**. Renginio tikslas yra patirti miško terapiją, susipažinti su šios visuomenės sveikatos/turizmo/sveikatingumo srities tendencijomis Europoje ir aptarti galimybes plėtoti miško terapiją Lietuvoje. **Dalyvių skaičius ribotas, todėl jei norėsite dalyvauti, prašome registruotis iš anksto: https://forms.gle/z9TtPP9rNErmzQaC8 .**

Renginių programa:
9.30-10.00
Rytinė arbata ir registracija
10.00-10.30 Dr. Vitalija Povilaitytė-Petri (Lietuva/Belgija): **Miško terapija: vizija Lietuvai**
10:30 – 11:30 Petra Ellora Cau Wetterholm (Švedija): **Europietiškasis Miško terapijos modelis ir gamtinės terapijos integravimas į visuomenės psichinės sveikatos priežiūrą**
11:30 – 12:00 Pokalbis žoliaujant su Onute Navikaite Drobelienė (Lietuva)**: Miškas lietuvio pasaulėvokoje**
12.00-12.15 Stanislovas Čepinskas (Lietuva): **Miško terapijos turizmo modeliai Europos regionuose- įspūdžiai iš Europos miškų konferencijos Austrijoje**
12:15-13:00 Pietų pertrauka
13:00 -15:00 **Praktinė miško terapijos sesija** su Petra Ellora Cau Wetterholm
15.30- 16.00 **Miško terapijos galimybių Lietuvoje aptarimas**
16.00 – 18.00 Nitin Das (Indija) filmo **„Healing Forests" („Gydantys miškai")** peržiūra

Informacija apie lektorius

Petra Ellora Cau Wetterholm (Švedija) yra Europos miško terapijos instituto bendrąjkūrėja. Ji yra praktikuojanti klinikinė psichologė, vystanti miško terapijos ir gamtinių gydymo priemonių integravimą į visuomenės sveikatos priežiūrą. Petra specializuojasi neuropsichiatrinių ir neurologinių vystymosi negalių srityse, koncentruodamasi į klinikines dėmesingo įsisąmoninimo (angl. mindfulness) pagrindu veikiančias intervencijas. Šiuo metu Švedijoje ji tiria miško terapijos pritaikymą psichinės sveikatos priežiūros srityje, analizuodama miško terapijos poveikį suaugusiesiems su diagnozuotais išsekimo sutrikimais, nerimu, depresija bei su stresu susijusiomis sveikatos problemomis.

Vitalija Povilaitytė-Petri (Lietuva/Belgija). Belgijoje dirbanti mokslininkė/farmacininkė, pastaruosius 20 metų vykdanti mokslinius tyrimus vaistinių augalų naudojimo srityje. Ji tiria gydomuosius ir valgomuosius augalus, augalinius vaistus ir augalinius maisto papildus. Vitalija taip pat analizuoja, kaip žalieji plotai, sodai, miškai, kraštovaizdžiai ir tradicinės žinios padeda žmonėms palaikyti ryšį su gamta, išvengti ligų ir skatina sveikatingumą. Ji tiria, kiek svarbūs yra miesto gamta, smulkieji žemės ūkiai, miesto sodininkystė, sveika mityba, miško ir sodo vaistininkystė, etnobotaninės žinios ir bendruomenės dalyvavimas susidūrus su visuomeniniais, aplinkosaugos ir ekonomikos iššūkiais.

Stanislovas Čepinskas (Lietuva). Kraštovaizdžio specialistas, asociacija „Gyvas miškas".

Onutė Navikaitė Drobelienė (Lietuva). Etnografė, pedagogė, tautodailininkė, etnokultūrinių renginių organizatorė. Onutė ilgą laiką buvo atsakinga už kultūros paveldą Lietuvos saugomose teritorijose. Onutė skaito paskaitas etnokultūrine ir gamtine tematika, dalyvauja konferencijose, skelbia straipsnius spaudoje, socialinėse medijose, veda ekskursijas ir edukacines pamokas.

Praktinė miško terapijos sesija ir žoliavimas vyks miške, tad rekomenduojame apsirengti atitinkamai, atsižvelgiant į oro sąlygas. Nepamirškite galvos apdangalo nuo saulės, patogių batų (kuriuos, kilus norui pajusti mišką basomis kojomis, galima būtų nusiauti). Lietus miško terapijai ne kliūtis (nebent tai būtų stipri audra), todėl rekomenduojame pasirūpinti apsauga nuo lietaus (atitinkamais drabužiais, skėčiu). Nepamirškite priemonių nuo erkių ir uodų, taip pat nuo saulės. Jei nemėgstate sėdėti ant žemės, pasirūpinkite kilimėliu. Miške vaikščiosime apie 2 valandas, tad patartina pasiimti vandens.

Miško festivalio iniciatoriai: Anykščių Jurzdiko bendruomenė. Miško festivalio pagrindinis rėmėjas: Kultūros taryba.
Festivalio partneriai: Anykščių rajono savivaldybė, Anykščių regioninis parkas, A. Baranausko ir A. Vienuolio-Žukausko memorialinis muziejus.

Seminaras yra nemokamas, bet mes kviečiame dalyvius prisidėti piniginėmis aukomis, padedant organizatoriams rengti festivalį ir padengti Petros Elloros Cau Wetterholm kelionės išlaidas. Paramos gavėjo informacija: Anykščių Jurzdiko bendruomenė, Vilniaus g. 41, LT- 29145, Anykščiai, Kodas 303502356, A/s LT607300010153309901,Swedbank, banko kodas 73000, pirmininkė Irena Vaitkienė, paramos gavėjo statusas nuo 2014.12.23. Mokėjimo paskirtis: parama Miško festivaliui.

Kontaktai pasiteiravimui:
Miško festivalio kuratorė Simona: +37067785708 el.p. svaitkute@yahoo.com
Miško terapijos programos kuratorė: Liudmila: +37065203422

Ačiū už skirtą laiką ir paramą ir lauksime Jūsų Miško festivalyje.

Simona Vaitkutė,
Miško festivalio kuratorė