



Abschlussbericht

Gesundheitswälder - Wertschöpfung für die Waldbran- che, den Tourismus und das Ge- sundheitswesen in der Schweiz

Dezember 2023

Impressum

Projektteam (Ausführende)

Pan Bern AG
Hirschengraben 24 | Postfach
3001 Bern

zhaw, IUNR Institut für Umwelt und Natürliche
Ressourcen,
Forschungsgruppe Grün und Gesundheit
Campus Grüental, Postfach,
CH-8820 Wädenswil

Projektverantwortung gegenüber WHFF:

Marlén Gubsch

Telefon 031 381 89 45
Email marlen.gubsch@panbern.ch
Internet www.panbern.ch

Autoren:

Dr. Marlén Gubsch, Tanja Eggenberger, Dr.
Andreas Bernasconi
Pan Bern AG

Martina Föhn
Zhaw, IUNR Institut für Umwelt und Natürliche
Ressourcen

Titelfoto:

I-Space – Wald-&Holzräume für die Kontem-
plation, Calancatal; Martina Föhn

Datum:

31.12.2023

Dokument:

WHFF_Gesundheitswälder
CH_Schlussbericht_end

Inhaltsverzeichnis

Abstract D/FR.....	2
Zusammenfassung.....	3
Résumé.....	5
1 Kontext	7
2 Ziele, Fragestellung, Methodik, Ergebnisse	9
2.1 Ziele und Adressaten.....	9
2.2 Fragestellung	9
2.3 Methodik	10
2.4 Ergebnisse	10
3 Wald & Gesundheit in der Schweiz – Online-Umfrage	11
3.1 Ziele und Adressaten.....	11
3.2 Beteiligung und Hintergründe	11
3.3 Ergebnisse	12
4 Experteninterviews	15
4.1 Methodik	15
4.1 Zusammenarbeit Abteilung Wald und Sektion Gesundheitsförderung & Prävention, AG.....	15
4.2 Zertifizierung 'Heil- und Kurwälder'.....	16
4.3 EMR & Krankenversicherer – Anerkennung als Therapieform?	17
4.4 Koordinationsstelle Gesundheitstourismus Graubünden	17
4.5 Markenetablierung WALDNESS® 'Erholen und Krafttanken im und mit dem Wald'	18
5 Toolbox.....	20
5.1 Die Wirkung des Waldes auf die menschliche Gesundheit.....	20
5.2 Gesundheitsfördernde Waldleistungen	21
5.3 Ein Analyseraster zur Beurteilung der gesundheitsbezogenen Waldleistungen	23
5.4 Geschäftsmodelle für gesundheitsfördernde Angebote im Wald	26
5.5 Fallbeispiele	28
6 Fazit und Schlussfolgerungen	30
Verdankung.....	33
Literaturverzeichnis	34
Anhänge	39

Abstract D/FR

Die Ressource Wald bietet ein grosses Potential für die Entwicklung gesundheitstouristischer Angebote und mit dem Aufbau innovativer Partnerschafts- und Geschäftsmodelle auch Wertschöpfung für die Waldbranche zu erzielen. Anhand von Fallbeispielen wurden Grundlagen entwickelt für die zukünftigen Etablierung von Gesundheitswäldern in der Schweiz.

Die resultierende 'Toolbox Gesundheitswälder Schweiz' enthält Grundlagen zur gesundheitsfördernden Wirkung des Waldes, eine Übersicht und ein Raster zur Analyse gesundheitsfördernden Waldleistungen sowie zum Aufbau von Geschäftsmodellen für gesundheitsfördernde Angeboten im Wald und mögliche Finanzierungsmechanismen. Für die analysierten Fallbeispiele wurden Faktenblätter und Geschäftsmodelle ausgearbeitet.

La ressource forêt offre un grand potentiel pour le développement d'offres de tourisme de santé et pour la création de valeur ajoutée pour le secteur forestier grâce à la mise en place de modèles de partenariat et d'entreprise innovants. A l'aide d'étude de cas, des bases ont été développées pour l'établissement futur de forêts de santé en Suisse.

La 'Boîte à outils Forêts de santé Suisse' qui en résulte contient les bases de l'effet de la forêt sur la santé, une vue d'ensemble et une grille d'analyse des services forestiers favorables à la santé ainsi que l'élaboration de modèles d'entreprise et mécanismes de financement possibles pour des offres de promotion de la santé en forêt. Des fiches d'information et des modèles d'entreprise ont été élaborés pour les études de cas analysés.

Zusammenfassung

Einleitung

Globalisierung, Urbanisierung, Technologisierung und Digitalisierung tragen dazu bei, dass sich die Menschen in einem starken Entfremdungszustand von der Natur, von sich selbst und ihrer eigenen Wahrnehmung befinden, was welt- wie schweizweit u.a. zu stressbedingten Zivilisationserkrankungen führt. Das Bedürfnis der Menschen nach einer guten Gesundheit, mehr Ursprünglichkeit, Entspannung, Ruhe sowie Achtsamkeit ist hoch – Qualitäten, die sie in der Natur und speziell im Wald finden. Die Nachfrage der Gesellschaft an gesundheitlichen Angeboten im Wald steigt kontinuierlich an. Nicht nur potenziell Gesunde verlangen vermehrt nach z.B. Entschleunigungs- und Achtsamkeitstrainings im Wald, sondern auch der Bedarf bei Patient:innen an entsprechenden Therapiemassnahmen in der Natur und dem Wald wird zunehmend stärker.

In den vergangenen 70 Jahren hat sich durch die steigende Technologisierung und Prozessoptimierung in der Waldwirtschaft auch die Produktivität in der Holzernte stark verbessern können. Die gleichzeitig sinkenden Holzpreise und steigenden Personalkosten führen in der Schweiz aber seit den 1990-er Jahren im Durchschnitt zu negativen Betriebsergebnissen. Ein wichtiger Grund für die gesamtbetrieblichen Verluste sind Mehraufwände und Mindererträge im Zusammenhang mit der erholungsspezifischen Waldbewirtschaftung. Die Generierung neuer Einnahmen durch die Vermarktung von Nicht-Holzwaldleistungen bietet zukünftig grosse Chancen, wie Beispiele im Bereich der 'spiritual forests' (Ruhe- oder Friedwälder) und der CO₂-Zertifizierung zeigen. Die Inwertsetzung von gesundheitsfördernden Waldleistungen durch langfristig starke, branchenübergreifende Partnerschaften könnte aufgrund der oben dargestellten gesellschaftlichen Entwicklungen ebenfalls gute Chancen für die Inwertsetzung bieten.

Fragestellung und Methode

Das Projekt richtet sich primär an verschiedene Akteure aus dem Bereich Wald, die sich mit gesundheitsfördernden Waldleistungen befassen sowie an Akteure aus dem Gesundheits- und Tourismusbereich, die den wald- resp. naturbasierten Gesundheitstourismus voranbringen möchten. Folgende Fragestellungen standen im Fokus:

- *Gesundheitswälder und gesundheitsfördernde Angebote im Wald:* Welche Rolle spielt der Wald in den Bereich Gesundheit? Welche Zielsetzungen und Rahmenbedingungen bestehen bei der Konzeptionierung von Gesundheitsangeboten im Wald? Welche Interessen- oder Zielkonflikte ergeben sich bezüglich anderer Waldleistungen und welche Synergien lassen sich ableiten?
- *Waldmanagement zur Förderung der Gesundheitsleistungen des Waldes:* Wie lassen sich gesundheitsfördernde Waldleistungen praxistauglich analysieren? Welche Waldstrukturen sind von Bedeutung und wirken sich auf verschiedene Gesundheitsaspekte aus?
- *Neue Geschäftsmodelle:* Wie lassen sich Geschäftsmodelle für Gesundheitsangebote im Wald mit konkreten gesundheitsfördernden Zielen und Waldleistungen verknüpfen? Welche Rolle spielen die Akteure aus dem Bereich Wald, Gesundheit und Tourismus dabei?

Zur Bearbeitung der Fragestellungen wurden bestehende Grundlagen ausgewertet, Onlineumfrage und leifragengestützte Experteninterviews zu ausgewählten Fragestellungen durchgeführt, ein Analyseraster zur qualitativen Beurteilung von gesundheitsfördernden Waldleistungen sowie ein Geschäftsmodell für gesundheitsfördernde Angebote im Wald erarbeitet. In Zusammenarbeit mit verschiedenen Fallbeispielen wurden Grundlagen für den Aufbau von gesundheitsfördernden Angeboten im Wald erarbeitet, die Waldstandorte und entsprechenden Waldleistungen analysiert, Stakeholderanalysen durchgeführt sowie auf die Angebote zugeschnittene Geschäftsmodelle erarbeitet.

Ergebnisse und Schlussfolgerungen

Die durchgeführte Online-Umfrage richtete sich an Fachpersonen aus den Bereichen Wald, Gesundheit, Tourismus (Rücklaufquote 57% mit 74 Antwortenden) und hat ein spannendes Bild u.a. zur Einschätzung der aktuellen Situation und künftigen Entwicklung in der Schweiz sowie zu Bedürfnissen bezüglich Waldgestaltung und Akteureinbindung ergeben. Mit den 5 Experteninterviews wurden Wissen und Erfahrungen aus der Schweiz und dem deutschsprachigen Ausland abgeholt, welches einen professionellen wie erfolgversprechenden Aufbau von Gesundheitsangeboten im Wald, resp. die Verankerung die Verankerung des Themenfeldes Wald & Gesundheit auf verschiedenen Ebenen unterstützt.

Insgesamt wurden 5 Fallbeispiele untersucht, die sich über die gesamte Schweiz verteilen und sich hinsichtlich der Angebotsausrichtung, der Initianten/Trägerschaften und der Einbindung der Waldeigentümer/Forstbetriebe unterscheiden. Die Ergebnisse der Angebotsentwicklung und -analyse wurden in Faktenblättern und Geschäftsmodellen festgehalten. Die Geschäftsmodelle wurden unter Einbezug der Grundsätze der Nachhaltigen Entwicklung aufgebaut, sie beziehen den Wald, die Waldleistungen sowie die beteiligten Schlüsselakteure nach Branchen (Wald, Gesundheit, Tourismus) gleichberechtigt mit ein. Um spezifische Gesundheitsangebote angepasst auf den Waldbestand vor Ort zu entwickeln und die Zweckmässigkeit bestehender Angebote prüfen zu können, wurde ein einfaches, praxistaugliches Analysetool entwickelt. Es verbindet die verschiedene Aspekte menschlicher Gesundheit und Wohlbefinden mit dem Wald, spezifischen Waldmerkmalen (Zusammensetzung, Struktur) und der Raumcharakteristik.

Die Multifunktionalität des Waldes wird durch Aufbau und Inwertsetzung gesundheitsfördernder Waldleistungen nicht beeinträchtigt. Grosse Synergien ergeben sich u.a. im Bereich der Biodiversitätsförderung im Wirtschaftswald, da vor allem arten- und strukturreiche Wälder sich in verschiedener Art & Weise positiv auf die menschliche Gesundheit auswirken. Eine entsprechende Waldbewirtschaftung kommt somit einerseits der Arten- und Lebensraumförderung zugute und andererseits auch der Gesundheitsförderung. In sensiblen Naturräumen oder Schutzgebieten bedarf es dagegen besonderer Vorkehrungen (Besucherlenkung/information), damit Störungen bestmöglich vermieden werden können.

Die positiven Gesundheitseffekte des Waldes werden international als Chance für neue Handlungsfelder, Geschäfts- und Finanzierungsmodelle für Waldeigentümer und -bewirtschafter gesehen. Die Idee eines wald- oder naturbasierten Gesundheitstourismus ist zwar nicht gänzlich neu, aber die Implementierung in funktionierende Geschäftsmodelle ist für die Wald- sowie Gesundheitsbranche durchaus ein Novum. Die gegenseitige Kenntnis von Bedürfnissen und Rahmenbedingung (Zuständigkeiten etc.) sowie der gemeinsame Austausch zur Förderung des gegenseitigen Systemverständnisses sind wichtige Pfeiler für das weitere Vorgehen und die gemeinsame Erarbeitung langfristig tragbarer Lösungen. Die Finanzierung bleibt aber herausfordernd und erfordert ein hohes Mass an Überzeugungsarbeit bei und mit unterschiedlichen und potentiellen 'waldfremden' Partnerschaften.

Die Analyse der Fallbeispiele hat gezeigt, dass bis auf wenige Akteure, das Engagement seitens der Waldbranche sich dieses Geschäftsfeld zu erschliessen im Moment eher passiv und zurückhaltend ist. Sehr häufig werden Ideen von Akteuren anderer Branchen initiiert und entwickelt. Wird die aktuelle Chance nicht ergriffen, sich hier auch seitens der Waldbranche von Beginn an proaktiv und kreativ einzubringen und sich als kompetenter und innovativer Partner zu etablieren und Gesundheitsangebote im Wald gemeinsam zu entwickeln, ist die Gefahr gross, dass die Chance sich ein neues Geschäftsfeld zu erschliessen und nach eigenen Bedürfnissen mitzugestalten ungenutzt vorbeizieht. Partnerschaften mit dem Gesundheitsbereich stehen aktuell sehr gut: «Es geht um Kooperation, Kollaboration und Kreativität. [...] Ein stärkeres individuelles wie kollektives „systemisches Immunsystem“ ist auf ein anderes Zusammenspiel der Akteure und Systeme angewiesen.» (Mühlhausen et al. 2020)

Résumé

Introduction

La mondialisation, l'urbanisation, la technologisation et la numérisation contribuent à ce que les gens se trouvent dans un état de forte aliénation par rapport à la nature, à eux-mêmes et à leur propre perception, ce qui entraîne notamment, dans le monde comme en Suisse, des maladies de civilisation liées au stress. Les gens ont un grand besoin d'être en bonne santé, de plus d'authenticité, de détente, de calme et de pleine conscience - des qualités qu'ils trouvent dans la nature et en particulier dans la forêt. La demande de la société en matière d'offres de santé en forêt ne cesse d'augmenter. Non seulement les personnes potentiellement en bonne santé demandent de plus en plus d'entraînements à la décélération et à la pleine conscience en forêt, mais la demande des patients pour des mesures thérapeutiques correspondantes dans la nature et la forêt est également de plus en plus forte.

Au cours des 70 dernières années, la technologie croissante et l'optimisation des processus dans l'économie forestière ont permis d'améliorer considérablement la productivité dans la récolte du bois. La baisse simultanée du prix du bois et l'augmentation des frais de personnel entraînent cependant en Suisse des résultats d'entreprise en moyenne négatifs depuis les années 1990. L'une des principales raisons de l'ensemble des pertes d'exploitation est le surcroît de dépenses et la baisse des recettes en lien avec la gestion forestière spécifique à la détente. La création de nouveaux revenus par la commercialisation de services forestiers non ligneux offre à l'avenir de grandes opportunités, comme le montrent les exemples dans le domaine des 'spiritual forests' (forêts de repos ou cimetières) et de la certification CO₂. La valorisation des services forestiers favorables à la santé par le biais de partenariats intersectoriels solides à long terme pourrait également offrir de bonnes opportunités de valorisation en raison des évolutions sociétales présentées ci-dessus.

Questionnement et méthode

Le projet s'adresse en premier lieu aux différents acteurs du domaine de la forêt qui traitent des services forestiers favorables à la santé ainsi qu'aux acteurs du domaine de la santé et du tourisme qui souhaitent faire avancer le tourisme de santé basé sur la forêt resp. la nature.

Les questions suivantes ont été abordées :

- *Forêts de santé et offres de promotion de la santé en forêt : quel est le rôle de la forêt dans le domaine de la santé ? Quels sont les objectifs et les conditions cadres pour la conception d'offres de santé en forêt ? Quels sont les conflits d'intérêts ou d'objectifs par rapport à d'autres services forestiers et quelles sont les synergies qui peuvent en résulter ?*
- *Gestion forestière pour la promotion des services de santé venant de la forêt : comment analyser concrètement les services de santé de la forêt ? Quelles structures forestières sont importantes et ont un impact sur différents aspects de la santé ?*
- *Nouveaux modèles d'entreprise : Comment lier des modèles d'entreprise d'offres de santé en forêt à des objectifs concrets de promotion de la santé et à des services forestiers ? Quel est le rôle des acteurs de la forêt, de la santé et du tourisme dans ce contexte ?*

Ces questions ont été abordées par l'évaluation des bases déjà existantes, d'une enquête en ligne et d'interviews d'experts semi-directives ; une grille d'analyse pour l'évaluation qualitative des services forestiers favorables à la santé ainsi qu'un canevas de modèle d'entreprise pour des offres de promotion de la santé en forêt ont été élaborés. En collaboration avec les différents cas d'étude, les bases pour la mise en place d'offres de santé en forêt ont été élaborées, des peuplements forestiers et leurs services correspondants ont été analysés, des analyses des parties prenantes ont été menées et des modèles d'entreprise ont été élaborés.

Résultats et conclusions

L'enquête en ligne s'adressait aux professionnels de la forêt, de la santé et du tourisme (taux de réponse 57% avec 74 réponses) et a permis de dresser un tableau intéressant de la situation actuelle et de l'évolution future en Suisse, ainsi que des besoins en matière d'aménagement forestier et d'intégration des acteurs. Les cinq interviews d'experts ont permis de recueillir des connaissances et expériences en Suisse et dans les pays germanophones, favorisant la mise en place professionnelle et prometteuse d'offres de santé en forêt resp. de l'ancrage du thème forêt & santé à différents niveaux.

Au total, cinq études de cas ont été examinées, réparties dans toute la Suisse et se distinguant par l'orientation de l'offre, les initiateurs/trices/organismes responsables et l'implication des propriétaires forestiers/entreprises forestières. Les résultats du développement et de l'analyse de l'offre ont été consignés dans les fiches d'information et modèles d'entreprise. Les modèles d'entreprise ont été élaborés en tenant compte des principes du développement durable, ils intègrent la forêt, les services forestiers ainsi que les acteurs clés impliqués de manière égale selon les secteurs (forêt, santé, tourisme). Un outil d'analyse simple et orienté pratique a été développé afin de pouvoir développer des offres de santé adaptées aux peuplements locaux et d'évaluer la pertinence des offres existantes. Il relie les différents aspects de la santé et du bien-être humains avec la forêt et ses caractéristiques spécifiques (composition, structure) ainsi que les caractéristiques géospatiales du lieu.

La multifonctionnalité de la forêt n'est pas affectée par la mise en place et la valorisation de services forestiers favorables à la santé. Il existe au contraire de grandes synergies, notamment avec le domaine de la promotion de la biodiversité dans les forêts de production, car ce sont avant tout des forêts riches en espèces et en structures qui contribuent, de différentes manières, à un effet positif sur la santé humaine. Une gestion forestière appropriée profite donc d'une part à la promotion des espèces et des habitats et d'autre part à la promotion de la santé. Dans les espaces naturels sensibles ou les zones protégées, il faut en revanche prendre des dispositions particulières (orientation/information des visiteurs) afin d'éviter au mieux les dérangements.

Les effets positifs de la forêt sur la santé sont considérés au niveau international comme une opportunité pour de nouveaux champs d'actions ainsi que de nouveaux modèles entreprises et de financement pour les propriétaires et les gestionnaires de forêts. L'idée d'un tourisme de santé basé sur la forêt ou la nature n'est certes pas complètement nouvelle, mais sa mise en œuvre à travers des modèles d'entreprise fonctionnels est tout à fait inédite pour les secteurs de la forêt et de la santé. La connaissance mutuelle des besoins et des conditions-cadres (compétences, etc.) ainsi que l'échange commun pour favoriser la compréhension mutuelle du système sont des piliers importants pour la suite des opérations et l'élaboration en commun de solutions viables à long terme. Le financement reste toutefois un défi et nécessite un important travail de persuasion auprès et avec des partenariats différents et potentiellement 'étrangers' à la forêt.

L'analyse des études de cas a montré qu'à l'exception de quelques acteurs, l'engagement de la part du secteur forestier à s'ouvrir à ce domaine d'activité est pour l'instant encore très passif et réservé. Très souvent, les idées sont lancées et développées par des acteurs d'autres secteurs. Si le domaine forestier ne saisit pas actuellement la chance qui lui est offerte - de s'impliquer dès le début de manière proactive et créative afin de s'établir comme partenaire compétent et innovant pour le développement en commun d'offres de santé en forêt - le risque est grand de manquer l'opportunité de s'ouvrir à un nouveau champ d'activité et de le façonner selon ses propres besoins. Les chances de nouveaux partenariats avec le secteur de la santé sont actuellement très bonnes : "Il s'agit de coopération, collaboration et créativité. [...] Un "système immunitaire systémique" individuel et collectif plus fort dépend d'une autre interaction entre les acteurs et les systèmes". (Mühlhausen et al. 2020)

1 Kontext

Steigendes Gesundheitsbewusstsein und disziplinenübergreifende Gesundheitsförderung

In der Schweiz leiden 2.2 Mio. Menschen an nicht-übertragbaren Zivilisationserkrankungen, bei denen grossenteils Stressbelastungen eine Rolle spielen (Obsan 2015). Zwischen 2012 – 2017 wurde im Bereich der psychischen Beschwerden eine negative Entwicklung festgestellt mit zunehmenden Depressionssymptomen, häufigeren Suizidgedanken und einer geringeren Kontrollüberzeugung (Schuler 2020). Globalisierung, Urbanisierung, Technologisierung und Digitalisierung tragen dazu bei, dass sich die Menschen in einem starken Entfremdungszustand von der Natur, von sich selbst und ihrer eigenen Wahrnehmung befinden. Dies führt europä- wie weltweit über gesundheitsabträgliche Lebensstile und Verhaltensweisen u.a. zu Stress und Zivilisationserkrankungen (z.B. psychischen Problemen, Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes und Fettleibigkeit, WHO 2016) sowie einem Anstieg der Gesundheitskosten und Abnahme der Arbeitsproduktivität. Die Europäische Umweltagentur (EEA 2017) geht davon aus, dass diese Gesundheitsbelastungen (z.B. der nicht-übertragbaren Krankheiten) in Zukunft weiter steigen werden.

Gleichzeitig bestimmt ein neues Gesundheitsbewusstsein als ein wichtiger Megatrend unser aktuelles und zukünftiges Leben in verschiedenen Lebensbereichen stark mit (Roos 2018) und fördert auch die Gesundheits- und Wellnessindustrien (Bosshard et al. 2018). Das Zukunftsinstitut (2021) schreibt hierzu: «Niemand hatte Gesundheit einen so hohen Stellenwert wie heute. In Zukunft wird sie wesentlich umfassender gedacht - und eröffnet dem Gesundheitsmarkt neue Potenziale. [...] Der Megatrend Gesundheit wandelt sich vom individuellen Gesundheitsmanagement zu einer Rückbesinnung auf den Körper: Gesundheit wird als Gesamtsystem wahrgenommen. Die Suche nach Lebensenergie wird in den kommenden Jahren den Lebensstil der Menschen entscheidend beeinflussen und gesund oder krank neu definieren. [...] Die Öffnung der Wissenschaft über Disziplinengrenzen hinweg fordert das Querdenken und ermöglicht neue Sichtweisen und Behandlungsmethoden.»

Steigende Bedeutung Wald und Natur

Dieser Wertewandel wird untermauert mit aktuellen Analysen, die zeigen, dass z.B. in Deutschland die der Wert 'Gesundheit' seit mehreren Jahren auf Platz der Werteliste rangiert (Wippmann et al. 2018, 2022). Natur als Wert wird auch hier als Quelle für Seelenfrieden und Kraft aufgefasst, wenn auch ihr Wert zwischen 2019 – 2022 stark eingebüsst hat und aufgrund der aktuellen politischen Entwicklungen andere Werte wie Freiheit, Familie und Sicherheit an Bedeutung gewonnen haben.

Das Bedürfnis der Menschen nach mehr Ursprünglichkeit, Entspannung, Ruhe sowie Achtsamkeit ist hoch – Qualitäten, die sie in der Natur und speziell im Wald finden. Für die Schweizer Bevölkerung hat der Wald eine besondere Bedeutung, wie die Ergebnisse der dritten Umfrage des 'Waldmonitoring soziokulturell' (BAFU 2022) darlegen. Nur 4.9% der Befragten gehen nie in den Wald. Der Wald als Rückzugsort wird immer wichtiger und die Menschen suchen das Naturerlebnis, frische Luft und Distanz zum Alltag.

Die COVID-Pandemie hat zudem gezeigt, dass Grünräume vermehrt genutzt wurden und es wird davon ausgegangen, dass den Wäldern vor allem in Krisenzeiten verstärkt eine grössere Bedeutung für die öffentliche Gesundheit und die Gesellschaft insgesamt zukommt.

Steigende Nachfrage und Angebote zur Gesundheitsförderung im Wald

Die positive Rückkoppelung von Naturaufenthalten auf die menschliche Gesundheit ist seit Jahrhunderten bekannt und wird bereits seit dem 17. Jahrhundert verschiedentlich genutzt (z.B. Freiluft-Kliniken, Kneippanlagen u.ä. in Wald- und Naturnähe, Hartig et al. 2011). Doch erst seitdem Japan und Korea die Effekte des Waldes auf die Gesundheit i.e.S. wissenschaftlich untersucht und die Erkenntnisse aktiv in ihr Gesundheitssystem eingebaut und damit populär gemacht haben, erfährt dieser Ansatz weltweit seit circa 10 Jahren einen neuen und bisher in seiner Tiefe und Bedeutung unübertroffenen Auftrieb. Neben Amerika, China, Australien und der UK, haben seit einigen Jahren auch Deutschland, Österreich und Spanien diesen Trend aufgegriffen und teils gesundheits- wie walddpolitisch verankert (Menning et al. 2016, Lackner et al. 2018, Krainer et al. 2019).

Auch in der Schweiz steigt die Nachfrage der Gesellschaft an gesundheitlichen Angeboten im Wald kontinuierlich an. Nicht nur potentiell Gesunde verlangen vermehrt nach z.B. Entschleunigungs- und Achtsamkeitstrainings im Wald, sondern auch der Bedarf bei Patienten an entsprechenden Therapie-massnahmen in der Natur und dem Wald wird zunehmend stärker (mdl. Mitteilung K. Whinyates 2018, Leiterin Naturtherapien, Klinik Schützen). Zeitgleich entstehen zahlreiche Angebote im Wald, die die gesundheitlichen Wirkungen des Waldes nutzbar machen wollen. Die Bandbreite dieser Angebote und Anbietenden ist gross und reicht von einfachen Bildungsangeboten, über Achtsamkeits- und Meditationsworkshops, Yoga- und anderen Bewegungsangeboten, Massagen im Wald (z.B. Fusszonenreflex- oder Entspannungsmassagen) über psycho- und naturtherapeutische Settings bis hin zur Einrichtung von entsprechenden Gesundheitspfaden (eigene Recherche 2020, Gasser et al 2005).

Verändernde Rollen und Aufgaben der Waldakteure

In den vergangenen 70 Jahren hat sich durch die steigende Technologisierung und Prozessoptimierung in der Waldwirtschaft auch die Produktivität in der Holzernte stark verbessern können. Die gleichzeitig sinkenden Holzpreise und steigenden Personalkosten führen in der Schweiz aber seit den 1990-er Jahren im Durchschnitt zu negativen Betriebsergebnissen. So erzielen etwa nur die Hälfte der Forstbetriebe im 'Forstwirtschaftlichen Testbetriebsnetz' (TBN) Gewinne (2016: 43%; 2022: 52%). Aufgrund der steigenden Holzpreise konnte 2022 im schweizerischen Durchschnitt ein fast neutrales Betriebsergebnis erzielt werden. Ein wichtiger Grund für die gesamtbetrieblichen Verluste sind Mehraufwände und Mindererträge im Zusammenhang mit der erholungsspezifischen Waldbewirtschaftung. Dagegen zeigt sich, dass sich mit Dienstleistungen für Dritte positive Ergebnisse erzielen lassen. Die Diversifizierung bietet sich als mögliche Option für Forstbetriebe an, solange ein Markt und die entsprechende Zahlungsbereitschaft vorhanden sind – ein funktionierendes Modell z.B. im Natur- und Umweltbereich. (Bürgi et al. 2018, 2021, 2023)

Die Generierung neuer Einnahmen durch die Vermarktung von Nicht-Holzwaldleistungen bietet hier zukünftig grosse Chancen, wie Beispiele im Bereich der 'spiritual forests' (Ruhe- oder Friedwälder) und der CO₂-Zertifizierung zeigen. Die Inwertsetzung von gesundheitsfördernden Waldleistungen durch langfristig starke, branchenübergreifende Partnerschaften könnte aufgrund der oben dargestellten gesellschaftlichen Entwicklungen ebenfalls gute Chancen für die Inwertsetzung bieten.

2 Ziele, Fragestellung, Methodik, Ergebnisse

2.1 Ziele und Adressaten

Mit dem Projekt wurden folgende Ziele verfolgt:

- Der Dialog unter den beteiligten Handlungsfeldern (Wald, Gesundheit, Tourismus) ist unter dem Einbezug der Vielfalt des Wissens aller Beteiligten gestärkt und die verschiedenen Bedürfnisse der beteiligten Akteure sind bekannt.
- Gesundheitsfördernde Waldleistungen sind konkretisiert und können anhand eines entsprechenden Analyserasters dargestellt und angewandt werden.
- Neue Geschäftsmodelle dienen unter Einbezug der gesundheitsfördernden Waldleistungen verschiedenen Akteuren als Basis für den Aufbau gesundheitsspezifischer Dienstleistungen und ermöglichen ihnen langfristig Wertschöpfung damit zu generieren. Finanzierungsmöglichkeiten sind bekannt.
- Die gesundheitlichen Wirkungen des Waldes, der Einfluss von Waldtypen und -strukturen, die Möglichkeiten eines gesundheitsfördernden Waldmanagements und die entsprechenden Nutzungsmöglichkeiten der verschiedenen Wälder in der Schweiz sind gemäss dem aktuellen Stand des Wissens zielgruppengerecht aufgearbeitet.

Das Projekt richtet sich primär an verschiedene Akteure aus dem Bereich Wald, die sich mit gesundheitsfördernden Waldleistungen befassen sowie an Akteure aus dem Gesundheits- und Tourismusbereich, die den wald- resp. naturbasierten Gesundheitstourismus voranbringen möchten.

2.2 Fragestellung

Im Rahmen des vorliegenden Projektes stehen nachfolgende Forschungsfragen im Zentrum.

Gesundheitswälder und gesundheitsfördernde Angebote im Wald

- Welche Rolle spielt der Wald in den Bereich Gesundheit? Welche Ressourcen lassen sich im und mit dem Wald wie stärken? Welche Zielsetzungen entstehen daraus für die Konzeptionierung von Gesundheitsangeboten im Wald?
- Welche Rahmenbedingungen (Eigentum, Recht, Grundlagen) bestehen und welche Anforderungen ergeben sich – je nach Gesundheitsangebot – an den Wald, dessen Pflege und Bewirtschaftung (Zugang, Infrastrukturen, Waldstrukturen, Zeitpunkt, Dauer und Intensität der Nutzung)? Welche Interessen- oder Zielkonflikte ergeben sich bezüglich anderer Waldleistungen (z.B. Biodiversität, Schutzwald, Holzproduktion), resp. welche Synergien lassen sich ableiten?

Waldmanagement zur Förderung der Gesundheitsleistungen des Waldes

- Wie lassen sich diese Waldleistungen praxistauglich analysieren: Welche Waldleistungen sind relevant und wie lassen sie sich mittels eines einfachen Analyserasters qualitativ bestimmen? Welche Waldstrukturen sind von Bedeutung, wie wirken sich unterschiedliche Waldstrukturen auf die Angebote, resp. auf die psychische und physische Gesundheitsförderung aus?

Neue Geschäftsmodelle

- Welches sind erfolgversprechende Geschäftsmodelle? Welche Rolle haben die Akteure aus dem Bereich Wald, Gesundheit und Tourismus dabei?
- Wie lassen sich Geschäftsmodelle für den Gesundheitswald mit konkreten gesundheitsfördernden Zielen verknüpfen? Welche Anforderungen werden an die Stakeholder gestellt, gerade auch im Hinblick auf zukünftige Aus- und Weiterbildungsangebote?

2.3 Methodik

Folgende Methoden standen im Vordergrund:

- Grundlagenauswertung,
- Onlineumfragen und leifragengestützte Experteninterviews,
- Erarbeitung eines Analyserasters zur qualitativen Beurteilung von gesundheitsfördernden Waldleistungen anhand 1 Fallbeispiels im Waldlabor ZH
- Analyse von 5 Fallbeispielen in den Kantonen VD, BE, GR und AG, welche Gesundheitsangebote im Wald durchführen oder entwickeln möchten:
 - Stakeholderanalyse und -mapping
 - Potentialanalyse gesundheitsfördernder Waldleistungen
 - Diverse Projektbesprechungen und -begehungen
 - Angebotsanalyse resp. -entwicklung mit Erarbeitung von Geschäftsmodellen mittels SBM
- Durchführung und Teilnahme an verschiedenen Tagung zur Vernetzung, Sensibilisierung, Wissensgenerierung und Wissenstransfer
- Berichterstattung

2.4 Ergebnisse

Folgende Ergebnisse stehen mit Projektabschluss zur Verfügung:

- Schlussbericht
- Faktenblätter & Geschäftsmodelle zu den Fallbeispielen
- Toolbox
 - Übersicht gesundheitsfördernder Waldleistungen
 - Analyseraster zur Beurteilung von Wälder hinsichtlich ihrer gesundheitsfördernder Waldleistungen
 - Geschäftsmodellraster für business cases im Bereich Wald und Gesundheit. / Geschäftsmodelle dargestellt als SBM Canvas mit Erläuterungen.
- Kommunikation- und Tagungsbeiträge
 - 2021**
 - Netzwerk Schweizer Pärke: Projektvorstellung an interner Veranstaltung 'Gesundheit & Tourismus'
 - Podcastbeitrag 'Wald tut gut' vom Amt für Wald beider Basel zum ITW 2021
 - 2022**
 - Swiss Public health conference 2022: Teilnahme & Workshop zum Thema, inkl. Projektvorstellung
 - Ausstellung 'Im Wald. Eine Kulturgeschichte' im Landesmuseum Zürich: Führung und Podcast mit Integration des Themas 'Wald und Gesundheit'
 - SZF-Beitrag zu 'Waldbaden und Waldtherapie als innovative Ansätze mit gesundheitsförderndem Potenzial'
 - 2023**
 - Jahrestagung Schweizerischer Forstverein 2023: Workshop und Beitrag in SZF, Schwerpunktnummer zu Freizeit und Erholung im Wald

Die Abschluss-, resp. Transfer-Veranstaltung wird am 21. März 2024 am 'Internationalen Tag des Wald' zusammen mit dem BAFU (Jean-Laurent Pfund) durchgeführt.

3 Wald & Gesundheit in der Schweiz – Online-Umfrage

3.1 Ziele und Adressaten

Im 2021 wurde eine Online-Umfrage in der Schweiz zum Thema 'Gesundheitsangebote im Wald in der Schweiz' durchgeführt. Die Umfrage hatte zum Ziel den aktuellen Stand in der Schweiz abzubilden hinsichtlich der Frage, was für Angebote durchgeführt werden, wie künftige Entwicklungen in dem Bereich eingeschätzt werden und welche die Bedürfnisse sich seitens verschiedener Stakeholder zeigen.

Die Umfrage richtete sich an verschiedene Fachpersonen mit folgendem Hintergrund:

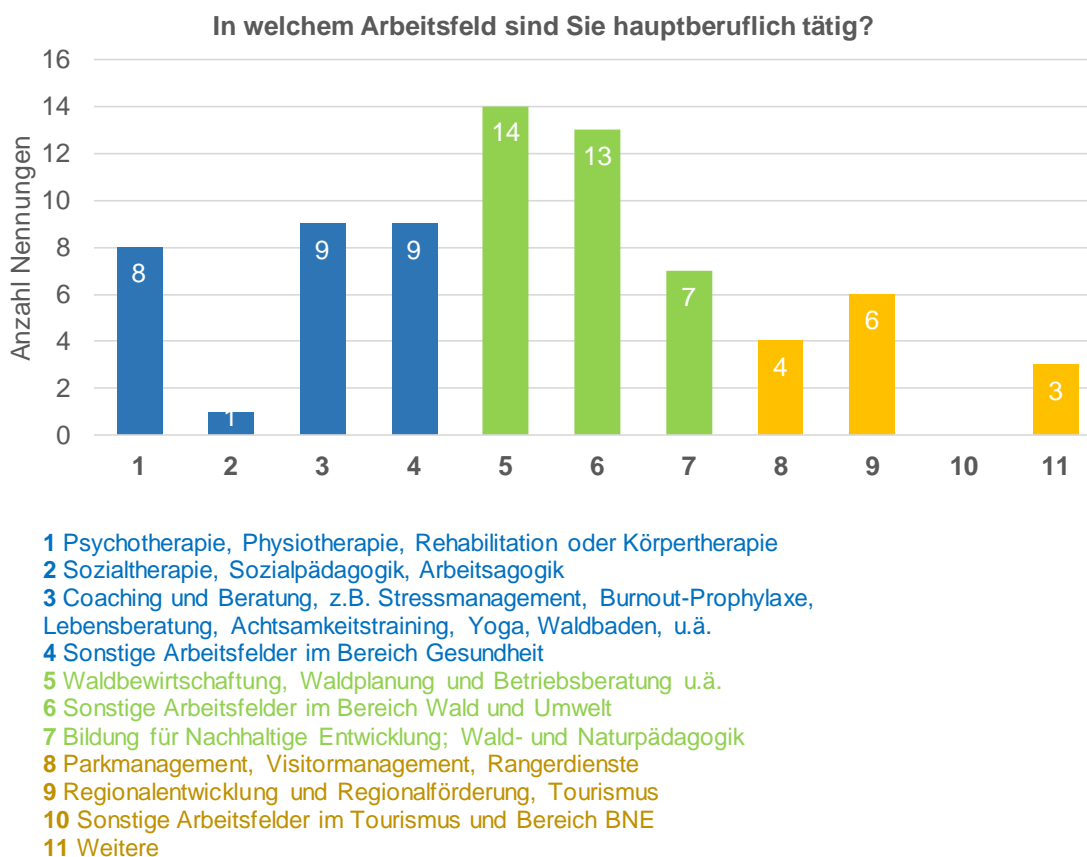
- Wald, Gesundheit und Tourismus
- Forstbetriebe, Verwaltung auf Ebene Bund und Kanton, forstliche Planungsbüros, Vereine & Netzwerke, Kliniken, Praxen, Gesundheitszentren, diverse Anbietende von Gesundheitsdienstleistungen, Kurhäuser & Hotellerie, Schweizer Pärke
- Praxis und Forschung

Angeschrieben wurden insgesamt 130 ausgewählte Personen, die sich bereits mit dem Thema beschäftigten oder grundsätzlich Interesse daran haben.

3.2 Beteiligung und Hintergründe

Die Beteiligung war mit einer Rücklaufquote von 57% (74 ausgefüllte Fragebögen) recht hoch.

Abbildung 1: Beteiligte und ihr fachlicher Hintergrund.

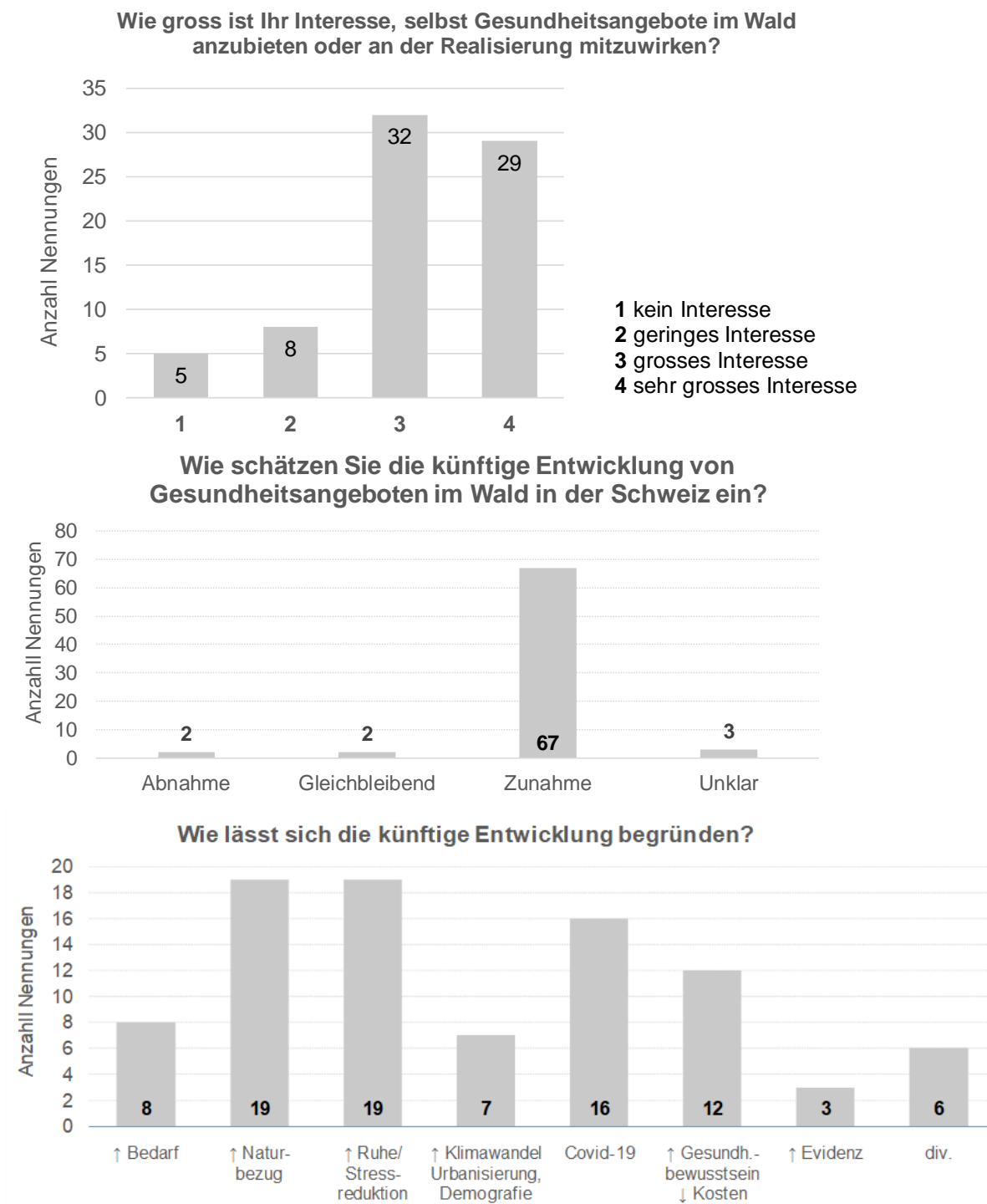


3.3 Ergebnisse

Interesse an und künftige Entwicklung von Gesundheitsangeboten im Wald

Das Interesse der Beteiligten an Gesundheitsangeboten im Wald ist mehrheitlich gross bis sehr gross. Ihrer Einschätzung nach wird sich das Themenfeld zukünftig noch weiterentwickeln und Angebote zunehmen.

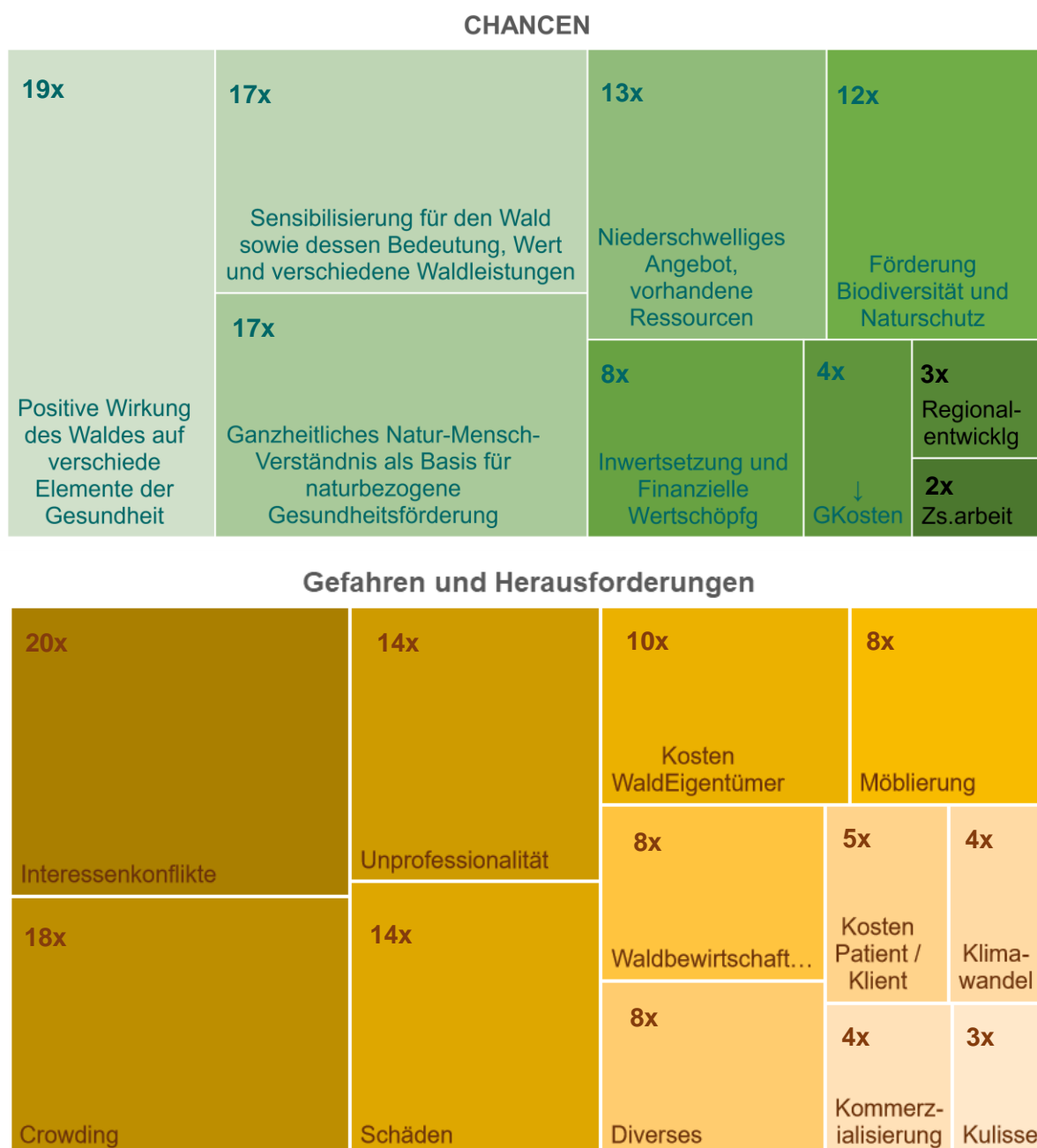
Abbildung 2: Interesse und künftige Entwicklung.



Chancen, Gefahren und Herausforderungen

Grosse Chancen bei der Nutzung des Waldes für die Durchführung von Gesundheitsangeboten werden einerseits vor allem in der positiven Wirkung des Waldes auf die Gesundheit und Integration in die Gesundheitsförderung gesehen und in deren einfachen, niederschweligen Umsetzung. Die Sensibilisierung für den Wald & Waldleistungen sowie Synergien im Bereich Biodiversitätsförderung & Naturschutz werden ebenfalls als Chance genannt, wobei die finanzielle Inwertsetzung der Waldleistung eine eher geringe Bedeutung zu haben scheint (nur 8 Nennungen).

Abbildung 3: Chancen, Gefahren und Herausforderung von Gesundheitsangeboten im Wald mit Anzahl Nennungen.



Die wohl grösste Gefahr geht gemäss den Befragten von der steigenden Anzahl Waldbesuchenden (crowding) aus, die einerseits mit Störungen & Schäden des Lebensraumes Wald in Verbindung gebracht

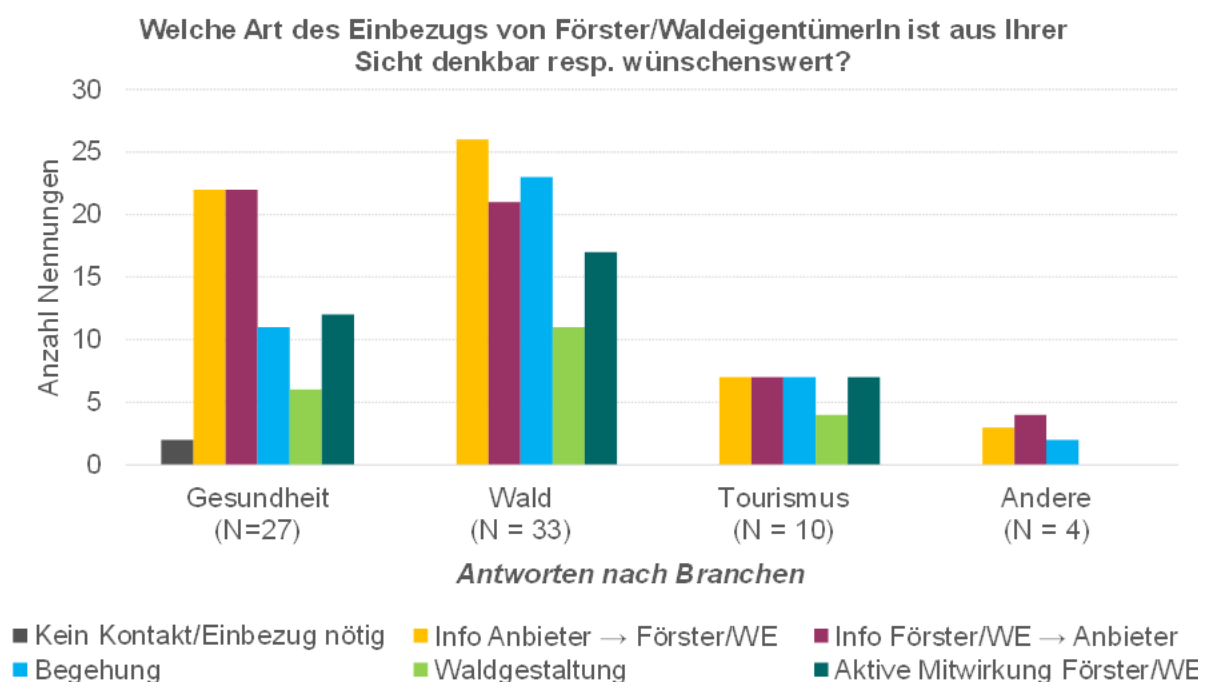
werden (Walderhaltung, Multifunktionalität) sowie auch mit Interessenkonflikten zwischen der verschiedenen Nutzungsarten/Aktivitäten. Die Art der Waldbewirtschaftung wird ebenfalls von einigen als Gefahr wahrgenommen (Art der Holzschläge, Fokus auf Holzproduktion, Profitorientierung), sowie eine Kommerzialisierung der Waldnutzung allgemein – beides weist auf die künftige Bedeutung einer entsprechend guten, resp. weitsichtigen Kommunikation hin.

Auch die Finanzierung der Waldleistung (Kosten seitens Waldeigentümer/Bewirtschafter) einerseits und andererseits der Gesundheitsleistung (Kosten seitens Patient/Klient, Übernahme durch Kassen etc.) sind eine Herausforderung auf beiden Seiten. Letztere geht mit der Gefahr einher, dass mit einer unprofessionellen Durchführung seitens der Anbietenden die Glaubwürdigkeit langfristig nicht sichergestellt werden kann.

Rolle, resp. Einbezug Förster/Waldeigentümer

Dem gegenseitigen Informationsfluss zwischen Förstern/Waldeigentümern und Anbietenden von Gesundheitsaktivitäten im Wald wird aktuell die grösste Bedeutung zugeschrieben. Gemeinsame Begehung vor Ort sowie eine aktive Mitwirkung seitens Förstern/Waldeigentümern sind ebenfalls denkbar, wenn auch deren Bedeutung durch die Gesundheitsbranche als geringer angesehen wird, als durch die Waldbranche selber. Eine spezifische oder gezielte Gestaltung des Waldes für Gesundheitszwecke ist im Moment für alle drei Branchen am wenigsten denkbar.

Abbildung 4: Wünschenswerter Einbezug von Förstern/Waldeigentümern bei Aufbau und Durchführung von gesundheitsfördernden Angeboten im Wald aus Sicht der verschiedenen Branchen.



Ebenfalls abgefragt wurden die Bedürfnisse zur Ausstattung des Waldes. Grundsätzlich präferierten die Befragten möglichst vielfältige Waldbilder mit wenigen, resp. nur den notwendigsten Infrastrukturen. Soll mit Patient:innen in den Wald gegangen werden, ist eine minimale Ausstattung mit Sitzgelegenheiten oder sanitären Einrichtungen wünschenswert. Details hierzu sowie weitere Umfrageergebnisse finden sich im Anhang.

4 Experteninterviews

4.1 Methodik

Rahmen und Interviewpartner

- **Technik:** leitfragengestützte Interviewtechnik. Es wird ein branchen- und zielgruppenspezifischer Fragekatalog erarbeitet.
- **Ort & Dauer:** Die Interviews wurden 2022/23 online durchgeführt mit einer Dauer von ca. 1h
- **Anzahl:** Es wurden 5 Interviews durchgeführt

Institution, Person, Funktion	Bereich
Abteilung Wald des Kantons Aargau, Marcel Muri, Leiter Sektion Walderhaltung	Wald
Internat.Zertifizierungsstelle 'Heil- /Kurwälder'/ BioCon Valley, Dr. Anne Rabes Projektleiterin	Wald
EMR Erfahrungsmedizinische Register, Francoise Lebet, Geschäftsleiterin; Christoph Nyfeler	Gesundheit
Koordinationsstelle Gesundheitstourismus Graubünden, Katja Walser, Luca Norato, Leitung	Gesundheit & Tourismus
WALDNESS®, Andreas Pangerl, Geschäftsführer	Tourismus

Übergeordnete Fragestellungen

In den Expert:innen Interviews sollen folgende *übergeordnete Fragen* beantwortet werden können:

- Wie lassen sich 'Gesundheitsangebote im Wald, resp. Gesundheitswälder' zukunftsfähig aufbauen?
- Welche Rahmenbedingungen müssen bei Planung, Aufbau & Umsetzung eingehalten oder berücksichtigt werden?
- Wie lassen sich 'Gesundheitsangebote im Wald' mit Partnerschaften nachhaltig aufgleisen, und z.B. auch eine finanzielle Wertschöpfung erzielen?

4.1 Zusammenarbeit Abteilung Wald und Sektion Gesundheitsförderung & Prävention, AG

Hintergrund: Die Abteilung Wald und die Sektion Gesundheitsförderung und Prävention des Kantons Aargau setzen sich gemeinsam dafür ein, dass Menschen achtsam mit sich und dem Wald umgehen. 2022 wurde das Thema Wald & Gesundheit aufgegriffen und gemeinsam beworben. Vor dem Hintergrund des steigenden Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung einerseits sowie dem Anstieg von Angebot & Nachfrage im Bereich der Gesundheitsförderung im Wald andererseits, hat sich die Abteilung Wald auch damit beschäftigt, wer im Bereich der Volksgesundheit eigentlich für dieses Themenfeld zuständig ist. Die Bedeutung der 'Erholungsfunktion' steigt in AG seit Jahren kontinuierlich an (u.a. auch aufgrund des Bevölkerungswachstums).

Die Erholungs-Waldfunktion ist im Bundeswaldgesetz von 1991 verankert und wurde bei der kantonalen Waldgesetzes-Revision Ende der 1990er Jahre im Kanton AG im Art. 1c 'Zweck' wie folgt präzisiert: Das Waldgesetz hat zum Ziel: *'die Nutzung des Waldes als Erholungsraum so zu ordnen, dass die Ruhe im Wald gewahrt bleibt und die anderen Waldfunktionen möglichst wenig beeinträchtigt'*. Die Erweiterung um die 'Bewahrung der Ruhe' ist schweizweit einzigartig. Vor dem Hintergrund des Vollzugs des gesetzlichen Auftrages ist die Abteilung Wald bestrebt Änderungen in den aktuellen Rahmenbedingungen (z.B. Klimawandel) sowie bei den Bedürfnissen der Bevölkerung (Gesundheit) aufzugreifen und diese in ihre Vollzugsaufgaben einfließen zu lassen.

Herausforderungen: Auf gesetzlicher Ebene sind das freie Betretungsrecht (ZGB, Art. 699), resp. die Zugänglichkeit des Waldes (WaG von Bund und Kantonen) klar geregelt. Spielraum besteht bei der Nutzung des Wald & seiner Produkte, welche über einen 'ortsüblichen Umfang' hinausgehen und der Abgrenzung zur kommerziellen Nutzung selbiger. Eine Verschärfung des kantonalen Waldgesetzes, wie sie derzeit im Kanton Zürich in Diskussion ist, ist im Kanton AG derzeit kein Thema. Da der Vollzug (Kontrolle & Konsequenzen von Verboten) in der Praxis meist schwierig ist, stellt sich eher die Frage, was am wirkungsvollsten ist und wodurch sich etwas bewegen und verändern lässt.

Auch die Abgrenzung konkreter Aktivitäten, resp. kantonalen Aufgaben im Bereich Freizeit und Erholung und die jeweiligen Zuständigkeiten ist nicht einfach. Im engeren Sinne besteht kein gesetzlicher Auftrag im Bereich Wald für das Thema 'Volks Gesundheit' – im Gegensatz zur 'stillen Erholung' (Ruhe im Wald). Im Bereich Bewegung, Sport und Ernährung gibt es verschiedene Gesundheitsprogramme, welche vornehmlich auf die Altersklasse der Kinder/Jugend sowie auf die ältere Generation 60+ fokussiert (BAG, BFS). Im Bereich der 'psychischen Gesundheit' besteht ein kantonaler Auftrag, der sich nicht auf spezifische Altersklassen beschränkt.

Die Abteilung Wald hat dies als Aufhänger genommen, um an den 'psychischen Gesundheitstagen AG' auch den Wald zu positionieren und für einen rücksichtsvollen Umgang zu sensibilisieren und eine entsprechende Zusammenarbeit lanciert.

Vorgehen: Ziel der Abteilung Wald ist es, das Thema Wald und Gesundheit gemeinsam, interdisziplinär anzugehen und in einem ersten Schritt für das Thema branchenübergreifend zu sensibilisieren. Es geht darum, Menschen und Entscheidungsträger zu überzeugen, motivieren und einzubinden. Ist das Thema Gesundheit in seiner Verknüpfung mit dem Wald dann auch auf der politischen Agenda angekommen, liessen sich darauf aufbauend in Zukunft auch konkrete Projekte umsetzen und finanzieren. Im Zuge der «Psychischen Gesundheitstage AG» wurden durch die Abteilung Wald verschiedene Aktivitäten organisiert: (a) In Zusammenarbeit mit der Fachstelle für Sexuelle Gesundheit wurde im 'Mägenwiler Wäldli', der auch als 'Schwulenwäldli' bekannt ist, ein gemeinsamer Waldspaziergang lanciert und (b) zusammen mit der Sektion Gesundheitsförderung und Prävention des Kantons Aargau rund um das 100-jährige Jubiläum von WaldAargau die Kampagne 'Mein Waldschatz' lanciert. Zudem fanden verschiedene Exkursionen zusammen mit unterschiedlichen Fachstellen statt.

4.2 Zertifizierung 'Heil- und Kurwälder'

Hintergrund: Seit ein paar Jahren gibt es zwei international anerkannte Zertifikate für den Heil- als auch für den Kurwald, welche mit einheitlichen Standards für die Bereiche Wald und Gesundheit entwickelt wurden. Mecklenburg-Vorpommern war damals das erste Bundesland in Deutschland, welches das Zertifikat einerseits mitentwickelt hat und andererseits diese Kategorien ins Landeswaldgesetz geschrieben hat. Hier wird neu unterschieden zwischen Erholungswäldern, Kurwäldern und Heilwäldern.

Anforderungen:

- Allgemein:
 - Mindestgrösse Waldgebiet 10ha
 - Waldgutachten
- Differenzierung zum Therapiewald:
 - Unmittelbare Lage zu Kliniken, Heilbädern u.ä.
 - Vorlage eines medizinisch-therapeutischen Nutzungskonzeptes zwingend

- Qualitätssicherung der Durchführenden: therapeutische Angebote müssen von ausgebildeten Gesundheitsfachkräften (Physiotherapeuten u.ä., Ärzte) durchgeführt werden, die im besten Fall auch eine Waldtherapieausbildung haben

Weiterführendes: Das Zertifikat hat mittlerweile einen hohen Wiedererkennungswert und wird bereits in mehreren Ländern angewandt: Deutschland, Österreich, Spanien, Portugal u.a. Es eignet sich besonders für die Etablierung einer Region im Bereich Gesundheitstourismus. In Kooperation mit lokalen Akteuren (Gemeinde, Forstleute, Kliniken u.ä. Tourismus) wird der gesamte Prozess aufgegleist und das Zertifikat etabliert. Die Kosten belaufen sich auf ca. 10'000 Euro.

Andere Labels: In Deutschland entwickeln auch einzelnen Bundesländern ihr eigenes Label (z.B. Bayern). Auch der PEFC bietet mittlerweile ein Label an (Prozess und Anforderungen sind unklar).

4.3 EMR & Krankenversicherer – Anerkennung als Therapieform?

Bedeutung von Wald in Therapie und Prävention: Der Integration des Waldes in therapeutische und präventive Settings wird vom Erfahrungsmedizinischen Register als sehr wichtig eingestuft und ihm ein grosses Potenzial für die Gesundheit beigemessen. Der Wald wird als nachweisbar gesundheitsfördernd und gesundheitserhaltend und insbesondere als bedeutungsvoll in der Prävention angesehen.

Voraussetzung für eine Anerkennung: Für die Anerkennung wird grundsätzlich mehr Aufklärung, Transparenz und Information benötigt, als zum jetzigen Zeitpunkt vorhanden sind. Hierfür braucht es die Bündelung & Bereitstellung des Wissens im ganzen Bildungssystem einerseits sowie eine Professionalisierung entlang der gesamten Kette andererseits. Folgende Rahmenbedingungen werden benötigt:

- Professionsstandards, i.S. eines Berufsbildes, das mit einer Berufsidetität verbunden ist, dh. ein interprofessionelles Setting, in dem Berufsbildung und Berufsausübung gemeinsam verankert sind.
- Methoden- und Ausbildungsstandards mit entsprechenden Reglementierungen (Berufsausübung) sowie Integration verschiedener Disziplinen, z.B. Bewegung, Bildung, Rehabilitation
- gesellschaftliche Anerkennung, d. h. Aufklärung über die Erfahrungen mit der Waldtherapie
- Angaben zu Indikationen, resp. Anwendungsgebieten, welche auf Krankheitsbilder bezogen sind
- genügend grosse Abdeckung bei den Krankenversicherern in der Schweiz und Abrechnungen mit den Versicherern

Der Patientenschutz ist das höchste Gut, dh. zuoberst steht die Einhaltung des Berufskodex. Berufsfachleute müssen regelmässig Fort- und Weiterbildungen besuchen.

Das EMR informiert über neue Methoden, z. B. im Rahmen von Versicherertagungen, Symposien und an Foren der Gesundheitsförderung. Die Environmental, Social & Governance-Nachhaltigkeitsstrategien sollten nicht außer Acht gelassen werden.

4.4 Koordinationsstelle Gesundheitstourismus Graubünden

Hintergrund: Beim Kanton Graubünden wurde für 4 Jahre der Gesundheitstourismus als Schwerpunkt definiert. Als Folge daraus entstand 2019/ 2020 die Koordinationsstelle Gesundheitstourismus Graubünden. Die Stelle beschäftigt sich mit 3 Aufgaben, zum einen die Vernetzung innerhalb und ausserhalb des Kantons, die Entwicklung und Wissensvermittlung sowie die Vermarktung. Es gibt bereits viele gesundheitstouristische Angebote in Graubünden, nur sind diese oft nicht so einfach auffindbar und nirgends auf einer Website gebündelt. Die Koordinationsstelle ist mit der Regionalentwicklung Regiosuisse in Graubünden vernetzt und steht auch mit Health Tourism in Kontakt.

Naturbasierter Gesundheitstourismus: Die Koordinationsstelle möchte den naturbasierten Gesundheitstourismus fördern und Projekte im Themenbereich Waldbaden/Waldtherapie operativ zum Laufen zu bringen. Graubünden verfügt aufgrund seiner vielfältigen und ursprünglichen Naturlandschaft über ein ausserordentlich hohes Potenzial, vorhandene natürliche Ressourcen gesundheitstouristisch zu nutzen. Waldbaden in Graubünden wird als Nischenprodukt im Ökotourismus angesehen.

Anwendung: Waldbaden ist in einigen Regionen im Bündnerland ein Thema. Es sind insbesondere touristische Institutionen, die das Waldbaden anbieten. Zielpublikum sind in- und ausländische Feriengäste, weniger die Einheimischen. Angesprochen fühlen sich von solchen Angeboten vor allem Mehrtagesgäste oder Kurgäste. Wirkungen werden im Retreats gesehen, sozusagen als Rückzugsmöglichkeit, eventuell sogar im Spirituellen.

Die Stakeholder sind zum einen die TherapeutInnen, die die Angebote durchführen und zum anderen die Tourismusorganisationen und Hoteliers in der Region, die Gemeinden sowie die Waldbesitzer. Zukünftige Partner könnten Hotels, Krankenversicherungen oder Forschungsinstitutionen sein. Krankenkassen sind ein wichtiger Faktor in der Entwicklung, da sie gewisse Hebeleffekte hervorbringen können. Im Val Müstair gab es bereits ein Projekt einer Fachhochschule, das sich mit Natur und Gesundheit auseinandergesetzt hat.

4.5 Markenetablierung WALDNESS® 'Erholen und Krafttanken im und mit dem Wald'

Hintergrund: Andreas Pangerl, Geschäftsführer von Waldness®, hat 2017 beim europäischen Förderprogramm LEADER gemeinsam mit dem Tourismusverband Traunsee Almtal ein Projekt eingereicht, um im Almtal verschiedene Erlebnisäste rund ums 'Waldbaden' zu entwickeln. Das Almtal ist das Kompetenzzentrum für das Thema Wald in Österreich. Fokus war insbesondere ein Angebot basierend auf Qualitätssicherung und Marketing.

Angebotsentwicklung: Die Angebote werden als Premium-Produkte im Naturtourismus das ganze Jahr über vermarktet und von Hotellerie/Beherbergern/Destinationen angeboten. Ergänzt wird dieses Produkt durch die Kulinarik mit Spitzenköchen. Das Angebot soll langfristig räumlich (Südburgenland) sowie inhaltlich (Bereich Gesundheit, z. B. Thermalhotels, Verbindung mit Moorlandschaften) weiterentwickelt und damit auf eine breitere Basis gestellt werden.

Inhaltlich orientieren sich die mit der Marke verbundenen Angebote derzeit stark an der Waldpädagogik. Vorbild ist der Waldness-Coach, für dessen Aufgaben sich besonders Berufs-Wiedereinsteiger:innen eignen, z. B. aus den Bereichen Kräuterpädagogik, Waldpädagogik, WYDA mit einer naturbezogenen Didaktikausbildung. Die Anbietenden arbeiten auf Vertragsbasis, nicht in Anstellung. Achtsamkeit ist ein wichtiges Thema in der Waldness®. Als Rahmenprogramm werden des weiteren Jodeln, Kneippen, Märchenerzählungen, Yoga etc. angeboten u. a.

Projektpartner sind die Beherberger oder die Destinationen. Beteiligt sind momentan ein Seminar- und Eventhotel, Kurhäuser, Pensionen und die Häuser der Marienschwestern. ausgedehnt werden, wie Eine Zusammenarbeit wird mit den österreichischen Gesundheitskassen angestrebt; im Bereich Sozialversicherungen werden geringere Chancen gesehen.

Marketing: Die Angebote werden als Premium-Produkte im Naturtourismus das ganze Jahr über vermarktet. Philosophie von WALDNESS® ist, dass die Idee & Angebote von allen Beherbergern etc. nicht nur als Marketinggag betrachtet, sondern auch gelebt werden und damit Authentizität versprühen. Die

grösste Wirkung wird dem Wald im Bereich Burnout zugesprochen, wobei Angebote laut Pangerl unter diesem Namen im Tourismus nicht verkäuflich sind.

Herausforderungen: Eine grosse Hürde in der Entwicklung waren die Waldgrundbesitzer. Eine gute Kommunikation und Einbindung sind das A und O. Der Einbezug von Forst- und die Jagdakteuren ist beim Aufbau zentral. Strategisch wertvoll ist, eine Testphase einzubauen

5 Toolbox

5.1 Die Wirkung des Waldes auf die menschliche Gesundheit

Der positive Einfluss des Waldes auf die menschliche Gesundheit ist seit längerem bekannt (Gasser et al. 2005, Karjalainen et al. 2010, Nilsson et al. 2011, Sandifere et al. 2011) und wird auf verschiedenen Ebenen untersucht:

- mit epidemiologischen Studien im Bereich public health, die ausgewählte Gesundheitsparameter analysieren in Abhängigkeit z.B. zur Distanz zwischen Wald/Grünenräumen und Wohn- oder Arbeitsräumen oder den Wald- resp. Grünflächenanteilen in Städten oder Wohngebieten etc.
- direkte Auswirkungen von Waldaufenthalten auf die menschliche Gesundheit, die ausgewählte Gesundheitsparameter analysieren meist in Bezug zu vergleichbaren Aufenthalten in urbanen Räumen.

Somit existieren viele Evidenzen, wenn auch vornehmlich für den asiatischen und angloamerikanischen Natur- und Kulturräum (Hansen et al. 2017, Ideno et al. 2017, Park et al. 2010). Der Wald wirkt sich nachgewiesenermassen z.B. positiv aus auf:

- das vegetative Nervensystem und Herzkreislaufsystem (Rajoo et al. 2020, Hansen et al. 2017, Mao et al. 2017),
- die mentale Gesundheit und Wohlbefinden (Antonelli et al. 2021, Kotera et al. 2020, Grilli et al. 2020)
- Depressions- und Angstzustände (Siah et al. 2023, Lee et al. 2017, Poulsen et al. 2016) sowie
- das Immunsystem mit anti-entzündlichen, anti-allergischen, anti-asthmatischen Effekten oder einer gesteigerten NK (natural killer) Zellaktivität (Andersen et al. 2023, Li et al. 2010, Li et al. 2006)

Demnach gehen Waldaufenthalte mit einem gesteigertem Erholungsempfinden und einer empfundenen, wie messbaren Stressreduktion einher, was eine grosse Bedeutung für viele Stressfolgeerkrankungen hat (nicht übertragbaren Krankheiten (NCD)). Der aktuelle 'Global Assessment Report' (Konijnendijk et al. 2023) der International Union of Forest Research Organisations fast literaturbasiert die Wirkungen von Wäldern/Grünräumen entlang der gesamten Lebensspanne wie folgt zusammen:

Tabelle 1: Evidenzen für die Gesundheitswirkungen von Wäldern, Bäumen und anderen Grünräumen für unterschiedliche Krankheitsbilder (nach Konijnendijk et al. 2023)

Lifespan	Health Outcomes	Strength of evidence
Perinatal period	Pregnancy complication	+/0
	Birth weight	+
	Pre-term birth	+/0
Childhood and adolescence	Neurodevelopment and mental health	++
	Cardiometabolic development	+/0
	Respiratory/allergic outcomes	+/-
	Infectious diseases	++/-
	Malnutrition	++/-
Adulthood	<i>Mental health</i>	
	Mental wellbeing and quality of life	++
	Mental disorder	+/0
	Spirituell wellbeing	++
	<i>Physical health</i>	
	Infectious diseases	+/-
	Cardiometabolic health	++
	Respiratory/allergic outcomes	+/-
	Cancers	+/-
Elderly	Cognitive decline and dementia	++
	Physical functioning and frailty	+/0
	Mental health and wellbeing	++
	Longevity and mortality	++

Legende: Sign indicates type of association: + beneficial association, 0 no association, - detrimental (harmful) association. Number of same signs indicates strength of evidence for a particular type of association.

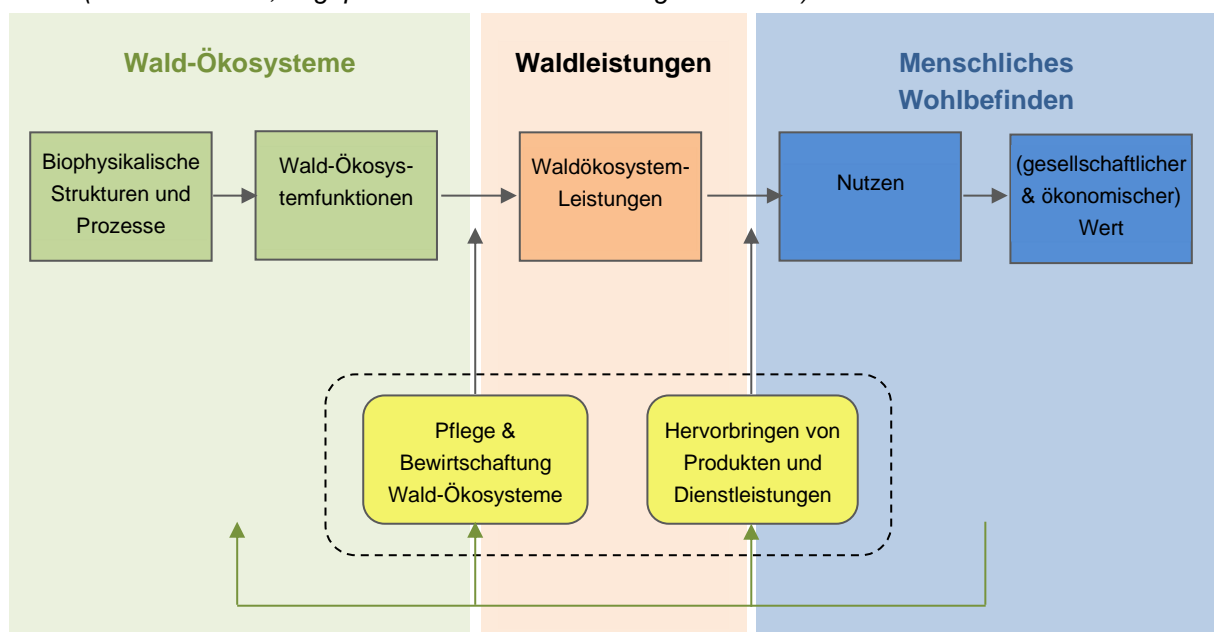
Diese Effekte lassen sich verstärkt in präventiven und therapeutischen Massnahmen zunutze machen und werden auch durch den Gesundheitssektor immer stärker er- und anerkannt. Der Wald als Therapeutikum wird international bereits erfolgreich in Prävention und Therapie von nicht übertragbaren Krankheiten (NCD) genutzt (Li 2018, Poulsen et al. 2016, Swinburn et al. 1997), resp. ist im Aufbau (Cervinka et al. 2014, Schmechel 2013, Schuh et al. 2013).

Beim Aufenthalt im Wald werden zwangsläufig auch Anreize zu körperlicher Betätigung geschaffen. Grundsätzlich wirkt sich Bewegung positiv auf verschiedene chronischen Krankheiten aus, z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs, Bluthochdruck, Fettleibigkeit, Depression und Osteoporose (Warburton et al. 2006). Bewegungsangebote im Wald unterstützen die gesundheitlichen Wirkungen des Waldes und führen zu einem zusätzlichen Nutzen (Thompson Coon et al. 2011).

5.2 Gesundheitsfördernde Waldeleistungen

In der Wissenschaft sind seit der Jahrtausendwende die Ökosystemleistungen das Leitparadigma für eine nachhaltige Nutzung von Ökosystemen (MEA 2005, TEEB 2010). Ökosystemleistungen bezeichnen *Leistungen und Güter von Ökosystemen, die dem Menschen einen direkten oder indirekten wirtschaftlichen, materiellen, gesundheitlichen oder psychischen Nutzen bringen (Naturkapital Deutschland - TEEB DE 2015)*. Sie umschreiben den Zusammenhang zwischen den biosphysischen Prozessen und Strukturen von Ökosystemen und deren Leistungen für die Gesellschaft. Die umgangssprachlich weit verbreiteten Waldfunktionen lassen sich mit dem Konzept der Ökosystemleistungen präzisieren und damit in ihrer ganzen Bandbreite aufzeigen. Mit Hilfe der Ökosystemleistungskaskade (Potschin-Young and Haines-Young et al. 2017, sowie Spangenberg et al. 2014) lässt sich eine Brücke zwischen den Leistungen der Ökosysteme und den Benefits/ Nutzen für die Menschen schlagen und darstellen, siehe nachfolgende Abbildung:

Abbildung 5: Zusammenhang zwischen Wald, Ökosystemleistungen und dem menschlichen Wohlbefinden (Pan Bern 2020, angepasst nach Potschin-Young et al. 2017)



Waldeleistungen, die im Zusammenhang mit der menschlichen Gesundheit stehen, sind vielfältig und werden vor allem im Zusammenhang mit den biophysikalischen Dimensionen der Ökosystemleistung

betrachtet, spricht mit den Regulierungsleistung des Ökosystems Wald (Temperatur, Luftqualität, Geräusche, Gerüche etc.) betrachtet. Im BAFU-Merkblatt (2022) zu Waldfunktionen und Waldleistungen wurde die Wohlfahrtsfunktion im Bereich Erholung um die Gesundheit ergänzt, was eine bessere Aufschlüsselung von gesundheitsfördernden Waldleistungen ermöglicht. In der nachfolgenden Tabelle ist der Bezug zu den gesundheitsfördernden Waldleistungen, so wie sie hier verstanden und analysiert wurden, dargestellt.

Tabelle 2: Gesundheitsfördernde Waldleistungen (Auszug aus BAFU 2022 mit eigener Präzisierung)

Wald-funktionen	Waldleistungen	Gesundheitsfördernde Waldleistung
Nutzfunktion	Produktion von stofflicher Biomasse (Stamm-, Industrieholz) Produktion von energetischer Biomasse (Energieholz) Produktion von Nicht-Holz-Waldprodukten	
Schutzfunktion	Schutz von Menschen und erheblichen Sachwerten vor gravitativen Naturgefahren (Steinschlag, Lawinen, Rutschungen, Erosion, und Hochwasser)	
Wohlfahrtsfunktion (Erholung und Gesundheit)	Raum für Erholung, Entspannung sowie Stimulierung und Wahrnehmung der Sinne Raum für Sport und Abenteuer	<ul style="list-style-type: none"> ● i.S. von achtsamkeitsbasierten Ansätzen zur Stressreduktion etc. ⊙ i.S. der allgemeinen Bewegungsförderung und Stimulierung des Muskel- und Koordinationsapparates, z.B. bei physiotherapeutischen Ansätzen
	Raum und Inspiration für Kultur, Kunst; kulturelles Erbe (z.B. Denkmal, seltene Waldbewirtschaftungsformen)	<ul style="list-style-type: none"> ● i.S. biografischer & eigen-schöpferischer (forest/land art) Auseinandersetzung mit sich und der Welt zur Förderung der mentalen/psychischen Gesundheit
	Raum und Inspiration für Spiritualität, Religion; Ort für Waldbestattungen	<ul style="list-style-type: none"> ● i.S. Transzendenz & Ganzheitserfahrung zur Förderung der seelischen/psychischen Gesundheit
	Regulierung von Klima und Mikroklima; Absorption von Luftschadstoffen (z.B. Staub); Sauerstoffproduktion Prägung des Landschaftsbildes und ästhetische Erfahrungen Trinkwasserbereitstellung, Wasserfiltrierung Reduktion von Belastungen (z.B. Lärm)	<ul style="list-style-type: none"> ● i.S. Förderung, resp. Verbesserung physiologischer Prozesse ● i.S. Dämpfung störender Einflüsse
Wohlfahrtsfunktion Lebensraum für Tiere und Pflanzen	Bereitstellen von Naturwerten und Habitatleistungen Lebensraum für die einheimische Artenvielfalt als Basis für die Schädlingsregulierung und zur Bestäubung Aufrechterhalten von Nährstoffkreisläufen; Regulierung von Lebenszyklen	
Wohlfahrtsfunktion übrige Aufgaben	Hydrologische Regulierung, Wasserspeicherung und -rückhalt Kohlenstoffsequestrierung und -speicherung im Wald sowie Kohlenstoffspeicherung im Holz Bereitstellen von genetischen Ressourcen (z.B. Samenproduktion, forstliches Vermehrungsgut) Bodenbildung und Bodenstabilisierung Bereitstellen von Mineralstoffen und anderen abiotischen Produkten Biologische Sanierung durch Mikroorganismen; physikalischer Abbau von Schadstoffen Gegenstand für Bildung und Forschung sowie für Citizen Science; Erfahrungsraum der Umweltbildung	

Legende: ● direkter, resp. ⊙ Indirekter Bezug zu gesundheitsfördernden Waldleistungen.

Gemäss der WHO-Definition (WHO, 1986) ist Gesundheit mehr als die Abwesenheit von Krankheit. Gesundheit wird als Zustand des vollkommenen physischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens definiert. Die WHO-Definition aus den 1980er Jahren wird heute oft kritisiert, da Gesundheit aktuell mehr als ein Prozess, als ein Zustand angesehen wird, der unter 'geistigen' Wohlbefinden auch seelisch/mentale Aspekte versteht. Gesundheit umfasst damit die gesundheitsbezogene Prävention, Therapie sowie Rehabilitation und Kuration auf allen Seins-Ebenen. Entsprechend breit sind auch die Arten der Nutzung des Waldes, die in der Gesundheitsförderung eine Rolle spielen (Gasser et al 2005). Forest Europe (2019) unterscheidet folgende vier Arten, wobei wie oben dargelegt, sich das Projekt lediglich auf 'Gesundheit im engeren Sinn' bezieht:

Gesundheit im engeren Sinn

- Wälder für die Prävention und Gesundheitsförderung
(z.B.: Waldbaden, Shinrin-Yoku, Waldachtsamkeitstraining, Waldwellness mit Anti-Stress Programmen, Seelenpfaden u.ä.)
- Wälder für Therapie, Rehabilitation und Kuration
(z.B. Waldtherapie, durch therapeutische Interventionen im Wald, wie Biografiearbeit, kunst-, poesie- und bewegungstherapeutische Methoden und Techniken u.ä.)

Gesundheit im weiteren Sinn (Wohlbefinden)

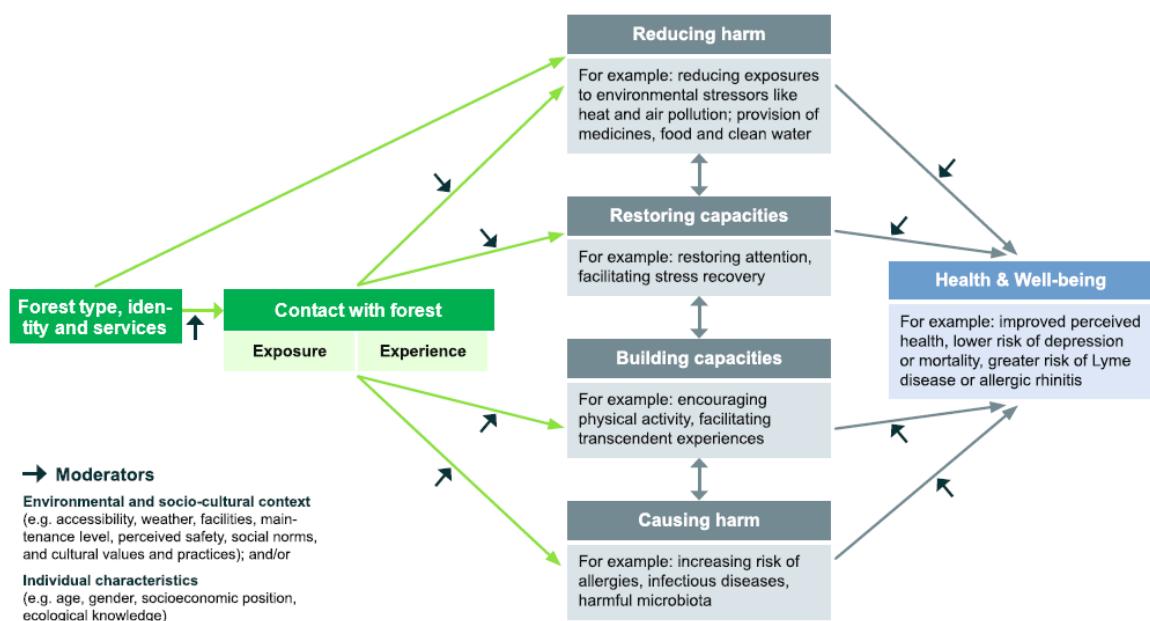
- Wälder für Bildung und Pädagogik mit indirekten Gesundheitsbenefits
(z.B. Waldpädagogik, Waldkindergarten, Waldschulen etc.)
- Wälder für Freizeit, Erholung und Tourismus
(z.B. thematische Exkursionen, Aussichtsplattformen, Feuerstellen, Seilpärke, OL u.ä.)

5.3 Ein Analyseraster zur Beurteilung der gesundheitsbezogenen Waldleistungen

Es gibt sehr wenige bis keine konkreten Studien, über den Zusammenhang zwischen den positiven Gesundheitswirkungen des Waldes und der Zusammensetzung oder Charakteristik des Waldes. Es ist aber wichtig das Potential konkreter und verschiedener Waldgebiete beurteilen zu können, um spezifische Gesundheitsangebote angepasst auf den Waldbestand vor Ort entwickeln und die Zweckmässigkeit bestehender Angebote prüfen zu können. Hierzu wurde ein einfaches, praxistaugliches Analysetool entwickelt, welches sich an bisherigen wissenschaftlichen Erkenntnissen und Erfahrungen aus verschiedenen Fachbereichen orientiert und diese auf den Wald anwendet.

Als Grundlage für die Methodenentwicklung diente das von Marselle et al. 2021 entwickelte Modell, welches die Wirkzusammenhänge und -wege zwischen Biodiversität und menschlicher Gesundheit und Wohlbefinden aufzeigt und von uns an den Wald angepasst wurde (siehe nachfolgende Abb.).

Abbildung 6: Wirkzusammenhänge zwischen Gesundheit und Wald (angepasst nach Marselle et al. 2021).



Nach diesem Modell lassen sich in 4 verschiedenen Kategorien unterschiedliche Gesundheitsaspekte betrachten und wie nachfolgend dargestellt mit dem Wald, den Waldmerkmalen und der Raumcharakteristik in Verbindung bringen:

Tabelle 3: Übersicht zum Analyseraster zur Beurteilung des Waldes und seiner Merkmalsausprägung auf verschiedene Gesundheitsaspekte (eigene Herleitung).

Kategorien	Aspekte der Gesundheitsförderung	Waldmerkmale & Ausprägung	Wirkung	Literatur
Restoring capacity Erholungsfähigkeit	Stress recovery Stresserholungsfähigkeit	1 Mischungsart/form, 2 BA-Vielfalt, 3 Farben- und 4 Formenvielfalt → Mischwald besser → je vielfältiger, desto besser	Stimulierung Parasympatikus / parasympatische Entspannung, beruhigende & positive Effekte auf kardiovaskuläre Aktivität, Emotionen	Bachinger et al. 2019 (unveröff), Kardan et al. 2015, Marselle et al. 2021, Methorst et al. 2021
	Attention restoration Aufmerksamkeitsfähigkeit	1 Strukturierung Waldbestand, 2 Relief und 3 Wegeverlauf → je vielfältiger desto besser für 'fascination' 4 Raum Akustik → je mehr Naturgeräusche desto besser für Gefühl von 'being away' 5 Orientierung im Raum → 'extent' besser je besser Orientier.	von 'directed attention' (welche mental fatigue auslöst) zur effortless attention (welche zu attention restoration führt) → mental fatigue sinkt, Konzentrationsfähigkeit steigt (Basis Stress Reduction Theory mit Analogien zu 'being away' etc)	Buxton et al. 2021, Kaplan & Kaplan 1989; Kaplan 1995; Kaplan and Berman 2017, Marselle et al. 2021, Meyer-Grandbastien et al 2020, Stobbe et al 2022
	Physiological improvements Verbesserte Physiologie	1 Deckungsgrad Baumbestand, 2 Mischungsart, 3 Waldstruktur → Nadelholz besser als Laubholz → je dichter der Wald, desto besseres Mikroklima	Immunstimulierung & positiver Einfluss auf kardiovaskuläres System/Atmung	Bachinger et al. 2019 (unveröff), Gillerot et al. 2022, Grilli & Sacchelli 2020
	Feeling safe Sicherheitsgefühl	1 Orientierung und 2 Lesbarkeit des Raumes → je übersichtlicher, desto besser	Übersichtlichkeit und Orientierung im Raum stärken persönlichen Komfort.	Dosen & Ostwald, 2016
Building capacity Kompetenzentwicklung	Physical fitness/activity Körperliche Fitness/Aktivierung	1 Steigung und 2 Untergrund von Wegen, 3 Vorhandensein von Sport/Spielinfrastrukturen → je höher Anreize, desto besser	Stimulierung Bewegungs- und Muskelapparat, Förderung Gleichgewichtssinn und körperl. Koordinationsfähigkeit	Warburton et al. 2006, Thompson Coon et al. 2011
	Transcendent experiences Transzendenzenerfahrung, Eins sein mit der sich & der Natur	1 Alt- und 2 Totholzholz, 3 besondere Baum- und Wuchsformen → je mehr und spezieller, desto besser	Förderung 'sense of being' & Eingebettet sein in grosses Ganzes; Analogien, Bilder, Methaphern ermöglichen Auseinandersetzung mit dem Ich, Wald, Sein, Kreislauf etc.	Rathmann et al. 2020, Eigene Entwicklung
	Social interaction Soz. Interaktionsmöglichkeit	1 Erholungsinfrastrukturen für gemeinsame Interaktionen [Bänke, Grill/Feuerplätze, Hütte, Brunnen etc] → je vielfältiger, desto besser	ermöglicht Kontakt- und Begegnungsfähigkeit, gemeinsames Erleben, Austausch, Aktivitäten; der Mensch als soziales Wesen wird angesprochen	--
Reducing harm Reduzierung von negativen Einflüssen, Schäden, Verminderung von Störungen	Climatic condition Mikroklimaverhältnisse, Exposition in günstigen MK-Verhältnissen	1 Deckungsgrad Waldbestand, 2 Mischungsart, 3 Vorhandensein Wasser → Nadelholz > Laubolz; je dichter, desto besser, Wasserelemente pos.	Reduktion von Hitzwellen, resp. Hitzestress (via Blattfläche, Schatten, Evapotranspiration, Erhöhung Luftfeuchte)	Gillerot et al. 2022
	Noise condition Geräuschkulisse, Exposition zu einer natürlichen Geräuschkulisse	1 Raum Akustik → je mehr Naturgeräusche desto besser	Als Kontrast zu naturferner Geräuschkulisse mit positiver Wirkung auf verschiedene Gesundheitsaspekte (physiologisch, mental)	Buxton et al. 2021, Marselle et al. 2021, Stobbe et al 2022, Annerstedt et al. 2013
	Odor condition Geruchskulisse, Exposition zu einer natürlichen Geruchskulisse	1 Olfaktorische Wirkung → je weniger 'Fremdgerüche' (Abwesenheit von Anlage etc), resp. mehr waldtypische Geruchswahrnehmung, desto besser		Li et al. 2008
Causing harm Schaden zufügen, verursachen	Schäden durch z.B. Infektionskrankheiten (Zecken), Allergische Reaktionen (Pollen), etc. wurden nicht in die Analyse einbezogen			

Legende: Pro gesundheitsförderndem Aspekt wurden mehrere Wald- und Raummerkmale definiert und mit Skalenwerten von 1-4 beurteilt. Anschliessend wurden die Skalenwerte der verschiedenen Merkmale pro gesundheitsförderndem Aspekt gemittelt.

Beurteilung und Visualisierung

Pro gesundheitsförderndem Aspekt wurden mehrere Wald- und Raummerkmale definiert und separat anhand einer Skala von 1 bis 4 beurteilt, gewichtet und anschliessend ein Mittelwert pro Aspekt gebildet. Die Visualisierung erfolgt für alle betrachteten Gesundheitsaspekte in einem Spider-Diagramm, wobei jeder Aspekt auf einer Achse abgebildet wird (siehe nachfolgend):

Abbildung 7: Einfluss des Waldes auf die verschiedenen Gesundheitsaspekte (Skalenwert 1 eher tief bis 4 sehr hoch, dh. der Wald hat sehr positive gesundheitsfördernde Auswirkungen auf den entsprechenden Aspekt). Die rote Linie markiert einen Durchschnittswert von 2.5 – Werte darüber kennzeichnen ein gute – sehr gute Merkmalsausprägung des Wald für den Gesundheitsaspekt pro Achse.

Kategorie	Achsen/Gesundheitsaspekte
Erholungsfähigkeit Restoring capacity	Stresserholungsfähigkeit
	Aufmerksamkeitsfähigkeit
	Verbesserte Physiologie
	Sicherheitsgefühl
Kompetenzentwicklung Building capacity	Körperl. Fitness/Aktivierung
	Transzendenzfahrung
	Soz. Interaktionsmöglichkeit
Verminderg. Störung Reducing harm	Mikroklima
	Natürl. Geräuschkulisse
	Natürl. Geruchsstimulierung



Gedanken zur Methode

Ziel der Methodenentwicklung war es, ein Tool zu entwickeln, welches a) den Wald resp. unterschiedliche Waldtypen in Verbindung mit ihrem Gesundheitspotential bringt und b) praxisnah anwendbar ist.

Es gibt aber dato sehr wenige publizierte Studien zu diesen Fragestellungen, die meisten beziehen sich auf einzelne gesundheitsfördernde Aspekte. Caillard et al. 2020 haben verschiedene Konzepte aus Präferenztheorien und -studien vereint und basierend auf Präferenzen für Waldumgebungen eine Methode entwickelt, die diese in Zusammenhang mit der mentalen Dimension von Entspannung bringt und für 4 Empfindungen beschrieben: Flucht, Erstaunen, Vielfalt und Sicherheit.

Die vorliegende Methode wurde aufgrund bestehender wissenschaftlicher Erkenntnisse und Praxiserfahrungen für verschiedene Gesundheitsaspekte entwickelt. Aufgrund der geringen Datenlage wurde teilweise mit Analogieschlüssen gearbeitet. Nach unserem Wissen steht somit erstmals eine solche Methode zur Verfügung, die es nun gilt zu testen, weiterzuentwickeln und künftige Studienergebnisse fortlaufend zu integrieren, z.B. folgendes (nicht abschliessend):

- Die 4. Kategorie 'causing harm' gemäss Marselle et al. (2021) wurde in der vorliegenden Methodenentwicklung nicht einbezogen, da es uns vordergründig um gesundheitsfördernde Aspekte ging. Selbstverständlich sollte dieser Aspekt zukünftig ebenfalls in die Betrachtung einbezogen werden. Vor allem Allergene (Pollen) scheinen hier relevant.
- Korrelationen zwischen verschiedenen Waldmerkmalen und Gesundheitsaspekten sind möglich, wurden aber nicht beachtet. Im Moment kann so jede Achse, resp. jeder Gesundheitsaspekt separat für sich betrachtet werden. Diese Korrelationen und Abhängigkeiten können bei einer Methodenweiterentwicklung mehr Beachtung finden.
- Die gesundheitsfördernden Wirkungen des Waldes hängen zusätzlich auch von der Aufenthaltsdauer und –frequenz ab (Bratmann et al. 2019).

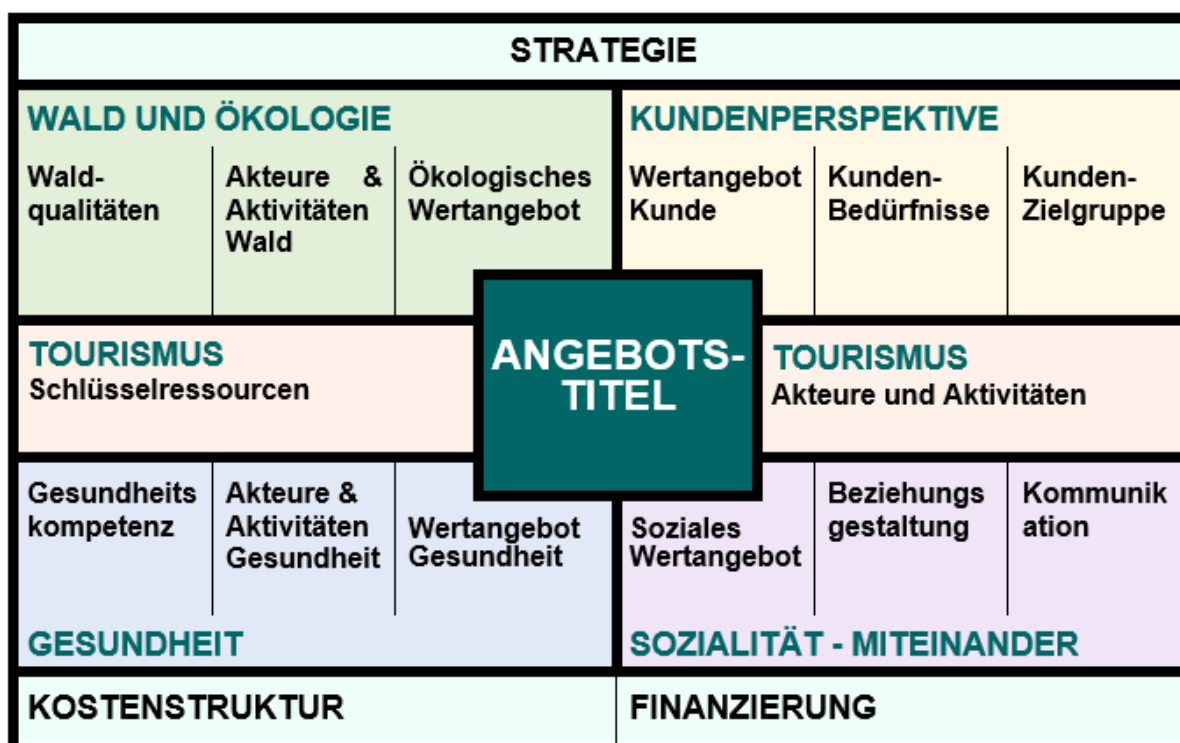
5.4 Geschäftsmodelle für gesundheitsfördernde Angebote im Wald

Unter einem Geschäftsmodell (englisch Business Model) wird nachfolgend eine modellhafte Repräsentation der logischen Zusammenhänge, wie eine Organisation bzw. Unternehmen Mehrwert für Kunden erzeugt und einen Ertrag (materiell, immateriell) für die Organisation sichern kann, verstanden. «Ein Geschäftsmodell beschreibt das Grundprinzip, nach dem eine Organisation Wert schafft, vermittelt und erfasst» (Osterwalder & Pigneur 2011). Konkret geht es im Projekt um das Zusammenspiel von Wald-, Gesundheits- und Tourismusakteuren, welche im Verbund oder einzeln einen Mehrwert für Waldbesuchende und Anbietende schaffen.

Als Basis für die Entwicklung der Geschäftsmodelle dient das 'Sustainable Business Model' SBM (SBM Academy 2020). Es ist ein Instrument zur Darstellung von Geschäftsmodellen unter Einbezug der Grundsätze der Nachhaltigen Entwicklung, welches es auch erlaubt Waldleistungen sowie die beteiligten Schlüsselakteure nach Branchen in dem Modell abzubilden. Für gesundheitsfördernde Angebote (sog. business cases) im Wald wurde dieses Modell weiterentwickelt (siehe nachfolgende Abb.). Es bezieht den Wald sowie die verschiedenen Perspektiven der beteiligten Branchen gleichberechtigt mit ein:

- Wald
- Gesundheit
- Tourismus

Abbildung 8: Das 'Sustainable Business Modell' für gesundheitsfördernde Angebote im Wald (eigene Entwicklung und Darstellung).



Die einzelnen Bausteine des Geschäftsmodells sind im Anhang mit Schlüsselfragen detaillierter beschrieben (siehe Anhang). Ebenfalls im Anhang finden sich die ausgearbeiteten Geschäftsmodell der 5 untersuchten Fallbeispiele.

Einbezug der Waldakteure in gesundheitsfördernde Angebote im Wald

Für die Planung und Durchführung von gesundheitsfördernden Angeboten im Wald lassen sich idealtypisch sechs Typen des Einbezugs, resp. der Mitwirkung und Gestaltung durch für Waldeigentümer/Forstbetriebe unterscheiden (vgl. dazu Stöger et al. 2019, Wehrli 2019):

Tabelle 4: Die sechs Typen, wie WE/Forstbetriebe bei gesundheitsfördernden Angebot im Wald einbezogen werden, resp. mitwirken können.

Modell	Beschrieb
Information	Information von WE/Forstbetrieb durch Drittanbieter
Nutzungsvereinbarung mit Drittanbietern	Nutzungsvereinbarung mit Betreibenden von Angeboten
Waldpflege	Dienstleistungen im Bereich der Wald-Ökosystempflege
Therapieplätze und Infrastrukturen	Zur Verfügung stellen von spezifischen Therapieplätzen oder Infrastrukturen für Gesundheitsangebote
Eigene Angebote	Eigene Angebote für Waldbesuchende im Bereich Wald und Gesundheit durchführen
Gesundheitswälder	Gesundheitswälder konzipieren mit den entsprechenden Massnahmen in der Planung, Gestaltung und Betrieb

Finanzierungsmechanismen

Die im Projekt untersuchten Fallbeispiele sind idealtypische Beispiele für PES (Payment for Ecosystem Services). Mit PES ist eine «contractual transaction between a buyer and a seller for an ecosystem service, or a land use/management practice likely to secure that service» gemeint (vgl. dazu Pan, 2020). PES umfasst damit eine ganze Reihe von Arrangements, durch welche die Nutzniessenden von Leistungen – auf freiwilliger Basis - die Erbringenden dieser Leistungen entschädigen. PES-Ansätze sind somit stärker marktorientierte Instrumente und keine rein behördlichen Interventionen. Oft handelt es sich um Misch-Ansätze. PES kommt zustande durch das zweckmässige Zusammenspiel von Behörden, Begünstigten und Anbietenden von Ökosystemleistungen. Es gibt eine Vielzahl möglicher Arrangements zu den verschiedensten Leistungspaketen in unterschiedlichster Konstellation. In der Literatur werden vier Arten finanzieller Arrangements unterschieden:

- Finanzierung mittels öffentlicher Mittel (unterschiedliche Ebenen),
- private Arrangements,
- gemischte Arrangements (PPP Private-Public-Partnerships) und
- rein marktbasierende Instrumente.

5.5 Fallbeispiele

Übersicht

Insgesamt wurden 6 Fallbeispiele untersucht, die sich über die gesamte Schweiz verteilen (siehe nachfolgende Abbildung).

Abbildung 9: Die räumliche Verteilung der Fallbeispiele in der Schweiz.



Die Fallbeispiele unterscheiden sich hinsichtlich der Angebotsausrichtung, der Initianten/Trägerschaften und der Einbindung der Waldeigentümer/Forstbetriebe (siehe nachfolgende Tabelle):

Übersicht über die Themen und Hintergründe der Fallbeispiele.

Gesundheitsangebot im Wald	Initiator/Betreiber	Kt	Region	Stand	Einbindung WE/Forstbetrieb
1 Usziit – Eine grüne Waldbadi für gestresste Seelen	Forstbetrieb Crestault	GR	ZAL	●	Therapieplatz/Infrastrukturen im Wald, Gesundheitswald
2 Zurzacher Wald als Therapie-raum	Zurzach Care – Rehaklinik	AG	ML	●/⊙	Information WE/Forstbetrieb durch Drittanbieter
3 Souffler un peu après une journée de travail	Parc naturel periurbain du Jorat	VD	ML	⊙	Information WE/Forstbetrieb durch Drittanbieter
4 Kraftvolle Ahorn-Alpweiden - Eigene Ressourcen stärken zur Förderung von Resilienz & mentaler Gesundheit	RNP Diemtigtal	BE	VA	⊙	Information WE/Forstbetrieb durch Drittanbieter; ev. Nutzungsvereinbarungen
5 ISpace – Holzige Rückzugsräume für Kontemplation, Meditation, Reflexion	Parco Val Calanca	GR	SAL	●/⊙	Information WE/Forstbetrieb durch Drittanbieter, Waldpflege, Unterhalt Infrastrukturen

Das nachfolgende Fallbeispiel diente der Methodenentwicklung; die Ausarbeitung eines Geschäftsmodells resp. die Entwicklung eines Angebotes stand nicht im Vordergrund.

6 Gesundheitspfad Höggerberg 'Die Heilkraft des Waldes'	Waldlabor Zürich	ZH	ML	●/⊙	---
---	------------------	----	----	-----	-----

Legende: Stand: ⊙ in Planung, ● in Umsetzung, Region: ML Mittelland, VA Voralpen, ZAL Zentralalpen, SAL Südalen

Das Thema «Gesundheit und Tourismus» ist auch bei den Schweizer Parks ein wichtiges Thema. Parks von nationaler Bedeutung helfen, natürliche Lebensräume und Landschaften von besonderer

Schönheit zu erhalten und aufzuwerten. Gleichzeitig begünstigen die Pärke die nachhaltige wirtschaftliche Entwicklung ihrer Regionen und vermitteln Erlebnisse und Bildung in der Natur. Dazu gehören auch Angebote im Gesundheitsbereich. Im Zeitraum 2020 bis 2023 erarbeiteten die Schweizer Pärke Modelllösungen für Nachhaltigkeit entlang der touristischen Wertschöpfungskette. Drei der analysierten Fallbeispiele wurden in Schweizer Pärken und in Zusammenarbeit mit dem jeweiligen Park sowie dem Netzwerk Schweizer Pärke durchgeführt.

Das Fallbeispiel im Waldlabor Zürich diente der Methodenentwicklung (Analyse Waldleistung). Ein Prototyp für einen waldtherapeutischen Pfad ist bereits eingerichtet und die Übungen können via QR-Code heruntergeladen werden. Anhand der Analyseergebnisse wird der Pfad, resp. die Übungsanlage an die spezifischen Waldstrukturen ausgerichtet und entsprechend lokalisiert. Ein Update des Pfades folgt online auf der App des Waldlabors.

Faktenblätter und Geschäftsmodelle

Zu jedem der 5 Fallbeispiele sind die Ergebnisse der Angebotsentwicklung und -analyse in Faktenblätter und Geschäftsmodelle festgehalten. Sie finden sich im Anhang.

6 Fazit und Schlussfolgerungen

Gesundheitsfördernde Waldleistung: Zielkonflikte oder Synergien mit Waldbewirtschaftung?

Die Multifunktionalität des Waldes wird durch Aufbau und Inwertsetzung gesundheitsfördernder Waldleistungen nicht beeinträchtigt. Herausforderungen ergeben sich vor allem in der räumlichen und zeitlichen Planung der Angebote und erfordern eine gute Abstimmung mit forstlichen oder jagdlichen Aktivitäten sowie die Beachtung von Schutzgebieten und ihren Regelungen.

Grosse Synergien ergeben sich im Bereich der Biodiversitätsförderung im Wirtschaftswald, da vor allem arten- und strukturreiche Wälder sich in verschiedener Art & Weise positiv auf die menschliche Gesundheit auswirken. Eine entsprechende Waldbewirtschaftung kommt somit einerseits der Arten- und Lebensraumförderung zugute und andererseits auch der Gesundheitsförderung. In sensiblen Naturräumen oder Schutzgebieten bedarf es dagegen besonderer Vorkehrungen (Besucherlenkung/information), damit Störungen bestmöglich vermieden werden können. Die Gestaltung gesundheitsfördernder Wälder und Waldbilder weist ebenfalls Überschneidungen zu Erholungswäldern auf.

Die Nutzung des Waldes für die Gesundheitsförderung führt zwar zu neuen Nutzergruppen und Aktivitäten im Wald und damit unweigerlich auch zu mehr Besucherströmen. Jedoch unterscheiden sich Art und Auswirkungen auf den Wald stark von vielen anderen Aktivitäten im Bereich Freizeit und Erholung: Basis aller hier thematisierten Aktivitäten im Bereich Gesundheit ist die sog. 'komplexe Achtsamkeit', die nicht nur eine Sorgfalt sich selbst gegenüber beinhaltet (Wahrnehmung innerer und äusserer Gegebenheiten) sondern vielmehr auch die Sorgfalt gegenüber der Natur. Werden gesundheitsfördernde Angebote im Wald professionell und qualitativ hochwertig angeboten und durchgeführt, findet einerseits eine Sensibilisierung bei den Teilnehmenden für den Wald, seine Eigentümer und Bewirtschaftung und andererseits auch für das eigenen Verhalten im Wald statt.

Zielkonflikte mit anderen Erholungssuchenden können sich insofern ergeben, als dass sich verschiedene Nutzungsarten gegenseitig negativ beeinflussen – so brauchen vor allem gesundheitsfördernde Aktivitäten ein gewisses Mass an Ungestörtheit, Ruhe und im besten Fall eigene, optisch abgrenzbare Rückzugsräume.

Gesundheit als Chance für die Waldbranche

Die positiven Gesundheitseffekte des Waldes werden international als Chance für neue Handlungsfelder, Geschäfts- und Finanzierungsmodelle für Waldeigentümer und -bewirtschafter gesehen. Forest Europe (2019) bezeichnet diese aktuellen und künftigen Entwicklungen als 'highly topical issues' und hat einen umfassenden Bericht 'Human health and sustainable forest management' mit einer Analyse und Empfehlungen zu diesem Thema herausgegeben. Die Autoren empfehlen die Weiterentwicklung und Implementierung der Gesundheitsaspekte in die Waldpolitik, Waldplanung und die nachhaltige Waldbewirtschaftung. Genau hier setzt das vorliegende Projekt an, indem es auf dem bestehenden Wissen und internationalen Erfahrungen und Beispielen aufbaut und den Transfer in der Schweiz unterstützt und konkretisiert.

Ebenso fordert der 'European hub for research and innovation in the forest-based bioeconomy' in seiner 'Vision 2040' für den «European Forest-based sector» mit dem dritten Ziel eine erhöhte Wertschöpfung durch Nichtholz-Ökosystemleistungen (FTP 2018): «In 2040, we have successful new business models based on forest ecosystem services. They are often based on cross-sectoral cooperation with other sectors such as food, water and tourism. The added value from new markets for non-wood forest goods (mushrooms, berries, clean water) and services (recreation, tourism, climate change mitigation) has

increased tenfold.“ Gefordert werden also neue Geschäftsmodelle in Kooperation mit anderen Sektoren, welche eine Verzehnfachung der Wertschöpfung gegenüber heute erbringen sollen.

Gesundheits- und Waldbranche: beide stehen vor Herausforderungen

Die Idee eines wald- oder naturbasierten Gesundheitstourismus ist zwar nicht gänzlich neu, aber die Implementierung in funktionierende Geschäftsmodelle ist für die Wald- sowie Gesundheitsbranche durchaus ein Novum. Für unser Gesundheitssystem, das einerseits auf der Abrechnung von Leistungen via der Krankenkassen mittels anerkannter Therapiemethoden (EMR) funktioniert, ist die Waldtherapie momentan kein eigenständiger Abrechnungstatbestand. Andererseits liegen viele Wälder nicht unmittelbar vor der Haustür der Kliniken, was zeitlichen und organisatorischen Zusatzaufwand bedingt, den nicht jede Institution per se leisten kann. Hinzu kommt, dass das Gesundheitswesen sich ebenfalls vermehrt betriebswirtschaftlich orientieren muss und nicht abrechenbare Zusatzkosten scheut – und das obwohl Waldsettings in Prävention und Therapie von Patient:innen/Klient:innen nachgefragt werden.

Die Forstbetriebe, Revierförster oder Waldeigentümer ihrerseits sind stark gefordert sich neue Geschäftsbereiche innerhalb ihre täglichen Herausforderungen zu erschliessen und sich in fachfremde Themenbereiche einzuarbeiten. Eine defizitäre Waldbewirtschaftung lässt hierfür nicht viel Spielraum und ist darauf angewiesen, dass ihre Leistungen auch finanziell inwertgesetzt werden können. Häufig fehlen nicht nur die Zeit, sondern auch die Kompetenzen im Bereich Vermarktung und Kommunikation.

Die gegenseitige Kenntnis von Bedürfnissen und Rahmenbedingung (Zuständigkeiten etc.) sowie der gemeinsame Austausch zur Förderung des gegenseitigen Systemverständnisses sind wichtige Pfeiler für das weitere Vorgehen und die gemeinsame Erarbeitung langfristig tragbarer Lösungen – nicht nur auf Ebene der Forstbetriebe, sondern auch auf Ebene Kanton und Bund.

Rolle und Kompetenzentwicklung der Waldakteure

Die Analyse der Fallbeispiele hat gezeigt, dass bis auf wenige Akteure, das Engagement seitens der Waldbranche im Moment noch sehr passiv und zurückhaltend ist, sich dieses Geschäftsfeld zu erschliessen. Sehr häufig werden Ideen von Akteuren anderer Branchen initiiert und entwickelt – die Nachfrage scheint ungebrochen hoch. Wird die aktuelle Chance nicht ergriffen, sich hier auch seitens der Waldbranche von Beginn an proaktiv und kreativ einzubringen und sich als kompetenter und innovativer Partner zu etablieren und das Feld gemeinsam zu entwickeln, ist die Gefahr gross, dass die Chance sich ein neues Geschäftsfeld zu erschliessen und nach eigenen Bedürfnissen mitzugestalten ungenutzt vorbeizieht.

Die Chancen für neue Partnerschaften mit dem Gesundheitsbereich stehen aktuell sehr gut, wie eine Analyse der Gesundheitswelt 2049 (Mühlhausen et al. 2020) zeigt: «Es geht um Kooperation, Kollaboration und Kreativität. [...] Ein stärkeres individuelles wie kollektives „systemisches Immunsystem“ ist auf ein anderes Zusammenspiel der Akteure und Systeme angewiesen.»

Die Kompetenzentwicklung im Bereich Vermarktung und Kommunikation werden hier zukünftig eine grosse Rolle spielen und sollten vermehrt in Aus- und Weiterbildung angegangen werden.

Der Wald als frei zugänglicher und kostenfrei nutzbarer Raum

Der freie Zugang zum Wald ist nicht nur im ZGB und Waldgesetz verankert, er ist auch ein in uns tief sitzendes ‘Gewohnheitsrecht’. Mit den sich ändernden Rahmenbedingungen (erhöhter Nutzungsdruck, Durchführung kommerzieller Angebote im Wald, die über den ‘ortsüblichen Umfang’ der Nutzung von Wald & Waldprodukten hinausgehen), steigt auch die Diskussion um deren künftige Handhabung mit.

Im Kanton Zürich wird derzeit z.B. über eine Anpassung des Waldgesetzes gesprochen, die auch eine wiederholte Durchführung von Kleinveranstaltungen bewilligungspflichtig werden lässt, wenn dadurch eine offensichtliche Beeinträchtigung des Wald vorliegt.

Geschäftsmodelle und Finanzierung

Die Geschäftsmodelle für gesundheitsfördernde Angebote im Wald (business case) stellen eine wichtige Grundlage für die Angebotsentwicklung dar. Die Finanzierung von solchen waldbasierten Geschäftsideen bleibt aber herausfordernd und erfordert ein hohes Mass an Überzeugungsarbeit bei und mit unterschiedlichen und potentiellen 'waldfremden' Partnerschaften.

Verdankung

Die Durchführung des Projektes war nur möglich durch die Unterstützung und Beteiligung verschiedener Akteure mit finanziellen, personellen und ideellen Ressourcen. Wir bedanken uns recht herzlich bei folgenden Akteuren:

- Wald- und Holzforschungsförderung Schweiz
- Netzwerk Schweizer Pärke
- Projektpartner:innen und Akteure in den Fallbeispielen
- Begleitgruppe bestehend aus Vertreter:innen vom BAFU, BAG, ErfahrungsMedizinisches Register EMR, Netzwerk psychische Gesundheit Schweiz, SNE Stiftung für Naturheilkunde und Erfahrungsmedizin der EGK-Gesundheitskasse, Stadtforstamt Baden

Literaturverzeichnis

- Andersen L, Corazon SSS, Stigsdottir UKK (2021): Nature Exposure and Its Effects on Immune System Functioning: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*.;18(4):1416. doi: 10.3390/ijerph18041416.
- Annerstedt, M., Jönsson, P., Wallergård, M., Johansson, G., Karlson, B., Grahn, P., Hansen, Å. M., & Währborg, P. (2013). Inducing physiological stress recovery with sounds of nature in a virtual reality forest—Results from a pilot study. *Physiology & Behavior*, 118, 240–250. doi: 10.1016/j.physbeh.2013.05.023
- BAFU (Hrsg.) (2022): Die Schweizer Bevölkerung und der Wald. Ergebnisse der dritten Bevölkerungsumfrage Waldmonitoring soziokulturell (WaMos 3). Bundesamt für Umwelt, Bern.
- BAFU (Hrsg.) (2022b): Waldfunktionen und Waldleistungen. Merkblatt.
- BAFU (2013b): Waldpolitik 2020. 68 S.
- BAFU (2014): Handbuch für die Errichtung und den Betrieb von Parks von nationaler Bedeutung. 176 S.
- BAFU (2018): Strategie Freizeit und Erholung im Wald. 28 S.
- BAG, GDK (Hrsg.) (2016): Nationale Strategie Prävention nichtübertragbarer Krankheiten (NCD-Strategie): 2017–2024. Bern.
- BAG (2019): Die gesundheitspolitische Strategie des Bundesrates 2020-2030. 34 S.
- Bosshart, D., Frick, K., Egli, A., Gürtler, D., Samochowiec, J., Schäfer, C., Breit, S. (2018): Wellness 2030 - Die neuen Techniken des Glücks. Gottlieb Duttweiler Institut, Rüschlikon, Zürich. GDI Studie Nr. 45.
- Bratmann G.N. et al (2019) : Nature and mental health: An ecosystem service perspective. *Science Advances* 5 (7).
- Bundesrat (2017a): Tourismusstrategie des Bundes. 80 S.
- Bundesrat (2017b): Die neue Regionalpolitik des Bundes. Regionen fördern, Schweiz stärken. 24 S.
- Bürgi P., Thomas M., Pauli B., Auer N., (2018): Forstwirtschaftliches Testbetriebsnetz der Schweiz: Ergebnisse der Jahre 2014–2016 Neuchâtel: Bundesamt für Statistik (BFS). 48 p.
- Bürgi, P, Pauli, B. (2021): Praxisbeispiele innovativer und erfolgreicher Forstbetriebe. In: *Wald und Holz*, 2/21: S. 30 – 32.
- Bürgi P., Müller A., Pauli B., Burri R. (2023): Bessere Ergebnisse dank steigender Holzpreise in der Schweiz. *AFZ der Wald* 23.
- Caillard, I., Rosset, C. (2020): Evaluer l'effet de massifs forestiers sur la détente des visiteurs. *Schweizerische Zeitschrift für Forstwesen* 171/4: 212-220.
- Cervinka, E., Höltege, J., Pirgie, L. et al. (2014) : Zur Gesundheitswirkung von Waldlandschaften. BFW. Berichte 147.
- Derks et al. 2020: COVID-19-induced visitor boom reveals the importance of forests as critical infrastructure. *Forest Policy and Economics* 118.

- Dosen, A. S., & Ostwald, M. J. (2016). Evidence for prospect refuge theory: A meta analysis of the findings of environmental preference research. *City, Territory and Architecture*. doi: 10.1186/s40410-016-0033-1
- EEA European Environment Agency (2017) (eds): Assessment of global megatrends – an update. Copenhagen, Denmark.
- Fish, R., Church, A., Winter, M. (2016): Conceptualising cultural ecosystem services: A novel framework for research and critical engagement. *Ecosystem Services*, 21: 208-217.
- Friedmann, L., Gaggenmeier, A., Suda, M. (2019): Wälder in der Therapie: Wie die Heilkraft der Wälder künftig an Kliniken zum Einsatz kommen könnte. *LFW aktuell* 2: 6-10.
- FTP (2018) Vision 2040 of the European Forest-Based Sector. The Forest-based Sector Technology Platform (FTP). 10 p.
- Gasser K., Kaufmann-Hayoz R. (2005): Wald und Volksgesundheit – Literatur und Projekte aus der Schweiz. *Umwelt Materialien* Nr. 195. Bern: Bundesamt für Umwelt, Wald und Landschaft. 34 S.
- Grilli, G., Sacchelli, S. (2020). Health Benefits Derived from Forest: A Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6125. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176125>
- Gubsch, M., Bernasconi, A., Meyer, K. (2019): Switzerland: Our forests for human health -Forest ecosystems, forest management and Forest Therapy as a tool in integrative prevention and treatment of non-communicable diseases. IN: Kotte, D. et al. (2019): *International Handbook of Forest Therapy*. Cambridge Scholars Publishing. 610 S.
- Hansen, M.M., Jones, R., Tocchono, K. (2017): Shinrin-Yoku (Forest Bathing) and Nature Therapy: A State-of-the-Art Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 14: 851-859.
- Hartig, T., van den Berg, A., Hägerhäll, C., Tomalak, M., Bauer, N., Hansmann, R., Ojala, A., & Syngolitou, E., Carrus, G., Herzele, A., Bell, S., Therese, M. & Waaseth, G. (2011): Health Benefits of Nature Experience: Psychological, Social and Cultural Processes. In Nilsson, M., Sangster, C., Gallis, T., Hartig, T., de Vries, S., Seeland, K. & Schipperijn, J. (eds.) *Forest, trees and human health & wellbeing*. Springer Science, 127-168.
- HfH Hochschule für Heilpädagogik (ohne Jahr): Grundverständnis Prävention. Vertiefungstext. Departement Pädagogisch-therapeutische Berufe, Zürich.
- Ideno, Y., Hayashi, K. et al. (2017): Blood pressure lowering effect of shinrin yoku: A systematic review and meta-analysis. *BMC Compl Altern Med*, 17:409-38.
- Kaplan, R., and Kaplan, S. (1989). *The Experience of Nature: A Psychological Perspective*. Cambridge, CA: Cambridge university press.
- Kardan, O., Demiralp, E., Hout, M. C., Hunter, M. C. R., Karimi, H., Hanayik, T., Berman, M. G. (2015) Is the preference of natural versus man-made scenes driven by bottom-up processing of the visual features of nature? *Frontiers in Psychology*, 1–13, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.0047>
- Karjalainen E, Sarjala T, Raitio H (2010) Promoting human health through forests: Overview and major challenges. *Environmental Health and Preventive Medicine* 15, 1–8.
- Kittl, B., Lässig, R. (2020): Der Corona-Lockdown veränderte die Waldbesuche der Schweizer Bevölkerung. Online verfügbar <https://www.wsl.ch/de/newsseiten/06/der-corona-lockdown-veraenderte-die-waldbesuche-der-schweizer-bevoelkerung.html>; abgerufen am 24.01.2021.

- Konijnendijk, C., Devkota, D., Mansourian, S., Wildburger, C. (eds.) (2023): Forests and Trees for Human Health: Pathways, Impacts, Challenges and Response Options. A Global Assessment Report. IUFRO World Series Volume 41. Vienna. 232 p.
- Krainer, F. (2019) : Green Care WALD Österreich Wie man mit Wald und Gesundheit in Österreich Brücken baut. LWF aktuell, 2: 15-20.
- Kuper, R. (2017) Evaluations of landscape preference, complexity, and coherence for designed digital landscape models. Landscape and Urban Planning, 407-421.
- Lackner Ch.; Krainer F. (Hrsg.) (2018): Green Care WALD: Verschreiben Sie sich den Wald. 35S. BFW-Praxisinfo 47/2018.
- Lee, I., Choi, H., Bang, K.S. et al. (2017): Effects of Forest Therapy on Depressive Symptoms among Adults: A Systematic Review. Int. J. Environ. Res. Public Health, 14:321-339.
- Li Q. (2018): Shinrin-Yoku. The Art and science of forest bathing. Penguin Random House. London.
- Li, Q., Morimoto, K., Kobayashi, M., Inagaki, H., Katsumata, M., Hirata, Y., Hirata, K., Suzuki, H., Li, Y. J., Wakayama, Y., Kawada, T., Park, B. J., Ohira, T., Matsui, N., Kagawa, T., Miyazaki, Y., & Krensky, A. M. (2008). Visiting a Forest, but Not a City, Increases Human Natural Killer Activity and Expression of Anti-Cancer Proteins. International Journal of Immunopathology and Pharmacology, 21(1), 117–127. doi: 10.1177/039463200802100113
- Mao, G., Cao, Y. et al. (2017): The salutary influence of forest bathing on elderly patients with chronic heart failure. Int J Environ Res Public Health, 14:368-80.
- McMichael, A. J., Friel, S., Nyong, A., & Corvalan, C. (2008). Global environmental change and health: impacts, inequalities, and the health sector. BMJ (Clinical research ed.), 336(7637), 191–194.
- MEA Millennium Ecosystem Assessment (2005). Ecosystems and Human Well-being: Synthesis. Island Press, Washington D.C.
- Menning, H. (2016): Doktor Wald per Verordnung. AFZ-Der Wald, 22: 26-30.
- Methorst, J., Bonn, A., Marselle, M., Böhning-Gaese, K., & Rehdanz, K. (2021). Species richness is positively related to mental health – A study for Germany. Landscape and Urban Planning, 211, 104084. doi: 10.1016/j.landurbplan.2021.104084
- Mühlhausen, C., Dettling, D. (2020): Gesundheitswelt 2049 – Ein Navigator für die Zukunft. Roche-Pharma AG (Hrsg.).
- Nilsson, K., Sangster, M., Gallis, C., Hartig, T., de Vries, S., Seeland, K., Schipperijn, J. (Eds.) (2011): Forests, Trees, and Human Health. Springer.
- Niedermann-Meier, S. (2018): Gesundheits- und Wellnessangebote des Forstbetriebs Baden. Vortrag anlässlich der Fowala-Veranstaltung 'Der Wald als Arzt' vom 25. Oktober 2018, Bad Ramsach.
- Obsan Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Hrsg.) (2015). Gesundheit in der Schweiz – Fokus chronische Erkrankungen. Nationaler Gesundheitsbericht 2015. Bern: Hogrefe Verlag.
- Pan (2020): Waldfunktionen und Waldleistungen. Schlussbericht. 48 S.
- Park, B.J., Tsunetsugu, Y. et al. (2010): The physiological effects of Shinrin-yoku (Taking the forest atmosphere or forest bathing): Evidence of field experiments in 24 forests across Japan. Environ Health Prev Med, 15: 18-26.

- Potschin-Young, M., Haines-Young, R., Görg, C., Heink, U., Jax, K., Schleyer, C. (2017): Understanding the role of conceptual frameworks: Reading the ecosystem service cascade. *Ecosystem Services*. DOI: 10.1016/j.ecoser.2017.05.015
- Poulsen, D.V., Stigsdotter, U.K., Djernis, D., Sidenius, U. (2016): Everything just seems much more right in nature: How veterans with post-traumatic stress disorder experience nature-based activities in a forest therapy garden. *Health Psychology Open*. January-June: 1–14.
- Rajoo, K. S., Karam, D. S., & Abdullah, M. Z. (2020). The physiological and psychosocial effects of forest therapy: A systematic review. *Urban Forestry & Urban Greening*, 54, 126744. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2020.126744>
- Rathmann, J. (2020). *Therapeutische Landschaften: Landschaft und Gesundheit in interdisziplinärer Perspektive*. Springer Fachmedien Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-32056-0>
- Roos, G. (2018): *Megatrends und Herausforderungen für die Schweiz*.
- Sandifer PA, Sutton-Grier AE, Ward BP (2015) Exploring connections among nature, biodiversity, ecosystem services, and human health and well-being: Opportunities to enhance health and biodiversity conservation. *Ecosystem Services* 12, 1–15.
- SBM Sustainable Business Model Academy (2020): *The Sustainable Business Model Methodology*.
- Schmechel D. (2013): Wald und Gesundheit – ein Zukunftsthema? IUFRO widmet der gesundheitsfördernden Wirkung des Waldes verstärkte Aufmerksamkeit. *LWF aktuell* 92.
- Schuh, A., Immich, G. (2013): *Kur- und Heilwald in Mecklenburg-Vorpommern. Evaluation, zusammenfassender Bericht und wissenschaftliche Expertise*. Institut für med. Informationsverarbeitung, Biometrie und Epidemiologie. Lehrstuhl für Public Health und Versorgungsforschung.
- Schuler, D., Tuch, A. & Peter, C. (2020). *Psychische Gesundheit in der Schweiz. Monitoring 2020*. (Obsan Bericht 15/2020). Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.
- Siah CJR, Goh YS, Lee J, Poon SN, Ow Yong JQY, Tam WW. The effects of forest bathing on psychological well-being: A systematic review and meta-analysis. *Int J Ment Health Nurs*. 2023 Aug;32(4):1038-1054. doi: 10.1111/inm.13131. Epub 2023 Mar 2. PMID: 36864583
- Stöger, A. et al (2019): *Gesundheitswälder – Thema für Bayern? Ein Überblick der aktuellen Entwicklungen rund um das Thema »Wald und Gesundheit«*. *LWF aktuell*, 2: 11-14.
- Swinburn, B.A., Walter, L.G. et al. (1997): Green Prescriptions: attitudes and perceptions of general practitioners towards prescribing exercise. *Brit J General Practice*, 47 (422): 567-9.
- Takayama, N., Korpela, K., Lee, J., Morikawa, T., Tsunetsugu, Y., Park, B. J., Kagawa, T. (2014). Emotional, restorative and vitalizing effects of forest and urban environments at four sites in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11, 7, 7207–7230.
- Takayama, N., Fujiwara, A., Saito, H., Horiuchi, M. (2017). Management Effectiveness of a Secondary Coniferous Forest for Landscape Appreciation and Psychological Restoration. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 14, 800.
- TEEB (2010), *The Economics of Ecosystems and Biodiversity: Ecological and Economic Foundations*. Edited by Pushpam Kumar. Earthscan, London and Washington.
- Thompson Coon, J., Boddy, K., Stein, K., Whear, R., Barton, J., & Depledge, M. H. (2011). Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. *Environmental Science & Technology*, 45, 1761–1772.

- Ulrich R. S. (1981). Natural versus urban scenes: Some psychophysiological effects. *Environment and Behavior*, 13(5), 523–556.
- Ulrich R. S., Simons R. F., Losito B. D., Fiorito E., Miles M. A., Zelson M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230.
- Volz, H.A. et al. (2018): Kur- und Heilwälder: Eine Chance für die Waldeigentümer. *AFZ-Der Wald*, 16: 10-13.
- Warburton, D. E. R., Whitney Nicol, C., & Bredin, S. S. D. (2006). Health benefits of physical activity: The evidence. *Canadian Medical Association Journal*, 174(6), 801–809. <https://doi.org/10.1503/cmaj.051351>
- WHO (1986): Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung. 6 S.
- Wippermann, P., Krüger, J. (2022): Werte-Index Update 2022-II. Deutscher Fachverlag.
- Wolf, L. J., Zu Ermgassen, S., Balmford, A., White, M., and Weinstein, N. (2017). Is variety the spice of life? An experimental investigation into the effects of species richness on self-reported mental well-being. *PLoS One* 12:e0170225. doi: 10.1371/journal.pone.0170225
- Zhao, J., Xu, W., & Li, R. (2017). Visual preference of trees: The effects of tree attributes and seasons. *Urban Forestry and Urban Greening*, 19-25.
- Zukunftsinstitut (Hrsg.) 2021: Megatrend-Dokumentation. Healthness: Gesundheit wird ganzheitlich. Online abgerufen am 27.01.2021 unter <https://www.zukunftsinstitut.de/artikel/healthness-gesundheit-wird-ganzheitlich>.

Anhänge

Anhang 1 Faktenblätter und Geschäftsmodelle der 5 Fallbeispiele

- Forstbetrieb Crestault – Waldbadi für gestresste Seelen in Bonaduz
- Parc naturel du Jorat – Souffler un peu après une journée de travail
- Zurzach Care – Therapiewald für Schmerz- und Schlafpatient:innen
- RNP Diemtigtal – Ahorn-Landschaften für die mentale Gesundheit
- Parco Val Calanca – Ispace

Anhang 2 Business Modell Canvas für gesundheitsfördernde Waldleistungen

Anhang 3 Ergebnisbericht Online Umfrage

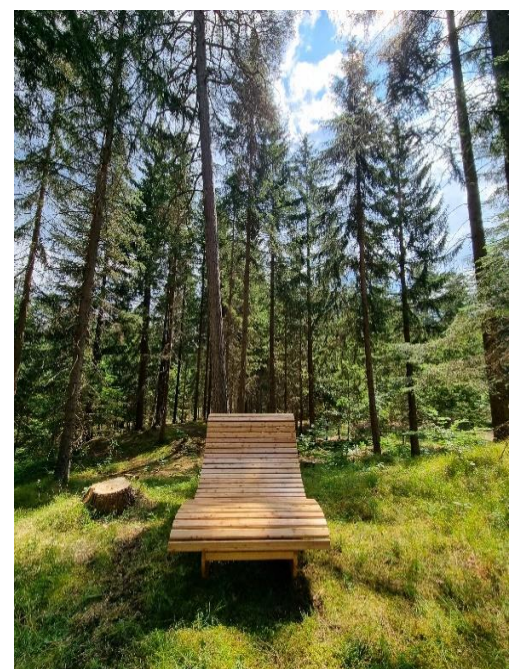
Anhang 1

‘Faktenblätter und Geschäftsmodelle der 5 Fallbeispiele’

- Forstbetrieb Crestault – Waldbadi für gestresste Seelen in Bonaduz
- Parc naturel du Jorat – Souffler un peu après une journée de travail
- Zurzach Care – Therapiewald für Schmerz- und Schlafpatient:innen
- RNP Diemtigtal – Ahorn-Landschaften für die mentale Gesundheit
- Parco Val Calanca – Ispace

Forstbetrieb Crestault

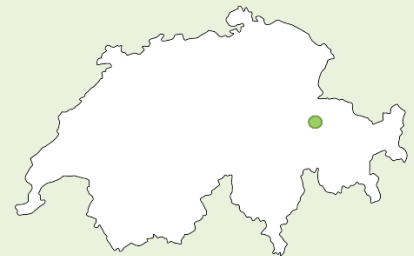
Uusziit im Gesundheitswald Bonaduz – Eine grüne ‚Waldbadi‘ für gestresste Seelen



Allgemeine Einbettung

Kanton	Gemeinde	Region	Höhenstufe
GR Graubünden	Bonaduz	Östliche Zentralalpen	700 m ü. M untermontan

Das Waldgebiet befindet sich in der Region Imboden (Regiun dal Plaun), eingebettet zwischen Vorder- und Hinterrhein. Es liegt circa 2 km westlich der Ortschaft Bonaduz am Fusse des Bot Mulins.



öV	15 min Fussweg von Bonaduz oder 45-30min von Trin
Parkplätze	Genügend Parkmöglichkeiten
Infrastrukturen	Waldhütte mit moderner Einrichtung/Küche, überdachter Sitzplatz mit Feuerstelle & WC im Aussenbereich
Mobilitätseinschränkungen	Waldplatz für mobilitätseingeschränkte Personen nicht zugänglich, aber Waldhütte & Umgebung
Ruhe	Zivilisationslärm (Verkehr etc.) minim

Legende: ■ Gut ■ mittel ■ schlecht

Gesundheitsfördernde Waldeleistungen

Hintergrund: Globalisierung, Urbanisierung, Technologisierung und Digitalisierung tragen dazu bei, dass sich die Lebens- und Arbeitsbedingungen sowie unser Lebensstil rasant wandeln. Der individuelle Stress und Stressfolgeerkrankungen nehmen in diesem Zuge ebenfalls zu. Gleichzeitig befinden sich die Menschen in einem starken Entfremdungszustand von der Natur, von sich selbst und ihrer eigenen Wahrnehmung, was die Problematik noch verstärkt. Geprägt von dieser Entwicklung ist das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung ebenfalls gestiegen und der Bedarf an Naturerlebnissen, welche die Gesundheit mit einbeziehen, ist gross. Gesundheit umfasst neben physischen/körperlichen auch mentale sowie sozialen Aspekte.

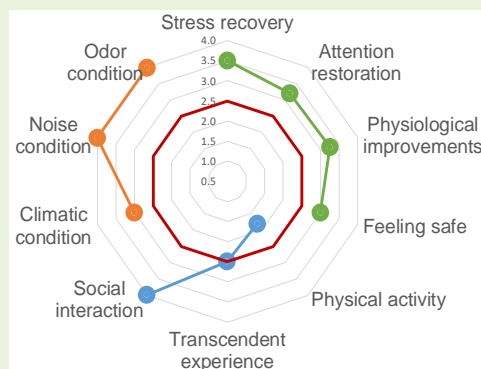
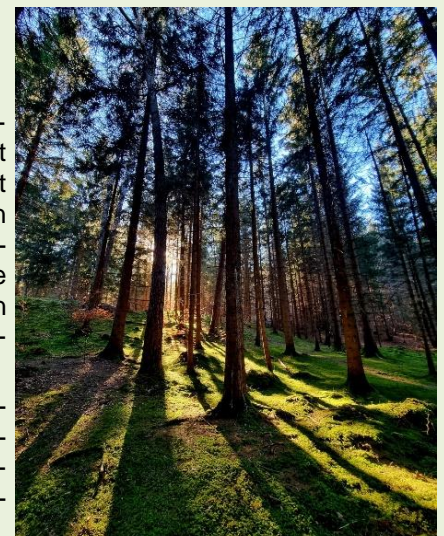
Wirkung des Waldes auf die menschliche Gesundheit: Der positive Einfluss des Waldes auf die menschliche Gesundheit ist seit längerem bekannt (Karjalainen et al. 2010, Nilsson et al. 2011, Sandifere et al. 2011); viele Evidenzen existieren, wenn auch vornehmlich für den asiatischen und angloamerikanischen Natur- und Kulturraum (Hansen et al. 2017, Ideno et al. 2017, Park et al. 2010). Der Wald wirkt sich nachgewiesenermassen z.B. positiv auf das vegetative Nervensystem und Herzkreislaufsystem (Hansen et al. 2017, Mao et al. 2017), auf die mentale Gesundheit (Kotera et al. 2020), Depressions- und Angstzustände (Lee et al. 2017, Poulsen et al. 2016) sowie das Immunsystem (Li et al. 2010, Li et al. 2006) aus. Der Parasympathikus wird stimuliert und entsprechend Stress abgebaut.

Waldgebiet 'Bot Mulins'

Waldeigentümerin: Einwohnergemeinde Bonaduz.

Waldaufbau und -struktur: Es handelt sich um einen artenreichen Nadelmischwald mit Fichte, Föhre, Tanne in der Baumschicht und Buchen sowie vereinzelt Eschen in der Unter- und Mittelschicht. Der Wald ist plenterartig aufgebaut mit einer vielfältigen Altersstruktur und ineinander übergehenden, teils stufigen Baumschichten. Das Kronendach ist locker bis geschlossen und sorgt für vielfältige Lichtverhältnisse. Die Bodenvegetation ist sehr stark durch eine flächige Moos- oder Grasschicht mit verschiedenen Grüntönen geprägt. Der Waldboden ist kleinstrukturiert mit moosüberwachsenen Baumstuppen, Wurzeln und Steinen, was eine besondere Atmosphäre ausstrahlt.

Gesundheitswirkung / Anwendungen: Die hohe Struktur- und Artenvielfalt wirken sich besonders positiv auf die Stresserholung sowie Erholung der Aufmerksamkeitsfähigkeit aus. Die Geruchs- und Geräuschsituation ist besonders vielfältig und natürlich. Der Wald bietet hervorragende Voraussetzungen, um achtsamkeitsbasierte Sinnesstimulierungen zur Stressreduktion einzusetzen.



Rote Linie: gute – sehr gute Merkmalsausprägung

Kategorie	Achsen
Erholungsfähigkeit	↑ Stresserholungsfähigkeit
	↑ Aufmerksamkeitsfähigkeit
	Verbesserte Physiologie
	↑ Sicherheitsgefühl
Kompetenzentw. Building capacity	Körperl. Fitness/Aktivierung
	↑ Transzendenzenerfahrung
	↑ Soz. Interaktionsmöglichk.
Vermind. Störung Reducing harm	Mikroklima
	Natürl. Geräuschkulisse
	Natürl. Geruchsstimulierung

Einfluss des Waldes auf ausgewählte Gesundheitsaspekte (1 eher tief bis 4 sehr hoch, d. h. 4: der Wald hat sehr positive gesundheitsfördernde Auswirkungen auf entsprechendes Merkmal)

‘Usziit im Bonaduzer Gesundheitswald- eine Waldbadi für gestresste Seelen’

Gesundheitswald: Idee und Nutzung

Herausforderung im beruflichen wie privaten Alltag können zu negativen Stress und Stressfolgeerkrankungen führen. Achtsamkeitsbasierende Ansätze, z.B durch eine vielfältige Sinnesstimulierung sowie Waldaufenthalte können helfen das Stresserleben zu reduzieren.

Im Gesundheitswald in Bonaduz steht genau das im Zentrum – hier können gestresste Seelen in verschiedene natürliche und waldbezogene sensorische Erlebnisse eintauchen, sie werden multisensorisch in ihrem ganzen Sein angesprochen, Achtsamkeit ausgeübt und können so den Fokus besser auf das Hier & Jetzt sowie das Eigenerleben lenken und damit das Gedankenkarussell abschalten. Hierfür stehen einerseits verschiedene Infrastrukturen, resp. Angebote (Barfusspfad, Achtsamkeitspfad, holzige Ruheliegen) zur Verfügungen, die den Zugang und das Erfahren unterstützen.

Aufgrund seiner Lage und Struktur (vielfältiges Ensemble an Naturgeräuschen und Gerüchen (ätherische Öle), optisch stimulierende Gelände- und Waldstrukturen, Mikroklima) regt aber vor allem auch der artenreiche Nadelmischwald die Sinne auf verschiedenen Ebenen an und wirkt sich zusätzlich positiv auf Physiologie des Menschen aus. Er kann so bestens zur Achtsamkeitsförderung sowie als Ruhe- und Auftankoase genutzt werden.

Waldhütte ‘Bot Mulins’

Der Forstbetrieb stellt in der Nähe seines Gesundheitswaldes eine sehr modern eingerichtete Waldhütte mit WC und modern eingerichteter Küche zur Verfügung, die mit ihrer holzigen Bauweise eine sehr natürliche und gemütliche Atmosphäre aufweist. Der grosse Aufenthaltsraum ist vielseitig nutzbar, z.B. auch für gesundheitsrelevante Outdoor-Indoor-Kombiangebote, Retreats, Seminare (Yoga, Coaching etc.).

Initianten, Trägerschaft, Partner

Das Angebot entstand durch das grosse Engagement und Überzeugung seitens des Forstbetriebes. Als Gemeindebetrieb haben der Forstbetrieb sowie die Gemeinde Bonaduz die Trägerschaft inne.

Zielgruppe

- **freie Nutzung:** Interessierte, die mit Achtsamkeitsübungen im Wald bewusst ihrem Alltagsstress etwas entgegensetzen, Ruhe und innere Kraft tanken und damit ihre Gesundheit präventiv unterstützen möchten.
- **begleitetes Zusatzangebot:** Mitarbeitende von KMU's (16-65 jährig), resp. Privatpersonen (>18jährig) mit dem Ziel achtsamkeits- und naturbezogen ihre die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln, Stress zu reduzieren und einen neuen Umgang damit zu erarbeiten. Das Angebot richtet sich an Einzelpersonen oder Kleingruppen.

Anbietende/Durchführende

Das begleitete Zusatzangebot wird in Zusammenarbeit mit einer lokalen Waldbaden-Kursleiterin/Dipl. Coach SCA durchgeführt. Es findet ganzjährig zu verschiedenen Fokusthemen statt.

Der Wald mit seinen Infrastrukturen ist aber auch selbstständig begehbar.



Geschäftsmodell und Finanzierungsmechanismen bestehender Angebote

Produkttyp <ul style="list-style-type: none"> Produktbegleitende Dienstleistung Personenbezogene Dienstleistung 	Schlüsselprodukte Wald <ul style="list-style-type: none"> Barfusspfad Achtsamkeitspfad mit Achtsamkeitsplätzen und Moos-Badestellen Ruheliegen Moderne Waldhütte mit WC, Küche, Raum 	Schlüsselprodukte Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> Waldbaden Teamevents in Bonaduz im Zusammenhang mit Stressmanagement Freie Benutzung des Gesundheitswaldes samt Anlagen
Markt <ul style="list-style-type: none"> Lokal bis regional; je nach Angebot mit nationaler Reichweite 		
Kommunikation / Marketing <ul style="list-style-type: none"> Webseite vom Forstbetrieb www.crestault.ch/forst/erholung-freizeit-im-wald sowie social media Webseite Drittanbieterin www.waldliachtig.ch Werbung in Lokal- sowie forstlicher Fachpresse 	Schlüsselaktivitäten Wald <ul style="list-style-type: none"> Pflege/Unterhalt Waldbestand Pflege/Unterhalt Anlagen (Pfade) Vermietung/Unterhalt der Waldhütte und dem Aussenbereich Waldführungen zusätzlich buchbar 	Schlüsselaktivitäten Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> Organisation und Durchführung von buchbaren Anlässen zur achtsamkeitsbasierten Stressreduktion und Entschleunigung im Wald

Finanzierungsmechanismen

Forstbetrieb

- Die Kosten für Einrichtung & Unterhalt des Gesundheitswaldes sind zu 100% durch die Gemeinde finanziert (Konzeption, Anlage, Unterhalt); Sicherheitsholzereimassnahmen werden in GR seit 2023 vollumfänglich durch den Kanton finanziert.
- Die finanzielle Wertschöpfung geschieht durch Zusatzbuchungen der Waldhütte, resp. des überdachten Sitzbereiches mit Feuerstelle und sanitären Einrichtungen im Aussenbereich. Durch die Buchungen im Zusammenhang mit den Waldbadeangeboten kann die Waldhütte nun auch tagsüber vermietet werden, wo sie ansonsten eher leer steht.
- Zusatzleistung i.S. von Waldworkshops/ Führungen mit dem Forstbetrieb sind ebenfalls buchbar.

Gesundheitsanbieter

- Güter/Dienstleistung: Teilnehmenden-Beiträge von buchbaren Angeboten.

Tourismus

- Kann bei Bedarf noch weiterentwickelt werden, z.B. durch Mehrtagesangebote, bei denen Übernachtungsmöglichkeiten in der Umgebung benötigt sowie auch Restaurant/Cateringbetriebe inwertgesetzt werden können.

Herausforderungen

- Finanzielle Wertschöpfung des Forstbetriebes mit dem Gesundheitswald sollten noch breiter abgedeckt und ausgebaut werden; für die Ausweitung der Angebotspalette werden Partnerschaften benötigt, bei denen der Forstbetrieb mit seinen Dienstleistungen im Gesundheitswald (Bereitstellung, Unterhalt) finanziell beteiligt wird.

Chancen

- Neue Ideen zur Angebotsausweitung genieren neue Partnerschaften sowie Kundschaft; spezielle und exquisite Angebote im Gesundheitstourismus (Life-Quality, Parfümerie, etc.) zusammen mit S. Roffler von 'Waldliachtig' aufbauen (Vernetzung im Tourismus).
- Mehrtages-Angebote aufbauen mit Firmen, die etwas im Bereich Mitarbeitergesundheit (Betriebliches Gesundheitsmanagement) machen möchten, auch im Sinne von 'Teambuildingevents'

Fazit: Der Gesundheitswald in Bonaduz bietet hervorragende Möglichkeiten im Bereich des achtsamkeitsbasierten Stressmanagements für Unternehmen oder Privatpersonen.



Business Model Canvas ‘Gesundheitsangebote im Wald / Gesundheitswälder’

Usziit im Gesundheitswald Bonaduz – Eine Waldbadi für gestresste Seelen

<div>STRATEGIE</div> <div>Wie lautet die betriebliche Strategie zur Vorbereitung, Vermarktung und Realisierung des Angebots?</div> <div>Der Gesundheitswald Bonaduz steht Besuchenden (begleitet oder selbstständig) ganzjährig zur freien Verfügung. Ein begleitetes Angebot wird durch ausgebildete Fachpersonen mehrmals jährlich durchgeführt. Die modern eingerichtete Waldhütte samt überdachter Sitzgruppe und Feuerstelle im Aussenbereich kann für begleitete Gesundheitsangebote gemietet werden.</div>					
<div>WALD UND ÖKOLOGIE</div> <div><div>Waldqualitäten</div><div>Welche Qualitäten weist der Wald auf? Wie ist der Wald aufgebaut und gestaltet?</div><div>Der Nadelmischwald besticht durch seine sensorische Vielfältigkeit. Sie ergibt sich aus dem Reichtum an Baumarten und Strukturen einerseits sowie einer Fülle an Grüntönen und Lichtverhältnissen andererseits, die durch die flächig ausgebildeten Gras- und Moosschicht sowie das licht-durchlässige Kronendach entstehen. Der Wald ist sehr ruhig gelegen und weist wenig Störungen durch andere Besuchende auf.</div></div> <div><div>Akteure & Aktivitäten Wald</div><div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div><div>Waldeigentümer: Einverständnis für Einrichtung und Nutzung.</div><div>Forstbetrieb: Kommunikation/ Bewerbung des Angebotes nach aussen, Unterhalt Infrastrukturen und Sicherheitskontrollen & -holzerei Wald. Sensibilisierung Besuchende (Merkblatt & Ansprechpartner)</div></div> <div><div>Ökologisches Wertangebot</div><div>Was ist ökologische Waldkomponente am Angebot?</div><div>Wie kann die gewünschte Waldleistung umschrieben werden?</div><div>Durch die Baumarten- und Strukturvielfalt sowie den plenterwaldartigen Aufbau bietet der Wald verschiedenen Lebewesen Lebensraum. Gleichzeitig wirkt sich gerade diese Vielfalt positiven Einfluss</div></div>			<div>KUNDENPERSPEKTIVE</div> <div><div>Wertangebot Kunde</div><div>Was ist das unmittelbare Wertangebot für die Kunden? Worin zeichnet sich dieses Wertangebot aus in Bezug auf die spezifischen Kundenbedürfnisse?</div><div>Verschiedene Möglichkeiten für Sinnes- und Achtsamkeits-erfahrungen durch vielfältigen Wald & Infrastrukturen (Achtsamkeits-pfad, Bassfusspfad, Ruheliegen/-inseln). Die ruhige Lage sowie die vielfältigen Sinnesstimulierungen eigenen sich perfekt für stressredu-zierende Achtsamkeitserfahrungen.</div></div> <div><div>Kunden-Bedürfnisse</div><div>Was sind die Bedürfnisse der Zielgruppe? Was sind Beweggründe, Motive und Erwartungen der Kunden, um das Angebot in Anspruch zu nehmen?</div><div>Motive: Steigendes Stresserleben mit gleichzeitig steigendem Gesundheits- und Naturbewusst-sein lassen den Bedarf an waldbasierten Anti-Stress-angeboten steigen.</div><div>Bedürfnisse: Persönliche Belastungen & Stress managen mit dem Wald/Natur/ Achtsamkeit lernen, Ruhe und Entspannung und Alltagsabstand finden</div></div> <div><div>Kunden-Zielgruppe</div><div>An welches spezifisches Kundensegment (Alter, Anzahl, Spezifizierung) richtet sich das Angebot? Welche besonderen Anforderungen werden an die Kunden gestellt?</div><div>freie Nutzung: alle Interessierte; keine spezielle Altersgruppe</div><div>begleitetes Zusatzangebot: Mitarbeitende von KMU's (16-65 jährig), resp. Privatpersonen (>18jährig); Einzelpersonen oder Kleingruppen</div></div>		
<div>TOURISMUS – Schlüsselressourcen</div> <div>Welche Schlüsselressourcen können durch Tourismus bereitgestellt werden?</div> <div>Zukünftig aufbaubar:</div> <div><div><div>▪ kombinierbares Rahmenangebot (exquisit, lokal, kundengerecht)</div><div>▪ Übernachtungsmöglichkeiten für Mehrtagesangebote</div><div>▪ Lokalprodukte, ev. waldspezifische Weiterentwicklung</div></div></div>			<div>TOURISMUS - Akteure und Aktivitäten</div> <div>Welche Akteure sind beteiligt oder können noch beteiligt werden? Mit welchen Aktivitäten und Dienstleistungen können sie zum Angebot beitragen?</div> <div><div><div>▪ Aktuell: Keine involviert</div><div>▪ Zukünftig möglich: z.B. Hotellerie (Mehrtagesangeboten), lokales Gewerbe</div><div>▪ Eigener Beitrag (Dienstleistung, Angebot): Vermittlung, Koordination</div></div></div>		
<div><div>Gesundheitskompetenz</div><div>Welche Gesundheitskompetenzen werden benötigt, um das Angebot zu realisieren?</div><div>freie Nutzung: gewisse Trittsicherheit (nicht rollstuhlgängig), ansonsten keine spezielle Komp. erforderlich; die Nutzung ist selbsterklärend und durch Inputs (Tafeln) und Infrastrukturen unterstützt.</div><div>begleitetes Angebot: Grund-kenntnisse im Bereich Achtsamkeit, Prävention, Wald und entsprechenden Anleite/Coaching techniken.</div></div> <div><div>Akteure & Aktivitäten Gesundheit</div><div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div><div>Begleitetes Coaching Angebot (www.waldliachtig.ch): Organi-sation, Kommunikation und Durch-führung Angebot</div><div>Zukünftig könnte Angebotserweiter-ung mit zusätzlichen Akteuren/Zielgruppen geprüft werden.</div></div> <div><div>Wertangebot Gesundheit</div><div>Wie kann die anvisierte Gesundheitswirkung bei den Kunden umschrieben werden? Was ist die erworbene Gesundheitskomponente am Angebot?</div><div>Durch die multisensorischen Stimu-lierungen im Wald und achtsam-keitsbasierten Übungsanleitungen wird die eigene Präsenz im Hier & Jetzt aufgebaut, Abstand zum Alltag gewonnen, Stress reduziert. Inputs zu einfachen Übungen erleichtern die künftige Integration in den eigenen Alltag für einen neuen Umgang mit Stress.</div></div>			<div><div>Soziales Wertangebot</div><div>Wie lautet das soziale Wertangebot? Was ist das Versprechen bezüglich sozialer Interaktion?</div><div>Die Infrastrukturen können einzeln sowie in Gemeinschaft durchgeführt werden. Die Waldhütte bietet einen Innen- und Aussenraum für ergänzende Aktivitäten.</div></div> <div><div>Beziehungsgestaltung</div><div>Wie wird der Dialog mit den Kunden aufrechterhalten? Wie wird die Kundenbeziehung langfristig gestaltet?</div><div>Hauptsächlich via Mail, www und socialmedia sowie bei Nachfragen auch telefonisch.</div></div> <div><div>Kommunikation</div><div>Wie erfahren die Kunden vom Angebot? Über welche Kanäle werden die Kunden erreicht?</div><div>freie Nutzung: Aktuelles wird durch den Forstbetrieb auf ihrer www (crestault.ch), Facebookseite (Gemeindebetrieb Bonaduz Rhäzüns) und in lokalen Printmedien veröffentlicht.</div><div>begleitetes Angebot: Direktvermarktung via www.waldliachtig.ch</div></div>		
<div>GESUNDHEIT</div>			<div>SOZIALITÄT - MITEINANDER</div>		
<div>KOSTENSTRUKTUR</div> <div>Welche Kosten fallen für welche Leistungen pro Jahr an?</div> <div><div><div>• Investitionskosten (Erstellung Infrastrukturkosten, Infotafel, Sicherheitsholzerei)</div><div>• Laufender Unterhalt</div><div>• Kommunikation und Weiterentwicklung vom Angebot und Partnerschaften</div></div></div>			<div>FINANZIERUNG</div> <div>Welche Erlöse können generiert werden? Welche Beiträge werden durch wen erbracht?</div> <div><div><div>• Gemeinde: Übernahme der Investitions- und Unterhaltskosten (Massnahmen im Bereich Sicherheitsholzerei / Entfernung Gefahrenträger werden vom Kanton finanziert)</div><div>• Rückfinanzierung basiert auf Einnahmen durch zusätzliche Vermietung der Waldhütte</div><div>• Begleitetes Angebot (www.waldliachtig.ch): Einnahmen über Teilnehmendenbeiträge. Wald und Infrastrukturen sind kostenfrei nutzbar; die Waldhütte wird teilweise zusätzlich gemietet.</div></div></div>		

Parc naturel périurbain du Jorat

Souffler un peu après une journée de travail

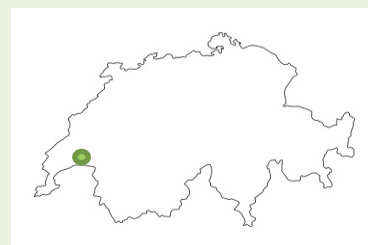


Cadre général

Canton	Commune	Région	Altitude
VD Vaud	Commune de Lausanne	Forêt du Jorat	800 - 900 m

Les zones forestières sélectionnées pour ce projet se trouvent dans le Jorat, le plus grand massif forestier du plateau suisse avec 4'000 ha. Tout proche de la ville de Lausanne, dont l'agglomération compte plus de 300'000 habitants.tes, le Jorat est un haut lieu de détente et de ressourcement en forêt.

TP	Liaisons de bus régulières
Places de parc	Grand parking au départ du chemin
Infrastructures	Uniquement WC public disponible
Restriction mobilité réduite	Aucun dénivelé, revêtement : asphalte ou copeaux alternative possible sur chemins en asphalte
Calme	Le début du parcours est bruyant car proche de la grande route mais le reste du parcours est plus calme.



Légende: ■ bien ■ moyen ■ mauvais

Services forestiers en faveur de la santé

Contexte: La mondialisation, l'urbanisation, la technologisation et la numérisation contribuent à l'évolution rapide des conditions de vie et de travail ainsi que de notre mode de vie. Le stress et les maladies liées au stress augmentent également dans ce contexte. Parallèlement, les gens se trouvent dans un état de forte aliénation par rapport à la nature, à eux-mêmes et à leur propre perception, ce qui renforce encore la problématique.

Cette évolution a entraîné une prise de conscience de la population en matière de santé et le besoin de vivre des expériences dans la nature intégrant la santé. La santé comprend non seulement des aspects physiques et corporels, mais aussi des aspects mentaux et sociaux.

Effet de la forêt sur la santé humaine : L'influence positive de la forêt sur la santé humaine est connue depuis longtemps (Karjalainen et al. 2010, Nilsson et al. 2011, Sandifere et al. 2011); de nombreuses preuves existent, même si elles concernent surtout les espaces naturels et culturels asiatiques et anglo-américains (Hansen et al. 2017, Ideno et al. 2017, Park et al. 2010). Il est prouvé que la forêt a, par exemple, un effet positif sur le système nerveux végétatif et le système cardiovasculaire (Hansen et al. 2017, Mao et al. 2017), sur la santé mentale (Kotera et al. 2020), sur les états dépressifs et anxieux (Lee et al. 2017, Poulsen et al. 2016) ainsi que sur le système immunitaire (Li et al. 2010, Li et al. 2006). Le système parasymphatique est stimulé et le stress est réduit en conséquence.

Zone forestière 'Mauvernay'

Propriétaire forestier.ère: Ville de Lausanne

Structure et composition de la forêt: Le parcours de Mauvernay se compose de peuplements forestiers mixtes et diversifiés avec comme essences principales l'épicéas, le hêtre et le sapin blancs et la présence également du douglas, du mélèze, de l'érable et d'autres feuillus donnant une palette de couleurs (vertes et automnales). Différents stades de développement sont présents avec une proportion notable de stades avancés. Les structures horizontale et verticale varient grandement entre les peuplements. La canopée est assez fermée mais laisse des jeux de lumière transparaître.

Effets sur la santé / Applications : Le parcours de Mauvernay a un impact très positif sur la santé pour la catégorie Réduction des nuisances (3.1/4 en moyenne), un impact moyen pour Capacité de récupération (2.4/4 en moy.) et un impact négligeable pour le Développement des capacités (1.5/4 en moy.).

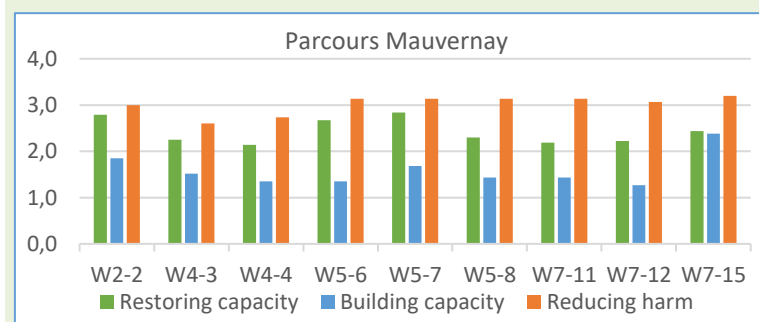


Figure 1: Résultats pour les différents peuplements et chemins du parcours Mauvernay (échelles: 1 plutôt faible à 4 très élevé, c'est-à-dire que la forêt a un effet très positif sur la santé).

Catégories	Axes
Capacité de récupération Restoring capacity	Capacité de récupération au stress
	Capacité d'attention
	Amélioration physiologique
	Sentiment de sécurité
Développement des compétences Building capacity	Fitness/activation physique
	Expérience de transcendance
	Possibilité d'interaction sociale
Réduction des nuisances Reducing harm	Microclimat
	Environnement sonore naturel
	Stimulation odeurs naturelles

'Souffler un peu après une journée de travail'

Forêt de santé : idée et utilisation

En tant que Parc périurbain, le Parc naturel du Jorat pourrait s'imaginer proposer une offre de santé dans le domaine de la réduction du stress pour la population locale. Le Parc ayant comme focus prioritaires la fonction d'accueil et de conservation de la nature, il y a une volonté d'utiliser les infrastructures déjà existantes pour le développement de cette offre.

Pour la réduction du stress, 4 des 10 axes sont prioritaires appartenant aux catégories **Capacité de récupération** et **Réduction des nuisances**: N°1 Capacité de récupération au stress, N°2 Capacité d'attention, N°9 Environnement sonore naturel et N°10 Stimulation odeurs naturelles.

En termes de **Réduction des nuisances**, tout le parcours se prêt très bien à une offre de réduction de stress: une canopée assez fermée et dense, une forêt mixte avec une bonne proportion de conifère. L'effet de réduction de nuisance étant plus fort plus on est immergé dans la forêt, la partie ouest du parcours a l'impact le plus positif en termes de réduction du stress.

En termes de **Capacité de récupération**, le parcours a un impact positif moyen sur la réduction du stress, la moitié des peuplements obtenant une valeur >2 sur 4 pour les axes Capacité de récupération au stress et Capacité d'attention: Les jeux de lumière, une grande palette de couleurs et une claire orientation visuelle sont bien présents; le mélange conifère-feuillu et la diversité des essences pourraient être encore renforcés ; une structure (horizontale et verticale) plus complexe manquent parfois ; un relief et des chemins variés (avec plus de courbures) ne sont pas présents sur ce parcours.

Infrastructure

Une place de pique-nique avec un foyer et un canapé forestier se trouvent le long du parcours, regroupés d'un côté et l'autre du même chemin dans la partie ouest du parcours.

Initiateur.trice, porteur du projet, partenaires

L'initiateur de cette offre serait le Parc du Jorat. Elle se composerait de deux parties : i) développement d'exercices de santé pour la réduction du stress le long du parcours et ii) création d'un réseau de professionnels de guides de santé.

Groupes cibles

- Habitants.es et travailleurs.es de la région lausannoise.

Offre et exécution

Mise à disposition d'un parcours de réduction du stress avec des exercices mis en ligne sur l'application « Jorat : Guide » développée par le Parc naturel du Jorat pour une visite autonome et à tout moment de la journée. Avec la collaboration avec des guides de santé, ce parcours pourrait également permettre d'offrir des séances guidées pour réduire le stress quotidien en groupe ou séance individuellement.



Figure 4: Un des peuplements avec une valeur moyenne élevée dans les 4 axes prioritaires pour la réduction du stress [W2-1]

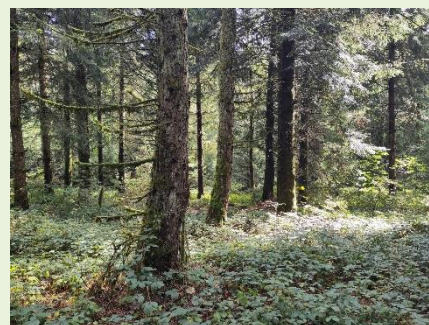


Figure 5: Peuplement avec une haute valeur de Capacité de récupération au stress [W4-3]



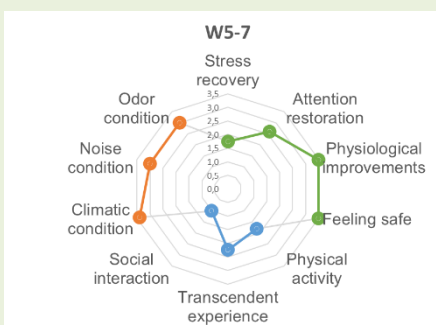
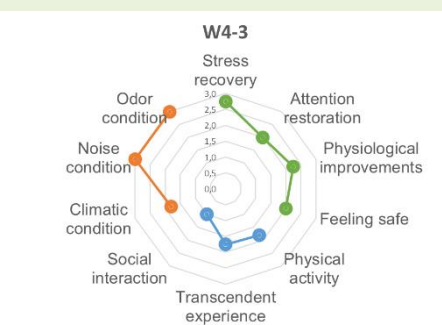
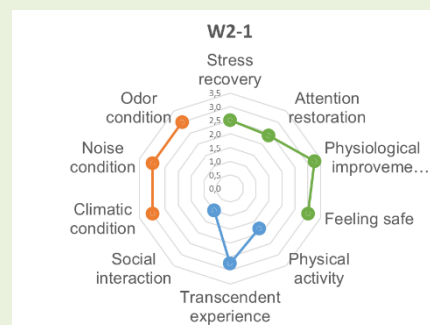
Figure 6: Peuplement avec une haute valeur de Capacité d'attention [W5-7]

Forest Human Health Spider

Figure 1 se referent au peupl. de la Fig.4

Figure 2 se referent au peupl. de la Fig.5

Figure 3 se referent au peupl. de la Fig.4



Modèle d'entreprise et mécanismes de financement pour la possible offre

Type de produit <ul style="list-style-type: none"> Produit transformé Service à la personne 	Produits clé de la forêt <ul style="list-style-type: none"> Un parcours de santé avec exercices pour la réduction du stress 	Produits clé de la santé <ul style="list-style-type: none"> Tours guidés de santé pour la réduction du stress
Marché <ul style="list-style-type: none"> Local 		
Communication / Marketing <ul style="list-style-type: none"> Application du Parc Site internet et médias du Parc 	Activités clé de la forêt <ul style="list-style-type: none"> Entretien et sécurité des chemins 	Activités clé de la santé <ul style="list-style-type: none"> Développement d'exercices pour la réduction du stress en forêt Création d'un réseau de professionnels de guides de santé
Mécanismes de financement <ul style="list-style-type: none"> Parcours de santé avec exercices pourrait être sponsorisé par une assurance. Un soutien pourrait être recherché du côté du département de la santé de la commune de Lausanne et communes avoisinantes dont les habitants.es sont bénéficiaires. Le réseau de professionnels de guides de santé pourrait être financé par le Parc et en partie remboursé par : <ul style="list-style-type: none"> i) retour sur investissement à travers les frais de participations aux tours guidés, ii) un partenariat avec des entreprises de la région qui offriraient un abonnement annuel de « Bain de forêt dans le Jorat » à leurs employés.ées (par ex. 6 séances/an/pers.) 		

Défis

- Convaincre une assurance de sponsoriser le parcours de santé.

Chances

- La ville de Lausanne en tant que propriétaire forestier.
- Optimisation des coûts grâce à l'utilisation de l'infrastructure déjà existante.
- Le Parc comme coordinateur et mise en réseau des acteurs concernés.

En résumé

Offre de santé combinée (parcours de santé à utiliser de manière autonome ou en tours guidés), permettant à la fois de mettre en valeur les services forestiers en termes de réduction du stress tout en canalisant et répondant à la demande toujours plus grande de ressourcement en forêt.

Particulièrement simple à mettre en place : requière aucune infrastructure autre que les chemins déjà existants et mise en ligne des exercices sur l'application « Jorat : Guide » déjà disponible. Cette superposition d'utilisation permet la mise en place d'une nouvelle offre compatible avec les autres offres déjà présentes. De plus, ce nouveau produit forestier (un parcours de santé) s'inscrit parfaitement dans la gestion forestière et ses autres fonctions telles que la conservation de la nature et la production du bois.



L'étude BEFIT

Alors que le relevé des services forestiers en faveur de la santé allait être effectué à Mauverny dans le cadre de ce projet, Unisanté menait en même temps l'étude BEFIT (avec David Nachen, Mathieu Saubade et Audrey De Kalbermatten (UNIL)) aussi avec le Parc naturel du Jorat. Cette étude a pour but de déterminer l'effet des «bains de forêt» sur des patients présentant au moins un facteur de risque cardiovasculaire en comparant notamment une balade en forêt (Figure 7) et un parcours en ville (Figure 11). Deux échanges ont eu lieu entre les deux projets afin d'utiliser cette synergie intéressante de deux évaluations dans le Parc du Jorat alliant forêt et santé. Il faut noter toutefois que l'étude BEFIT est une étude scientifique venant de la recherche médicale alors que le projet Forêts de santé est un projet de recherche appliquée explorant l'évaluation des services forestiers en faveur de la forêt et les possibles modèles d'entreprises pour mettre en place de offres de santé en forêt.

Le parcours d'Unisanté dans le Parc du Jorat

Le parcours d'Unisanté en forêt se situe proche du parcours de Mauverny (Figure 7). Il est composé de divers peuplements, chemins et infrastructures (Figure 8).

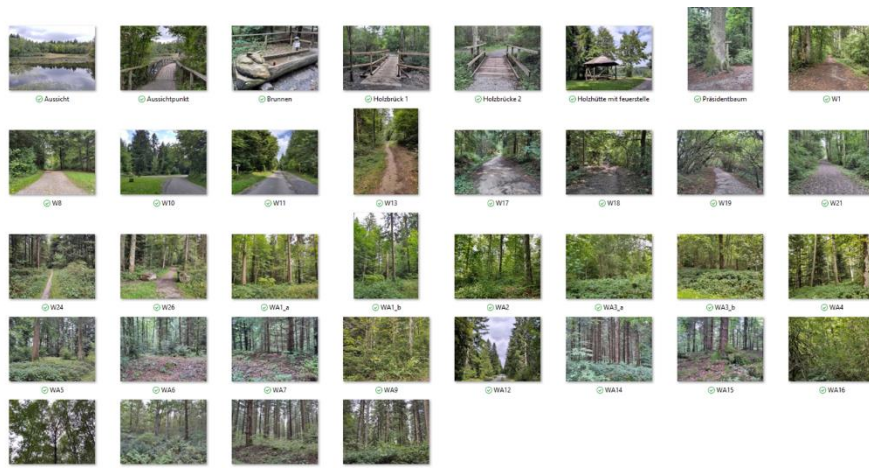


Figure 7: Parcours en forêt de l'étude BEFIT

Figure 8: Photos du parcours d'Unisanté en forêt

En termes d'hypertension et de maladies cardiovasculaires, 3 des 10 axes sont prioritaires appartenant aux catégories **Capacité de récupération** et **Réduction des nuisances** : N°1 Capacité de récupération au stress, N°3 Amélioration physiologique et N°10 Microclimat.

Le parcours d'Unisanté en forêt a un impact très positif sur la santé pour la catégorie Réduction des nuisances (3.0/4 en moyenne), un impact moyen pour Capacité de récupération (2.2/4 en moyenne) et un impact négligeable pour le Développement des capacités (1.6/4 en moyenne) [Figure 9].

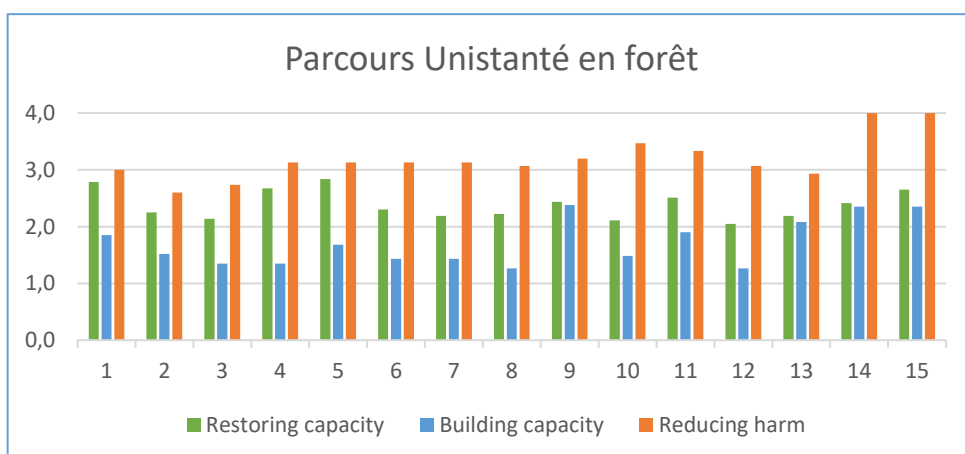


Figure 9: Résultats pour les différents peuplements et chemins du parcours d'Unisanté en forêt

Les peuplements ayant obtenus une valeur moyenne élevée dans les 3 axes prioritaires pour la prévention (ou réduction) de l'hypertension et de maladies cardiovasculaires sont des peuplements de forêt mixte, avec une grande diversité d'essences (pour des jeux de lumière et de couleurs variées) ainsi qu'une structure verticale et horizontale complexe, une canopée plutôt fermée et la présence d'élément eau (comme un étang) [Figure 10].



Figure 10: Deux peuplements avec une valeur moyenne élevée dans les 3 axes prioritaires pour la prévention (ou la réduction) de l'hypertension et de maladies cardiovasculaires

Le parcours d'Unisanté en ville

Le parcours d'Unisanté urbain se situe en ville de Lausanne (Figure 11 & 12). Il est composé de très peu d'arbres avec un degré de couverture < 5% (selon i-Tree Canopy). La méthode d'évaluation des services forestiers en faveur de la santé a été développée pour le relevé en forêt (de peuplements forestiers) et non en zone urbaine (pour la foresterie urbaine). Sur demande d'Unisanté afin d'avoir une idée de comparaison entre les deux parcours de l'étude BEFIT, le parcours d'Unisanté en ville a été quand même relevé. Les données présentées ci-dessous sont cependant à interpréter avec beaucoup de retenue (Figure 13). L'ensemble du parcours obtenant des valeurs moyennes de 1.5, 1.2 et 1.3 dans les trois catégories du Forest Human Health Spider (Capacité de récupération, Développement des compétences et Réduction des nuisances), il a (selon cette méthode) un impact négligeable en termes de santé.



Figure 11: Parcours urbain de l'étude BEFIT



Figure 12: Photos du parcours d'Unisanté en ville

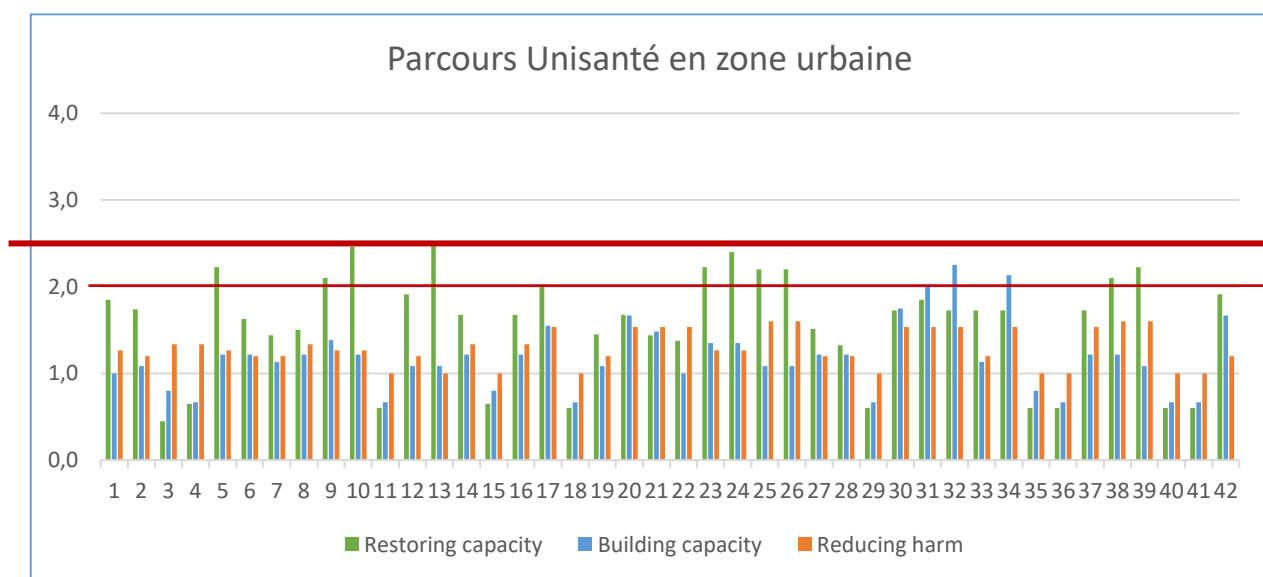


Figure 13: Résultats des différents peuplements urbains (bosquets, parcs, groupe d'arbres, allées d'arbres, arbres individuels) et chemins du parcours d'Unisanté en ville

Business Model Canvas ‘Offres de santé en forêt / forêts de santé’

Parc naturel périurbain du Jorat – Souffler un peu après une journée de travail

<div>STRATEGIE</div> <div>Wie lautet die betriebliche Strategie zur Vorbereitung, Vermarktung und Realisierung des Angebots?</div> <div>Le parcours de Mauvernay pourrait être un parcours de santé pour réduire le stress de la vie quotidienne à l'aide d'exercices disponibles sur l'Application « Jorat : Guide » développée par le Parc.</div> <div>De plus, le Parc pourrait également créer un réseau de professionnels de guides de santé qui offriraient des tours guidés dans le Parc. Ce parcours de santé pourrait ainsi se faire de manière autonome ou guidée.</div>																	
<div>WALD UND ÖKOLOGIE</div> <div><div>Waldqualitäten</div><div>Welche Qualitäten weist der Wald auf? Wie ist der Wald aufgebaut und gestaltet?</div><div>Forêt mixte aux diamètres variés avec une bonne proportion de conifères et de gros arbres ; diverses essences offrant une grande palette de couleurs vertes et automnales ; alternances de jeux de lumière à travers une canopée relativement fermée.</div></div> <div><div>Akteure & Aktivitäten Wald</div><div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div><div>Actuellement, les acteurs forestiers sont peu impliqués dans l'offre, ils assurent l'entretien et la sécurité des chemins; cette offre participerait à la canalisation de la population venant se ressourcer en forêt. Leur implication pourrait être renforcée si l'on souhaite augmenter l'effet de réduction de stress des peuplements (cf. fiche d'information)</div></div> <div><div>Ökologisches Wertangebot</div><div>Was ist ökologische Waldkomponente am Angebot? Wie kann die gewünschte Waldleistung umschrieben werden?</div><div>Les peuplements forestiers mixtes avec une diversité d'essences favorisent la capacité de régénération et la réduction du stress grâce à leur stimulation multisensorielle variée.</div></div>			<div>KUNDENPERSPEKTIVE</div> <div><div>Wertangebot Kunde</div><div>Was ist das unmittelbare Wertangebot für die Kunden? Worin zeichnet sich dieses Wertangebot aus in Bezug auf die spezifischen Kundenbedürfnisse?</div><div>A la fois proche de la ville et relativement facile d'accès, ce parcours offrirait en même temps une immersion totale en forêt avec grandes diminution des nuisances et sentiment d'évasion du quotidien.</div></div> <div><div>Kunden-Bedürfnisse</div><div>Was sind die Bedürfnisse der Zielgruppe? Was sind Beweggründe, Motive und Erwartungen der Kunden, um das Angebot in Anspruch zu nehmen?</div><div>Motivation: augmentation du stress et prise de conscience de la santé et des bienfaits de la nature. Offres:<ul style="list-style-type: none">Un parcours avec exercices de santé gratuit et accessible à tout moment de la journée.Tours guidés pour (re)apprendre à réduire son stress avec la forêt en séance individuelle ou en groupe (échange social).</div></div> <div><div>Kunden-Zielgruppe</div><div>An welches spezifisches Kundensegment (Alter, Anzahl, Spezifizierung) richtet sich das Angebot? Welche besonderen Anforderungen werden an die Kunden gestellt?</div><div>Offres pour tous et toutes les habitants.tes et travailleurs.euses de la région lausannoise.</div></div>														
<div>TOURISMUS – Schlüsselressourcen</div> <div>Welche Schlüsselressourcen können durch Tourismus bereitgestellt werden?</div> <div>Le Parc a une vocation de protection de la nature et de sensibilisation à l'environnement. Le public cible de cette offre étant la population locale, aucun partenariat direct avec le secteur touristique n'est donc recherché pour le développement de cette offre.</div>			<div>Parc naturel périurbain du Jorat</div> <div>‘Souffler un peu après une journée de travail’</div>			<div>TOURISMUS - Akteure und Aktivitäten</div> <div>Welche Akteure sind beteiligt oder können noch beteiligt werden? Mit welchen Aktivitäten und Dienstleistungen können sie zum Angebot beitragen?</div> <div>Le Parc serait l'initiateur et le porteur du développement de cette offre. Il met notamment en avant sa fonction de coordination et de mise en réseau.</div>											
<div>Gesundheitskompetenz</div> <div>Welche Gesundheitskompetenzen werden benötigt, um das Angebot zu realisieren?</div> <div>Parcours: Aucune compétence prérequis; restriction partielle possible pour les personnes à mobilité réduite (certaines chemins en copeaux), l'utilisation est auto-explicative et documentée par les exercices. Tours guidés: Connaissances de base dans le domaine de la pleine conscience, de la prévention du stress et des techniques correspondantes.</div>						<div>Akteure & Aktivitäten Gesundheit</div> <div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div> <div>Développement d'exercices pour la réduction du stress, Création d'un réseau de professionnels de guides de santé</div>			<div>Wertangebot Gesundheit</div> <div>Wie kann die anvisierte Gesundheitswirkung bei den Kunden umschrieben werden? Was ist die erworbene Gesundheitskomponente am Angebot?</div> <div>Ressourcement psychologique et émotionnelle par des stimulations multisensorielles et immersion dans un environnement naturel apaisant avec un sentiment d'évasion. Relaxation parasympathique, réduction de la fatigue mentale, restauration de la capacité de concentration.</div>			<div>Soziales Wertangebot</div> <div>Wie lautet das soziale Wertangebot? Was ist das Versprechen bezüglich sozialer Interaktion?</div> <div>Cette offre combinée (guidé ou autonome) permet à la fois à tout un chacun d'avoir accès à ce parcours de santé en tout temps de manière individuel tout comme d'offrir une dimension sociale avec le parcours de santé guidé.</div>			<div>Beziehungsgestaltung</div> <div>Wie wird der Dialog mit den Kunden aufrechterhalten? Wie wird die Kundenbeziehung langfristig gestaltet?</div> <div>Via l'Application « Jorat : Guide » développée par le Parc.</div>		
<div>GESUNDHEIT</div>						<div>SOZIALITÄT - MITEINANDER</div>											
<div>KOSTENSTRUKTUR</div> <div>Welche Kosten fallen für welche Leistungen pro Jahr an?</div> <div><ul style="list-style-type: none">Infrastructures en forêt : aucun coût supplémentaire car superposition de cette offre aux infrastructures déjà existantes → coûts d'entretien et de sécurisation des chemins usuel (assuré par le service forestier).Développer les exercices de santé pour la réduction du stress (tiers sous mandat du Parc)Mise en ligne de l'offre sur l'Application « Jorat : guide » développée par le Parc (assuré par le Parc)Création d'un réseau de professionnels de guides de santé (Parc en collaboration avec tiers)</div>						<div>FINANZIERUNG</div> <div>Welche Erlöse können generiert werden? Welche Beiträge werden durch wen erbracht?</div> <div><ul style="list-style-type: none">Parcours de santé avec exercices pourrait être sponsorisé par une assurance. Un soutien pourrait être recherché du côté du département de la santé de la commune de Lausanne et communes avoisinantes dont les habitants.es sont bénéficiaires.Le réseau de professionnels de guides de santé pourrait être financé par le Parc et en partie remboursé par :<ul style="list-style-type: none">i) retour sur investissement à travers les frais de participations aux tours guidés, ii) un partenariat avec des entreprises de la région qui offriraient un abonnement annuel de « Bain de forêt dans le Jorat » à leurs employés.ées (par ex. 6 séances/an/pers.)<div>(cf. Stakeholders Mapping)</div></div>											

Kraftvolle Ahorn-Alpweiden im Regionalen Naturpark Diemtigtal

Eigene Ressourcen stärken zur Förderung von Resilienz & mentaler Gesundheit



Allgemeine Einbettung Fallbeispiel

Kanton	Gemeinde	Region	Höhenstufe
BE Bern	Diemtigen	Voralpen, Alpen-nordflanke	1'300-1'400 m ü.M. ober/hochmontan

Der Meniggrund ist ein idyllisch gelegenes Hochtal eingebettet zwischen Wierihorn, Turnen und Niederhorn südwestlich vom Thunersee. Ein Waldreservat und eine Wildruhezone befinden sich randlich oder angrenzend.



öV	Kein direkter öV-Anschluss
Parkplätze	Parkmöglichkeiten vorhanden
Infrastrukturen	Kein WC, tlw. Zugang zur Alphütte Flühswand
Mobilitätseinschränkungen	für mobilitätseingeschränkte Personen nicht geeignet; gute Trittsicherheit ist Voraussetzung
Ruhe	Je nach Standort: Zufahrtsstrasse zum Seeberg (Beizli) zeitweise stärker frequentiert (Verkehrslärm)

Legende: ■ Gut ■ mittel ■ schlecht

Gesundheitsfördernde Waldeleistungen im Allgemeinen

Hintergrund: Globalisierung, Urbanisierung, Technologisierung und Digitalisierung tragen dazu bei, dass sich die Lebens- und Arbeitsbedingungen sowie unser Lebensstil rasant wandeln. Der individuelle Stress und Stressfolgeerkrankungen nehmen in diesem Zuge ebenfalls zu. Gleichzeitig befinden sich die Menschen in einem starken Entfremdungszustand von der Natur, von sich selbst und ihrer eigenen Wahrnehmung, was die Problematik noch verstärkt. Geprägt von dieser Entwicklung ist das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung ebenfalls gestiegen und der Bedarf an Naturerlebnissen, welche die Gesundheit mit einbeziehen, ist gross. Gesundheit umfasst neben physischen/körperlichen auch mentale sowie soziale Aspekte.

Wirkung des Waldes auf die menschliche Gesundheit: Der positive Einfluss des Waldes auf die menschliche Gesundheit ist seit längerem bekannt (Karjalainen et al. 2010, Nilsson et al. 2011, Sandifere et al. 2011); viele Evidenzen existieren, wenn auch vornehmlich für den asiatischen und angloamerikanischen Natur- und Kulturräum (Hansen et al. 2017, Ideno et al. 2017, Park et al. 2010). Der Wald wirkt sich nachgewiesenermassen z.B. positiv auf das vegetative Nervensystem und Herzkreislaufsystem (Hansen et al. 2017, Mao et al. 2017), auf die mentale Gesundheit (Kotera et al. 2020), Depressions- und Angstzustände (Lee et al. 2017, Poulsen et al. 2016) sowie das Immunsystem (Li et al. 2010, Li et al. 2006) aus. Der Parasympathikus wird stimuliert und entsprechend Stress abgebaut.

Ahorn-Alpweiden und Bergwälder im Meniggrund im Regionalen Naturpark Gantrisch

Land- und Waldeigentümerin: private Waldeigentümer und Landwirte (Alpweiden)

Baum- und Waldstrukturen: Die Gesundheitsangebote sollen vornehmlich auf den offenen Alpweiden stattfinden. Die waldweideähnlichen Strukturen zeichnen sich durch ihre monumentalen, alten Bergahorne aus, die spezielle Wuchsformen und Stammumfänge bis zu 5.3 m aufweisen. Sie wachsen als Einzelbäume oder in Gruppen mit teilweise geschlossenem, aber hauptsächlich offenem Kronendach (Mikroklima eher schlecht im Vergleich zu Waldbestand).

Alp Flühswand

Waldaufbau und -struktur: Alpweide mit Einzelbäumen und Baumgruppen mit Ahorn und Fichten unterschiedlicher Altersstruktur mit einem geschlossenen bis lückigen Kronendach. Struktur wird durch ein vielfältiges Relief mit überwachsenen Steinblöcken und Felsen stark geprägt, welches zusätzlich durch viele spezielle 'Rückzugsorte' auch die Atmosphäre mitgestaltet. Die Gesundheitswirkung (siehe Abb.) des Waldes/ Baumbestandes ist in allen Bereichen gut bis sehr gut; Sicherheitsempfinden (unübersichtliches Gelände) bedarf Führung durch Dritte.



Besonderheiten: Teils steiles wegloses Gelände erfordert gute Trittsicherheit & Kondition/Fitness. Nutzung des umgebauten Stalls zur Durchführung von spezifischen Coachings, Gruppensettings u.ä. (www.elemental-diemtigtal.ch)



Kategorie	Achsen
Erholungsfähigkeit	Stresserholungsfähigkeit
	Aufmerksamkeitsfähigkeit
	Restoring capacity
	Verbesserte Physiologie
Kompetenzentwicklung	Sicherheitsgefühl
	Körperl. Fitness/Aktivierung
	Transzendenzenerfahrung
Verminderung Störung	Soz. Interaktionsmöglichkeit
	Mikroklima
	Natürl. Geräuschkulisse
	Natürl. Geruchsstimulierung

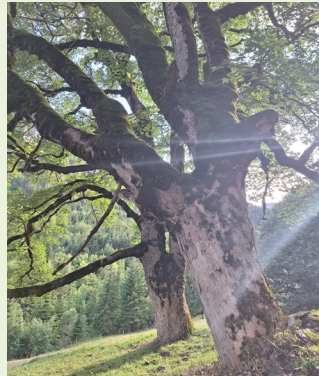
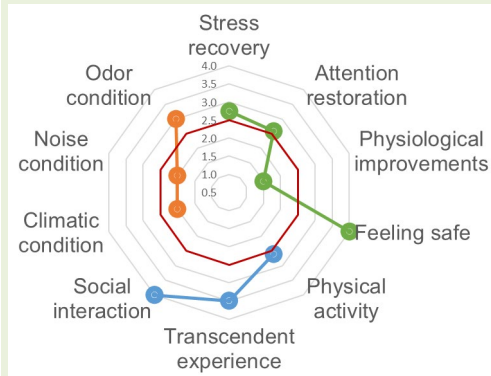


Einfluss des Waldes auf ausgewählte Gesundheitsaspekte (1 eher tief bis 4 sehr hoch, d. h. 4: der Wald hat sehr positive gesundheitsfördernde Auswirkungen auf entsprechendes Merkmal)

Ahorn-Alpweide Menigbach

Waldaufbau und -struktur: Alpweide entlang eines Wanderweges mit sehr offenem Einzelbaumbestand von alten Bergahornen mit besonderen Wuchsformen. Der Menigbach verläuft parallel und ist teilweise zugänglich. Die Orientierung im Raum ist sehr gut (Sicherheitsgefühl), Mikroklima ist aufgrund der offenen Verhältnisse (Licht, Wärme, Luftfeuchte; keine Waldatmosphäre) aus physiologischer Optik eher schlecht ausgeprägt.

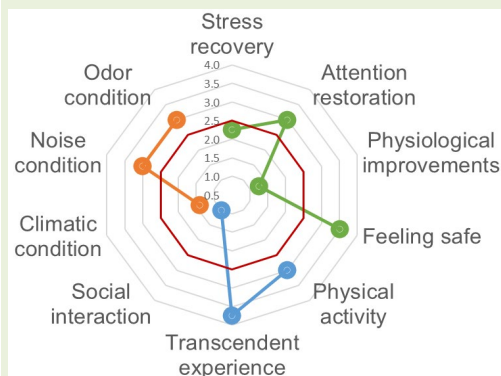
Besonderheiten: überdachter Grillplatz und Wasserzugang, parallel zum Wanderweg verläuft die (Alp)Zufahrtstrasse zum Seeberg (beliebtes Ausflugsziel mit Beiz), die teilweise stärker frequentiert ist.



Ahorn-Alpweide Südere

Waldaufbau und -struktur: Zwei grössere und gruppenförmige Ansammlung von sehr alten (>5m Stammumfang) Bergahornen mit sehr eindrücklichen Wuchsformen. Die Baumgruppen weisen den Charakter eines lichten Waldbestandes auf mit teilweise sehr offen, aber auch geschlossenem Kronendach.

Besonderheiten: Der Standort liegt abseits von Wegen inmitten von Weideland; nicht zugänglich für Wanderer; 1 Baumgruppe befindet sich zudem in einer Mulde (unterstützt Rückzugscharakter); eignet sich für Angebote 'in Stille' (Ruheinsel) Umgeben von TWW-Flächen mit arten- und farbenreicher Kräuterviese.



Eigene Ressourcen stärken zur Förderung von Resilienz & mentaler Gesundheit

Gesundheitswald – Idee und Nutzung: Die alten Bergahorne prägen die Landschaft des Diemtigtals, sind Biodiversitätshotspot. Der Naturpark möchte künftig auch das grosse Gesundheitspotential der Bäume zur Stärkung der mentalen Gesundheit nutzen. Zwei Ausrichtungen zur Angebotsausgestaltung stehen im Fokus:

- Ergänzung des betrieblichen Gesundheitsmanagements um die Mitarbeitergesundheit im Alltag. Ausarbeitung eines Kombiangebotes mit Corporate volunteering & Umwelteinsätzen für Firmen.
- Gesundheits- und Resilienzförderung für Einzelpersonen und Gruppen

Initianten, Trägerschaft, Partner

- Naturpark Diemtigtal (Initiantin & Trägerin)
- Simone Wampfler-Freiburghaus (Durchführung von Gesundheitsangeboten im Park)
- Weitere Partner: Netzwerk Schweizer Pärke

Zielgruppe

- Firmen, Unternehmen, Organisationen
- Individualgäste (Einzelpersonen, Gruppen)

Anbietende/Durchführende:

Das Angebot wird vom Naturpark Diemtigtal in Zusammenarbeit mit Simone Wampfler-Freiburghaus (ortsansässige Dipl. Mental Coach, Business Coach & Systemische Erlebnispädagogin (www.elemental-diemtigtal.ch)) angeboten.

Gesundheitsanwendung zur Stärkung der mentalen und psychischen Gesundheit – durch die Arbeit mit Bildern und Methaphern lässt sich ein Weg ebnen zur Auseinandersetzung mit sich selbst und damit zur Stärkung eigener Ressourcen im Umgang mit Belastungen und Stress.

Präsenz: Solitäräume vermitteln Stabilität und mit ihrem ausgeprägten und breit ausladenden Wurzel- und Kronensystem Standfestigkeit und Präsenz im Hier & Jetzt.



Verwurzelung: Dicke Wurzeln, spezielle Wurzelwuchs- und -verankerungsformen zeigen, wie wir im Leben, in uns und in der Welt verwurzelt sein, Bodenhaftung gewinnen und wo und wie wir Wurzeln schlagen können.



Resilienz / Resistenz: Elastizität/Widerstandskraft sind wichtig, um Herausforderungen/ Störungen von innen/ausen meistern zu können. Die alten, gezeichneten und lebenskräftigen Bäume sind uns hier ein guter Spiegel (stabilisierender Wuchs, Überwallung etc.).

Gemeinsamkeit stärken: Auf alte Ahorne können bis zu 30 Moos-, 50 Flechten- und unzählige Pilzarten in Gemeinschaften leben und sich synergistisch unterstützen. Ein Bild, das auch für unser soziales Miteinander hilfreich sein kann.



Geschäftsmodell und Finanzierungsmechanismen der geplanten Angebote

Schlüsselprodukte Wald & Baum <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eventuell ein selbstständig begehbare Pfad mit Inputs und Anleitungen zum Ahorn & Gesundheitsförderung 	Schlüsselprodukte Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> ▪ Buchbare Kursangebote im Wald/Alpweiden zur Resilienzförderung im Umgang mit Belastungen/Stress 	Schlüsselprodukte Park <ul style="list-style-type: none"> ▪ Positionierung zum Thema Gesundheit ▪ Angebotsausschreibung
Schlüsselaktivitäten Wald/Landwirtschaft <ul style="list-style-type: none"> ▪ Erhaltung und Ersatz des Bergahornbestandes als Lebensraum ▪ Gewährleistung Zutritt/Nutzung 	Schlüsselaktivitäten Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> ▪ Inputs und Anleitung von gesundheitsfördernden Intervention, Begleitung und Unterstützung Alltagstransfer ▪ Konzeption, Organisation und Durchführung des Angebotes 	Schlüsselaktivitäten Park <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sensibilisierung & Überzeugungsarbeit mit Eigentümern/Partnern ▪ Aufbau Partnerschaften ▪ Koordination Angebot/Nachfrage ▪ Vermarktung Angebot
Produkttyp <ul style="list-style-type: none"> ▪ Personenbezogene Dienstleistung 	Markt <ul style="list-style-type: none"> ▪ lokal, überkommunal, national 	Kommunikation / Marketing <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pärke-Medien, www

Finanzierungsmechanismen

Akteure Wald / Landwirtschaft

- Aktuell keine; Wald- und Landwirtschaftseigentümer sind häufig identisch; Mehrwerte soll künftig über Vermarktung von Landwirtschaftsprodukten bei Teilnehmenden zurückfliessen.

Gesundheitsanbieter

- Teilnahmegebühren, kostenlose Nutzung Infrastrukturen Park (inkl. Werbung)

Pärke

- separates Budget (Finanzen, Ressourcen) zum Aufbau von Angeboten stehen zur Verfügung

Herausforderungen

- Aufbauarbeit mit Akzeptanz und Mitwirkung von Wald/Landeigentümern und attraktive Angebotsgestaltung mit Mehrwert (finanziell) für selbige.

Chancen

- Positionierung Park im aktuellen Bereich Gesundheit in Kombination mit Inwertsetzung der Ahorn-Landschaft

Fazit: Angebotsidee greift 'unique selling point' des Parkes (Ahorn-Landschaft) sowie die Förderung der mentalen Gesundheit als aktuelles gesellschaftliches Thema auf, indem es das Potential der alten Ahorne hierfür nutzt.

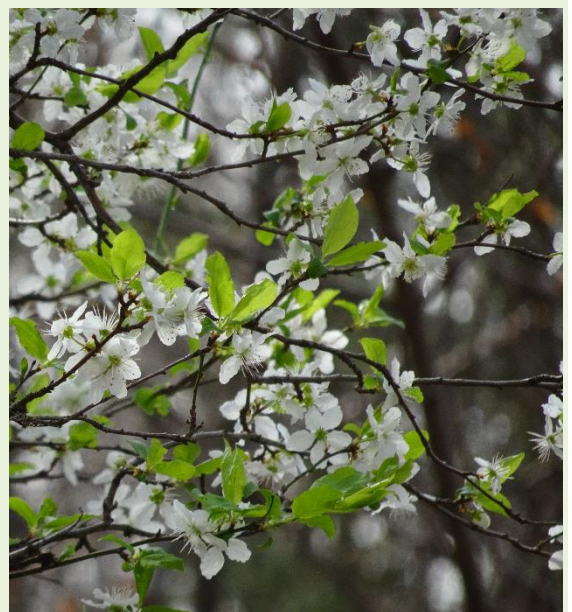
Business Model Canvas ‘Gesundheitsangebote im Wald / Gesundheitswälder’: Business Case

Kraftvolle Ahorn-Alpweiden im RNP Diemtigtal – Eigene Ressourcen stärken zur Förderung von Resilienz & mentaler Gesundheit

<div>STRATEGIE <i>Wie lautet die betriebliche Strategie zur Vorbereitung, Vermarktung und Realisierung des Angebots?</i></div> <div>Buchbare Angebote zur mentalen Gesundheitsförderung, welche durch eine entsprechend ausgebildete Fachperson erarbeitet und in Zusammenarbeit mit dem Park durchgeführt werden. Angebote sollen in Kombination mit Aktionen im Bereich 'Coporate volunteering & Natureinsätze' für Unternehmen/Organisationen lanciert werden, können aber auch einzeln gebucht werden. Sie werden mehrmals jährlich durchgeführt und durch Park vermarktet.</div>											
<div>WALD UND ÖKOLOGIE</div> <div><div><div>Waldqualitäten</div><div>Welche Qualitäten weist der Wald auf? Wie ist der Wald aufgebaut und gestaltet?</div><div>Waldweideähnlichen Strukturen mit monumentalen Habitatbäumen. Die Bergahorne wachsen als Einzelbäume oder in Baumgruppen. Teilweise finden sich auch Fichten-Bergahorn Baumgruppen unterschiedlicher Altersstruktur mit stark ausgeprägtem Kleinrelief (Felsen, Steinblöcke) und geschlossenem Kronendach.</div></div><div><div>Akteure & Aktivitäten Wald</div><div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div><div>Wald/Landwirtschaftseigentümer: Einverständnis. Forstdienst. Keine aktuell (später Einbezug bei Ausarbeitung, ev. Bewilligung)</div></div><div><div>Ökologisches Wertangebot</div><div>Was ist ökologische Waldkomponente am Angebot? Wie kann die gewünschte Waldleistung umschrieben werden? Ökologisch wertvolle, dicke und alte Bergahorne, die mit ihrem grossen Nischenangebot dienen als Habitatbäume einer Vielzahl Tier- und Pflanzenarten als Lebensraum. Die monumentalen Bäume mit ihren speziellen Wuchsformen sind den spirituellen Waldleistung zugeordnet (Transzendenz Erfahrung).</div></div></div>			<div>KUNDENPERSPEKTIVE</div> <div><div><div>Wertangebot Kunde</div><div>Was ist das unmittelbare Wertangebot für die Kunden? Worin zeichnet sich dieses Wertangebot aus in Bezug auf die spezifischen Kundenbedürfnisse?</div><div>Mit bild- und metaphorreichen Baum/Walderfahrungen im Team oder im Einzelsetting die eigenen mentalen Gesundheitsressourcen stärken und für den Transfer in den Alltag vorbereiten.</div></div><div><div>Kunden-Bedürfnisse</div><div>Was sind die Bedürfnisse der Zielgruppe? Was sind Beweggründe, Motive und Erwartungen der Kunden, um das Angebot in Anspruch zu nehmen?</div><div>Möglichkeiten für Arbeitnehmende/Mitarbeitende schaffen im Zuge der betrieblichen Gesundheitsförderung zur Stärkung der eigenen Resilienz im Berufsalltag.</div></div><div><div>Kunden-Zielgruppe</div><div>An welches spezifisches Kundensegment (Alter, Anzahl, Spezifizierung) richtet sich das Angebot? Welche besonderen Anforderungen werden an die Kunden gestellt?</div><div>Firmen / Organisationen und ihre Mitarbeitende Einzelpersonen oder Gruppen Keine Altersbeschränkung (Angebote auch für Kinder & Jugendliche konzipierbar)</div></div></div>								
<div>TOURISMUS – Schlüsselressourcen</div> <div>Welche Schlüsselressourcen können durch Tourismus bereitgestellt werden?</div> <div><ul style="list-style-type: none">Personelle und finanzielle Ressourcen, Werbematerial, LabelBereitstellung von Übernachtungsmöglichkeiten und lokalen Produkten (z.B. Lebensmittel)</div>			<div>TOURISMUS - Akteure und Aktivitäten</div> <div>Welche Akteure sind beteiligt oder können noch beteiligt werden? Mit welchen Aktivitäten und Dienstleistungen können sie zum Angebot beitragen?</div> <div><ul style="list-style-type: none">Regionaler Naturpark Gantrisch: Koordination bei Aufbauarbeiten, Vermittlung, Betreuung und Vermarktung Angebot, lokale Abstützung und permanente Weiterentwicklung des Angebotes.</div>								
<div>Kraftvolle Ahorn-Alpweiden im Diemtigtal</div> <div>‘Eigene Ressourcen stärken zur Förderung von Resilienz & mentaler Gesundheit’</div>											
<div>Gesundheitskompetenz</div> <div>Welche Gesundheitskompetenzen werden benötigt, um das Angebot zu realisieren?</div> <div>Aus- und Weiterbildung im Bereich Resilienzförderung, mentales Gesundheitscoaching u.ä. in Kombination mit einem guten Baum- und Waldverständnis.</div>		<div>Akteure & Aktivitäten Gesundheit</div> <div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div> <div>Simone Wampfler-Freiburghaus, Mental-Coach, Systemische Erlebnispädagogin, Business Coaching, Lehrerin (www.elemental-diemtigtal.ch, www.simonewampfler.ch): Konzeption, Organisation und Durchführung von Einzel- oder Kombiangeboten mit dem Park</div>		<div>Wertangebot Gesundheit</div> <div>Wie kann die anvisierte Gesundheitswirkung bei den Kunden umschrieben werden? Was ist die erworbene Gesundheitskomponente am Angebot?</div> <div>Finden und Stärken der eigenen Ressourcen zum Aufbau und Förderung von Resilienz und der mentalen Gesundheit. Stärkung der eigenen Mitte und Anbindung (Präsenz, Verwurzelung) sowie Anbindung im Team, um einen besseren Umgang & Miteinander mit Berufs- und Alltagsstress zu finden.</div>							
<div>Soziales Wertangebot</div> <div>Wie lautet das soziale Wertangebot? Was ist das Versprechen bezüglich sozialer Interaktion?</div> <div>Teambuildingaktivitäten durch gemeinsame Erlebnis- und Erfahrungsgestaltung im Wald/Natur, welche mit der persönlichen sowie teaminternen Gesundheitsförderung und gegenseitige Wertschätzung verbunden wird.</div>		<div>Beziehungsgestaltung</div> <div>Wie wird der Dialog mit den Kunden aufrechterhalten? Wie wird die Kundenbeziehung langfristig gestaltet?</div> <div>Gemeinsame Kennenlern- und Vorgespräche zur Ausarbeitung eines passenden Angebotes; Nachversand mit Take-Home-Message, Update über Entwicklung der Natureinsätze in Kombination mit Bekanntmachung neuer Angebote</div>		<div>Kommunikation</div> <div>Wie erfahren die Kunden vom Angebot? Über welche Kanäle werden die Kunden erreicht?</div> <div>Direktkontakt; Ausschreibung via www oder Plattform Schweizer Pärke, Mailinglisten</div>							
<div>GESUNDHEIT</div> <div>KOSTENSTRUKTUR <i>Welche Kosten fallen für welche Leistungen pro Jahr an?</i></div> <div><ul style="list-style-type: none">Investitionskosten i.S. Aufbauarbeiten für das Angebot: Überzeugung & Einbezug von PartnerschaftenPlanung, Durchführung und Nachbereitung des AngebotesÜbernachtung und Verköstigung bei Bedarf; Transportkosten (Zufahrt, Dislozierung)Vermarktung</div>						<div>SOZIALITÄT - MITEINANDER</div> <div>FINANZIERUNG <i>Welche Erlöse können generiert werden? Welche Beiträge werden durch wen erbracht?</i></div> <div><ul style="list-style-type: none">Begleitetes Angebot (www.elemental-diemtigtal.ch) finanziert sich ausschliesslich über Teilnehmendenbeiträge, die vollständig zur Anbieterin fließen.Verkauf von lokalen Produkten</div>					

Zurzach Care

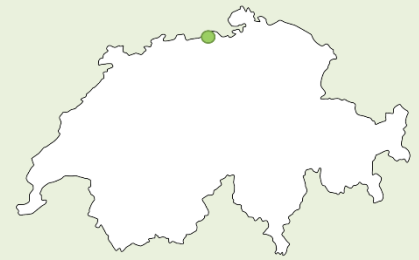
„Zurzacher Therapiewald – Wald als Therapieraum“



Allgemeine Einbettung

Kanton	Gemeinde	Region	Höhenstufe
AG Aargau	Bad Zurzach	Mittelland, angrenzend an Jura	535 m ü. M Hügellandstufe

Die Ortschaft liegt am Hochrhein an der Grenze zu Deutschland. Der Wald befindet sich 4,6 km von der Klinik entfernt, in südwestlicher Richtung auf dem Acheberg.



öV	1 Stunde Fussweg von der Klinik in Bad Zurzach
Parkplätze	Genügend Parkmöglichkeiten
Infrastrukturen	Offene Hütte, Tische, Bänke, Helsana-Trail
Mobilität	Waldplatz für mobilitätseingeschränkte Personen zugänglich
Ruhe	Zivilisationslärm (Verkehr etc.) minim

Gesundheitsfördernde Waldleistungen

Hintergrund: Globalisierung, Urbanisierung, Technologisierung und Digitalisierung tragen dazu bei, dass sich die Lebens- und Arbeitsbedingungen sowie unser Lebensstil rasant wandeln. Der individuelle Stress und Stressfolgeerkrankungen nehmen in diesem Zuge ebenfalls zu. Gleichzeitig befinden sich die Menschen in einem starken Entfremdungszustand von der Natur, von sich selbst und ihrer eigenen Wahrnehmung, was die Problematik noch verstärkt. Geprägt von dieser Entwicklung ist das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung ebenfalls gestiegen und der Bedarf an Naturerlebnissen, welche die Gesundheit mit einbeziehen, ist gross. Gesundheit umfasst neben physischen/körperlichen auch mentale sowie soziale Aspekte.

Wirkung des Waldes auf die menschliche Gesundheit: Der positive Einfluss des Waldes auf die menschliche Gesundheit ist seit längerem bekannt (Karjalainen et al. 2010, Nilsson et al. 2011, Sandifere et al. 2011); viele Evidenzen existieren, wenn auch vornehmlich für den asiatischen und angloamerikanischen Natur- und Kulturraum (Hansen et al. 2017, Ideno et al. 2017, Park et al. 2010). Der Wald wirkt sich nachgewiesenermassen z.B. positiv auf das vegetative Nervensystem und Herzkreislaufsystem (Hansen et al. 2017, Mao et al. 2017), auf die mentale Gesundheit (Kotera et al. 2020), Depressions- und Angstzustände (Lee et al. 2017, Poulsen et al. 2016) sowie das Immunsystem (Li et al. 2010, Li et al. 2006) aus. Der Parasympathikus wird stimuliert und entsprechend Stress abgebaut.

Waldgebiet 'Acheberg'

Grundeigentümerin: Ortsbürgergemeinde Zurzach

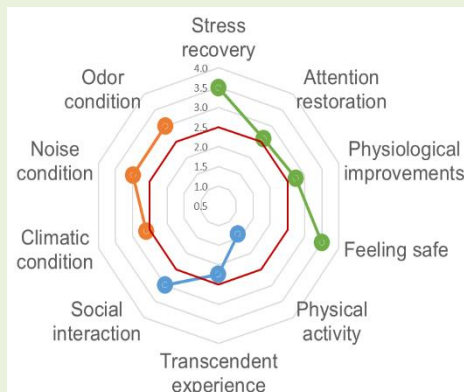
Waldaufbau und -struktur: Es handelt sich um artenreiche Verjüngungsflächen (Laubmischwald mit Buche und einzelbaumweise bis truppweise beigemischt Kirsche, Birke, Weide, Ahorn) mit einzelnen Überhältern (Fichte, Föhre) und älteren Bäumen entlang des Weges im Baum/Altholz (Fichte, Mammutbäume). Im Waldrandbereich finden sich alte, eindruckliche Buchen.

Gesundheitswirkung / Anwendungen:

Der Wald auf dem Acheberg bietet mit seiner Vielfalt und seinem artenreichen Laubwald über alle Jahreszeiten Elemente, die Faszination auslösen und Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Die Wege ermöglichen sanfte Bewegung in flachem Gelände. Der Wald wird für Schmerz- und SchlafpatientInnen genutzt. Mit den Therapien soll eine bewusste Ablenkung vom Schmerz stattfinden und die PatientInnen wieder gezielt an Bewegungen herangeführt werden.



Kategorie	Achsen
Erholungs-fähigkeit Restoring capacity	Stresserholungsfähigkeit
	Aufmerksamkeitsfähigkeit
	Verbesserte Physiologie
	Sicherheitsgefühl
Kompetenz-entwicklung Building capacity	Körperl. Fitness/Aktivierung
	Transzendenz Erfahrung
	Soz. Interaktionsmöglichkeit
Verminderg. Störung Reducing harm	Mikroklima
	Natürl. Geräuschkulisse
	Natürl. Geruchsstimulierung



Einfluss der Faktoren auf die Gesundheit (Skalenwerte von 1-4 mit 1 eher tief bis 4 sehr hoch, d. h. der Wald hat sehr positive gesundheitsfördernde Auswirkungen auf entsprechendes Merkmal)

„Zurzacher Therapiewald – Wald als Therapieraum“

Rahmen: Bisher wird an der Rehaklinik Bad Zurzach die Waldtherapie für PatientInnen mit Schmerzen und Schlafstörungen angeboten. Der Weg in den Wald kann wegen der Distanz nur mit Autos bewältigt werden. Für den Transport muss jeweils ein Fahrzeug mit Fahrer gemietet werden. Die Waldtherapie muss mit 2 Mitarbeitenden durchgeführt werden, sozusagen im Tandem von TherapeutIn und Waldpädagogin. Es werden jeweils 2 Therapiestunden aufgewendet. Der Aufwand für die Therapie kann bisher nicht vollständig gedeckt werden. Für die Zukunft wird eine kostendeckende Lösung mit bekannten Therapiewirkungen angestrebt.

Gesundheitswald: Idee und Nutzung

Stressige Herausforderungen im beruflichen wie privaten Alltag können zu Schmerzen und Schlafstörungen führen. Achtsamkeitsbasierte Ansätze, z. B. durch eine vielfältige Sinnesstimulierung sowie Waldaufenthalte können durch Ablenkung und Aufmerksamkeitswiederherstellung helfen, Schmerzen weniger stark wahrzunehmen. Der Aufenthalt im Wald kann den chronobiologischen Rhythmus regulieren und den Schlaf fördern.

Bei Zurzach Care macht man sich mit Waldaufenthalten und zielorientierten Interventionen zunutze, dass die PatientInnen ein erhöhtes Selbstbewusstsein und eine verbesserte Körperwahrnehmung erreichen. Leichte Bewegungen in einer motivierenden Umgebung lösen Ängste vor Schmerzen.

Vision: 'Tiny Therapy Forest'

Damit die weiten, langen Anfahrtswege in den Wald wegfallen, soll auf dem Gelände der Rehaklinik ein kleiner Wald angelegt werden, der alle Eigenschaften eines Therapiewaldes beinhaltet. Dadurch sollen Kosten reduziert werden, und die Waldtherapie kann in der Klinik kostendeckend und nachhaltig integriert und weiterentwickelt werden.

Zukünftig soll die Waldtherapie auf weitere Patientengruppen wie z. B. HerzpatientInnen ausgeweitet werden.

Initianten, Trägerschaft, Partner

Das Angebot der Waldtherapie besteht seit circa 5 Jahren. Weitere Partner sind Bad Zurzach Tourismus AG, Forstverwaltung Klingnau-Döttingen-Koblentz-Rietheim, Forstbetrieb Studenland.

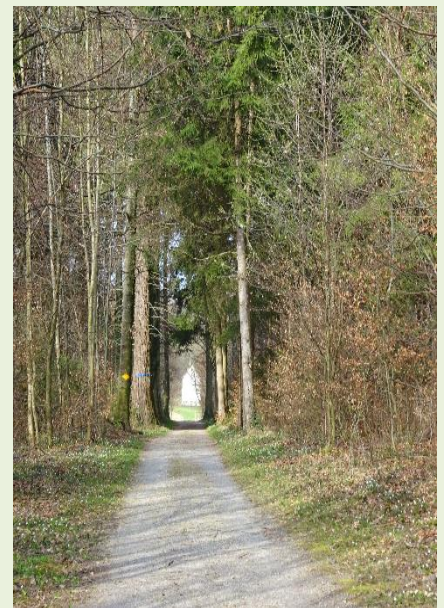
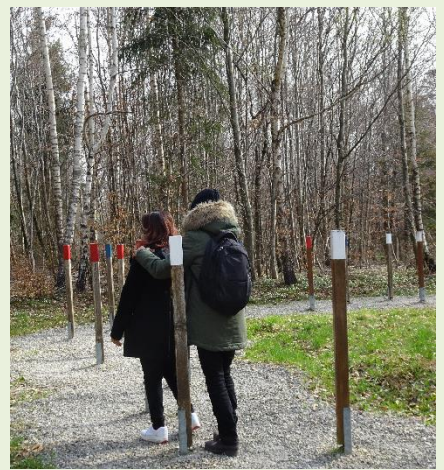
Zielgruppe

PatientInnen: PatientInnen mit Schlafstörungen, SchmerzpatientInnen

Therapie-Setting: Einzeltherapien und Gruppen von bis zu 6 Personen, Erwachsene von 18 bis 70 Jahren

Anbietende/Durchführende

Die Therapien werden von Ergo- oder PhysiotherapeutInnen in Begleitung einer Wald-/Naturpädagogin durchgeführt. Sie finden ganzjährig statt. Die Therapie dauert jeweils 2 Stunden, inklusive Hin- und Rückfahrt.



Geschäftsmodell und Finanzierungsmechanismen der Visio 'Tiny Therapy Forest' (Ideenstatus)

Produkttyp <ul style="list-style-type: none"> Produktbegleitende Dienstleistung 	Schlüsselprodukte Wald <ul style="list-style-type: none"> Barfusspfad Achtsamkeitspfad Ruheliegen Therapieebäume Sinnesstationen «Anderer» Therapieraum 	Schlüsselprodukte Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> Stressreduktion; Verbesserung von depressiven Zuständen, Aufmerksamkeit, Konzentration, Selbstwahrnehmung; Abbau von Angstgefühlen; Regulierung des Blutdrucks; Rückgang von chronischen Schmerzen; Verbesserung von Atemwegerkrankungen; Stimulierung der Immunantwort
Markt <ul style="list-style-type: none"> Gesundheitsbranche PatientInnen Politische Interessenvertretungen 		
Kommunikation / Marketing <ul style="list-style-type: none"> Webseite der Klinik https://www.zurzachcare.ch/bad-zurzach Werbung in Lokal- sowie Gesundheitsfachpresse, Krankenversicherern 	Schlüsselaktivitäten Wald <ul style="list-style-type: none"> Planung des Wald «Tiny Therapy Forest» Pflanzung Wald Anlage Wege und Plätze Pflege-/Unterhaltsmanagement 	Schlüsselaktivitäten Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> Achtsamkeitsübungen, Sinneswahrnehmungen, Body Scan, Progressive Muskelrelaxation, «Waldbaden», Begegnung mit Natur und Wetter, Atemübungen, kognitive Übungen, Bewegungspädagogik

Finanzierungsmechanismen

Zurzach Care

- Finanzierung Anlage/Unterhalt, Eigenleistungen, Finanzhilfen Gemeinde, Stiftung Gesundheitsförderung Bad Zurzach, Bad Zurzach Tourismus AG, Sponsoring

Gesundheitsanbieter

- Güter/Dienstleistung: bisher nur über die stationären Grundpauschalen abrechenbar, Vision: spezifische Waldtherapie-Pauschalen und Anerkennung der Waldtherapie als Therapiemethode

Tourismus

-

Herausforderungen

- Therapiewald auf kleiner Fläche, Berücksichtigung verschiedener Patientengruppen, Finanzierung und Kostendeckung

Chancen

- Wirksamkeit von Gesundheitswäldern sichtbar machen; Bekanntheitsgrad der Waldtherapie steigern; unique selling point für Zurzach Care; Professionalisierung von Gesundheitswäldern und Waldtherapie

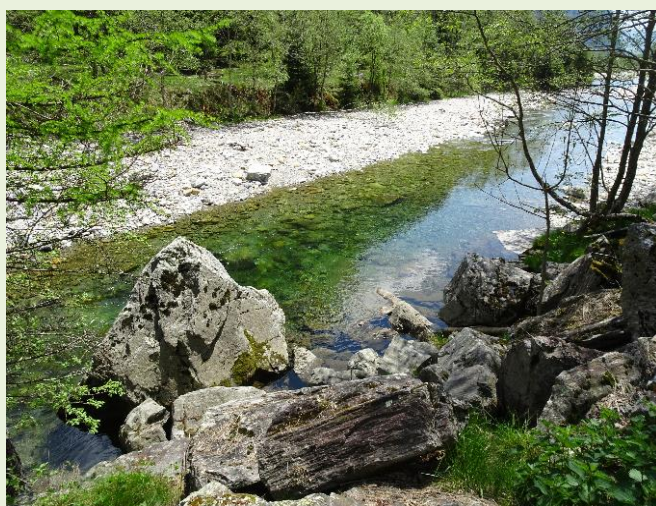


Business Model Canvas ‘Gesundheitsangebote im Wald / Gesundheitswälder’

<div>STRATEGIE</div> <div>Wie lautet die betriebliche Strategie zur Vorbereitung, Vermarktung und Realisierung des Angebots?</div> <div>Der Therapiewald 'Tiny Therapy Forest' wird in das therapeutische Angebot der RehaClinic Bad Zurzach integriert und steht den Patientinnen das ganze Jahr über zur Verfügung.</div>						
<div>WALD UND ÖKOLOGIE</div> <div><div>Waldqualitäten</div><div>Welche Qualitäten weist der Wald auf? Wie ist der Wald aufgebaut und gestaltet?</div><div>Der geplante Therapiewald soll eine Vielzahl verschiedener Baumarten und walddtypische Strukturen beinhalten, die das gesamte Jahr hindurch unterschiedliche Sinnesreize für die Patient:innen bereithalten. Es soll ein in sich geschlossener und nach aussen abgrenzbarer Ruheraum sein.</div></div> <div><div>Akteure & Aktivitäten Wald</div><div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div><div>Das Thermalbad ist Besitzer des Landes, auf dem der Therapiewald entstehen soll. Einbezug von Fachpersonen aus den Disziplinen, u.a. Expertinnen im Bereich 'urban forest' / 'tiny forests'.</div></div> <div><div>Ökologisches Wertangebot</div><div>Was ist ökologische Waldkomponente am Angebot? Wie kann die gewünschte Waldleistung umschrieben werden?</div><div>Ein arten- und strukturreicher Wald, der einer Vielzahl an Pflanzen- und Tierarten Lebensraum bietet.</div></div>			<div>KUNDENPERSPEKTIVE</div> <div><div>Wertangebot Kunde</div><div>Was ist das unmittelbare Wertangebot für die Kunden? Worin zeichnet sich dieses Wertangebot aus in Bezug auf die spezifischen Kundenbedürfnisse?</div><div>Ein naturnaher Therapieraum ausserhalb der Klinikmauern mit klimatherapeutischem Setting, angenehmer, entspannender Atmosphäre fernab des Klinikalltags und doch zu Fuss in kürzester Zeit und ohne Anstrengung erreichbar.</div></div> <div><div>Kunden-Bedürfnisse</div><div>Was sind die Bedürfnisse der Zielgruppe? Was sind Beweggründe, Motive und Erwartungen der Kunden, um das Angebot in Anspruch zu nehmen?</div><div>Distanz vom Klinikalltag; stressfreie Atmosphäre; mehr persönlicher Raum, neue Input auch für den später folgenden Alltagstransfer.</div></div> <div><div>Kunden-Zielgruppe</div><div>An welches spezifisches Kundensegment (Alter, Anzahl, Spezifizierung) richtet sich das Angebot? Welche besonderen Anforderungen werden an die Kunden gestellt?</div><div>Reha-PatientInnen mit Schlafstörungen, SchmerzpatientInnen, Personen nach einem Schlaganfall Einzeltherapien und Gruppen von bis zu 6 Personen, Erwachsene 18 bis 70 Jahre.</div></div>			
<div>TOURISMUS – Schlüsselressourcen</div> <div>Welche Schlüsselressourcen können durch Tourismus bereitgestellt werden?</div> <div>keine</div>			<div>Zurzach Care 'Tiny Therapy Forest'</div> <div>TOURISMUS - Akteure und Aktivitäten</div> <div>Welche Akteure sind beteiligt oder können noch beteiligt werden? Mit welchen Aktivitäten und Dienstleistungen können sie zum Angebot beitragen?</div> <div>keine</div>			
<div>Gesundheitskompetenz</div> <div>Welche Gesundheitskompetenzen werden benötigt, um das Angebot zu realisieren?</div> <div>Mobilität: Gehend oder auch im Rollator oder Rollstuhl; saisonale Pollenallergien beachten; Ausschluss von PatientInnen mit traumatischen Wald-Erlebnissen oder entsprechenden Angststörungen</div>		<div>Akteure & Aktivitäten Gesundheit</div> <div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div> <div>Physio- oder ergotherapeutische Fachpersonen mit Interesse an der Natur; Weiterbildung in Waldachtsamkeit; Koordination, Vor- und Nachbereitung der Angebote</div>	<div>Wertangebot Gesundheit</div> <div>Wie kann die anvisierte Gesundheitswirkung bei den Kunden umschrieben werden? Was ist die erworbene Gesundheitskomponente am Angebot?</div> <div>Stressreduktion; Verbesserung von depressiven Zuständen und Aufmerksamkeit, Konzentration, Selbstwahrnehmung; Abbau von Angstgefühlen; Regulierung des Blutdrucks; Rückgang von chronischen Schmerzen; Verbesserung von Atemwegerkrankungen; Stimulierung der Immunantwort</div>	<div>Soziales Wertangebot</div> <div>Wie lautet das soziale Wertangebot? Was ist das Versprechen bezüglich sozialer Interaktion?</div> <div>Imagepflege für die Klinik; Alleinstellungsmerkmal gegenüber konventionellen Therapieformen; Attraktivitätssteigerung für Tourismus Bad Zurzach</div>	<div>Beziehungsgestaltung</div> <div>Wie wird der Dialog mit den Kunden aufrechterhalten? Wie wird die Kundenbeziehung langfristig gestaltet?</div> <div>Werbung über Website; Bekanntmachung über Broschüren; Erfahrungsberichte und wissenschaftliche Publikationen; Mund-zu-Mund- Propaganda; Tagungen</div>	<div>Kommunikation</div> <div>Wie erfahren die Kunden vom Angebot? Über welche Kanäle werden die Kunden erreicht?</div> <div>Anmeldung über die üblichen Kanäle zwischen TherapeutIn und PatientIn</div>
<div>GESUNDHEIT</div> <div>KOSTENSTRUKTUR</div> <div>Welche Kosten fallen für welche Leistungen pro Jahr an?</div> <div>Bau der Anlage, Spezifische Waldpflege; Unterhalt Wald und Wege: Entwicklung, Vorbereitung, Marketing und Durchführung des Angebots: Koordination, Kommunikation</div>			<div>SOZIALITÄT - MITEINANDER</div> <div>FINANZIERUNG</div> <div>Welche Erlöse können generiert werden? Welche Beiträge werden durch wen erbracht?</div> <div>Patientenpauschalen Wirtschaftspartner Sonstige Partner</div>			

Parco Val Calanca

„ISpace – Holzige Rückzugsräume im Wald für die Kontemplation & Reflexion“

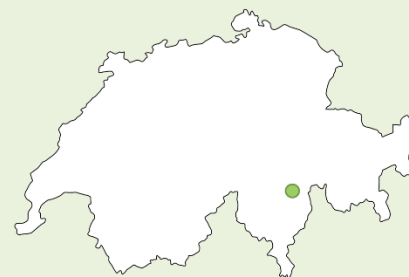


Allgemeine Einbettung

Kanton	Gemeinden	Region	Höhenstufe
GR Graubünden	Rossa, Augio Santa Domenica	Calancatal, Misox	1'050 m ü. M Montane Stufe der Südalpen

Der Skulpturenpfad liegt im hinteren Calancatal und führt entlang der ostexponierten Talseite von Rosso nach Santa Domenica.

öV	■ Sfera: 20 Minuten Fussweg von Rossa Villaggio
Parkplätze	■ wenige Parkmöglichkeiten
Infrastrukturen	■ Holzskulpturen
Mobilität	■ für mobilitätseingeschränkte Personen nicht zugänglich
Ruhe	■ Zivilisationslärm (Verkehr etc.) minim



Legende: ■ Gut ■ mittel ■ schlecht

Gesundheitsfördernde Waldleistungen

Hintergrund: Globalisierung, Urbanisierung, Technologisierung und Digitalisierung tragen dazu bei, dass sich die Lebens- und Arbeitsbedingungen sowie unser Lebensstil rasant wandeln. Der individuelle Stress und Stressfolgeerkrankungen nehmen in diesem Zuge ebenfalls zu. Gleichzeitig befinden sich die Menschen in einem starken Entfremdungszustand von der Natur, von sich selbst und ihrer eigenen Wahrnehmung, was die Problematik noch verstärkt. Geprägt von dieser Entwicklung ist das Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung ebenfalls gestiegen und der Bedarf an Naturerlebnissen, welche die Gesundheit mit einbeziehen, ist gross. Gesundheit umfasst neben physischen/körperlichen auch mentale sowie sozialen Aspekte.

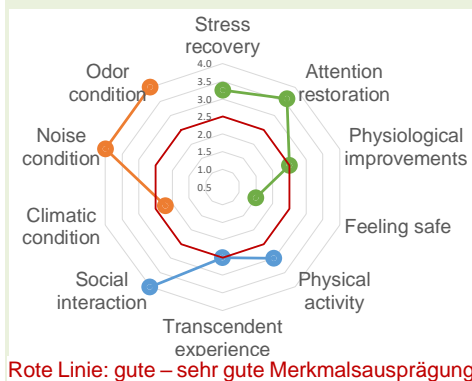
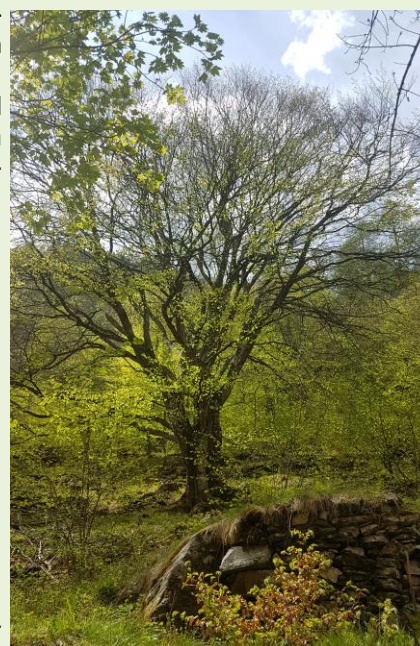
Wirkung des Waldes auf die menschliche Gesundheit: Der positive Einfluss des Waldes auf die menschliche Gesundheit ist seit längerem bekannt (Karjalainen et al. 2010, Nilsson et al. 2011, Sandifere et al. 2011); viele Evidenzen existieren, wenn auch vornehmlich für den asiatischen und angloamerikanischen Natur- und Kulturraum (Hansen et al. 2017, Ideno et al. 2017, Park et al. 2010). Der Wald wirkt sich nachgewiesenermassen z.B. positiv auf das vegetative Nervensystem und Herz-Kreislaufsystem (Hansen et al. 2017, Mao et al. 2017), auf die mentale Gesundheit (Kotera et al. 2020), Depressions- und Angstzustände (Lee et al. 2017, Poulsen et al. 2016) sowie das Immunsystem (Li et al. 2010, Li et al. 2006) aus. Der Parasympathikus wird stimuliert und entsprechend Stress abgebaut.

Waldgebiet - Am Beispiel der Skulptur 'Sfera' (Rossa)

Waldeigentümer: private Waldbesitzer

Waldaufbau und -struktur: Es handelt sich um einen mehrschichtigen, strukturreichen Laubmischwald, der sich im Stangen- bis schwachen Baumholzstadium befindet. Verjüngung ist viel vorhanden und in Lücken kommen vereinzelt dicke, mächtige Buchen vor. Der Wald besteht hauptsächlich aus Buchen sowie Ahorn, Esche, Birke und Kirsche. Bodenvegetation und Relief sind sehr vielfältig: Grasflächen, bemoosten Steinen, Relikte von Trockenmauern, resp. alten Steinmauerresten und grösseren Steinblöcken wechseln sich ab. Die Orientierung im Raum ist anspruchsvoll und nur entlang der Wege möglich.

Gesundheitswirkung / Anwendungen: Vielfältige Wald-, Relief- und Wegestrukturen in Kombination mit der Vielfalt an Baumarten, Farben und Formen führen zu einem hohen Wert bei der Stresserholungs- und Aufmerksamkeitsfähigkeit. Der Wald bietet somit beste Voraussetzungen für Kontemplation, Meditation und Reflexion. Die Skulpturen sind so gestaltet, dass sie zwar einen separaten, in sich geschlossenen Raum darstellen, durch die verschiedenen Öffnungen ermöglichen sie aber gleichzeitig auch den Kontakt mit dem umgebenden Wald.



Kategorie	Achsen
Erholungsfähigkeit	Stresserholungsfähigkeit
	Aufmerksamkeitsfähigkeit
	Verbesserte Physiologie
	Sicherheitsgefühl
Kompetenzentwicklung	Körperl. Fitness/Aktivierung
	Transzendenzenerfahrung
	Soz. Interaktionsmöglichkeit
Vermind. Störung Reducing harm	Mikroklima
	Natürl. Geräuschkulisse
	Natürl. Geruchsstimulierung

Einfluss der Faktoren auf die Gesundheit (Skalenwerte von 1-4 mit 1 eher tief bis 4 sehr hoch, dh. der Wald hat sehr positive gesundheitsfördernde Auswirkungen auf entsprechendes Merkmal)

„ISpace – Holzige Rückzugsräume im Wald für die Kontemplation & Reflexion“

Holzige Erfahrungsräume in Waldräumen: Idee und Nutzung

Das Calancatal ist stark durch wald- und wasserreiche Naturlandschaften geprägt, die zusammen mit seiner Kulturgeschichte den besonderen Charme des Tals ausmachen. Entlang eines Weges im Wald wurden verschieden aufgebaute, begehbare Holzskulpturen entwickelt – Holzkunstwerke aus immer gleichen Kanthölzern, aber unterschiedlicher Dimension und Form. Sie laden die Besuchenden zum Verweilen und einer neuen Erfahrbarkeit von Raum, Natur und Kunst ein. Ein Raum im Raum zum Sein, zur Kontemplation, Meditation und eigenen Reflexion über das Menschsein, die Natur, unser Naturverständnis und vieles mehr. Ein Ort der Stille, der besondere Wald- und Holzatmosphären verbindet und erfahrbar macht.

Die weiterführende Idee ist es, dass diese Räume gezielt für neue Gesundheitsangebote als Gesprächs- und Therapieaum von Kliniken und Gesundheitsfachpersonen eingesetzt werden, z.B. im psychosomatischen oder anderen therapeutischen Bereichen. Damit sollen die bereits bestehenden Angebote im Val Calanca ergänzt werden (Forestbathing, Trekking und Yoga) und der Park auch im naturbasierten Gesundheitstourismus stärker positioniert werden.

Initianten, Trägerschaft, Partner

Die Holzinstallationen entstanden dank der Zusammenarbeit zwischen Ross-Arte, der Gemeinde Rossa, Parco Val Calanca und frei-holzbau.ch auf Basis von Entwürfen des Architekten Davide Macullo. Der Forstbetrieb hat bei der Standortwahl unterstützt sowie mit dem Holz aus dem Tal die Lärchenholzbalken gefertigt.

Zielgruppe

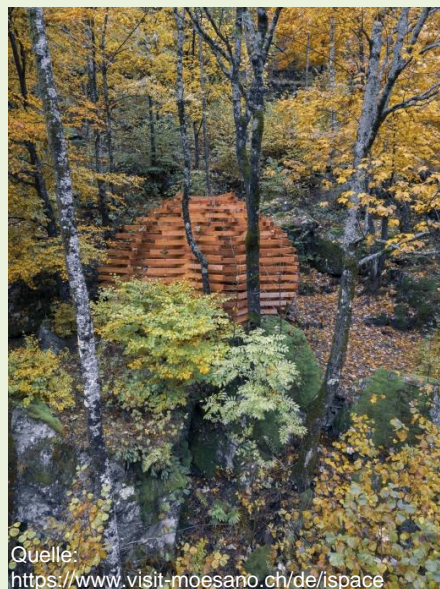
TouristInnen: vor allem Tagesgäste, langfristig auch Mehrtagesgäste; sanfter Tourismus, Ökotourismus; Wald-, Natur- und Kunstliebhabende.

Klienten/Patient:innen, die naturbasiert präventive oder therapeutische Gesundheitsangebote wahrnehmen möchten.

Voraussetzung für den Besuch der Skulpturen sind Mobilität und eine solide Grundkondition.

Anbietende/Durchführende

Die Holzskulpturen und der umgebende Wald sollen für neue Gesundheitsangebote eingesetzt werden. Vorstellbar ist, dass Kliniken, InhaberInnen von Praxen und Institutionen der Gesundheitsbranche Angebote durchführen. Hotellerie, Ferienwohnungen, Bauernhöfe sollen mit entsprechenden Angeboten ebenfalls in das Projekt eingebunden werden.



Quelle: <https://www.visit-moesano.ch/de/ispac>



Quelle: <https://www.visit-moesano.ch/de/ispac>



Quelle: <https://www.visit-moesano.ch/de/ispac>

Hängemattenwald

Entlang der Calancasca gibt es zudem ein Areal, in dem ein *Hängemattenwald* direkt im Wald entlang des Flusses in Planung, resp. im Aufbau ist. Darauf soll hier nicht weiter eingegangen werden.

Geschäftsmodell und Finanzierungsmechanismen

Schlüsselprodukte Wald <ul style="list-style-type: none"> Holzbalken und Waldplätze für Skulpturen 	Schlüsselprodukte Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> Zukünftig: gesundheitsfördernde Angebote und Therapiesettings im Wald 	Schlüsselprodukte Park <ul style="list-style-type: none"> Skulpturenpfad
Schlüsselaktivitäten Wald <ul style="list-style-type: none"> Bereitstellung und Bearbeitung der Holzbalken; Instandhaltung Holzskulpturen Sicherheitskontrollen und -massnahmen entlang der Skulpturen 	Schlüsselaktivitäten Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> Konzeption, Organisation und Durchführung von präventiven und therapeutischen Angeboten 	Schlüsselaktivitäten Park <ul style="list-style-type: none"> Sensibilisierung & Überzeugungsarbeit mit Eigentümern/Partnern Aufbau Partnerschaften Koordination Angebot/Nachfrage Vermarktung Angebot
Produkttyp <ul style="list-style-type: none"> Produktbegleitende Dienstleistung Personenbezogene Dienstleistung 	Markt <ul style="list-style-type: none"> lokal, überkommunal, national 	Kommunikation / Marketing <ul style="list-style-type: none"> Pärke-Medien, www
Finanzierungsmechanismen <p>Wald</p> <ul style="list-style-type: none"> Gemeinden, Parco Val Calanca, Sponsoring, Eigenleistung <p>Gesundheitsanbieter (sobald aktiv, im Moment Ideencharakter)</p> <ul style="list-style-type: none"> Kliniken, Therapeuten: Querfinanzierung durch Abrechnung Krankenversicherer Verlagerung. Eigenleistung <p>Tourismus</p> <ul style="list-style-type: none"> Parco Val Calanca, Sponsoring 		

Herausforderungen

- Wegen der Abgelegenheit und schlechten Erreichbarkeit im Talende werden vor allem Mehrtagesgäste angelockt; für Kliniken und Praxen stellt die Anreise eine Herausforderung dar.

Chancen

- Natur, Kunst und Gesundheit verbinden und sichtbar machen; Verbindung von Natur und Mensch stärken; durch Kunstobjekte die Schönheit des Waldes entdecken; Touristenattraktion für das Val Calanca; neue Gesundheitsangebote für die Allgemeinbevölkerung und für PatientInnen im Besonderen schaffen.

Fazit: Mit der Realisierung der ISpace-Installationen wurden Kunstobjekte im Wald geschaffen, die mit ihrer Grundidee neue Wald,- Holz,- Kunst- und GedankenRäume öffnen und erfahrbar machen, die sich auch im Gesundheitsbereich perfekt nutzen lassen und Wertschöpfung (materiell, ideell) für alle Beteiligten generieren.



Quelle: <https://www.visit-moesano.ch/de/inspace>

Business Model Canvas ‘Gesundheitsangebote im Wald / Gesundheitswälder’: Business Case

ISpace Calancatal – ‘Holzige Rückzugsräume im Wald für die Kontemplation, Meditation & Reflexion’

<div>STRATEGIE <i>Wie lautet die betriebliche Strategie zur Vorbereitung, Vermarktung und Realisierung des Angebots?</i></div> <div>Wald- und Kunsträume zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung bereitstellen und in Zusammenarbeit mit Gesundheitsanbietenden weiterentwickeln, nach aussen tragen. Mit dem Aufbau eines naturbasierten Gesundheitstourismus die ländliche Region, ihre Bevölkerung und Arbeitswelt stärken.</div>					
<div>WALD UND ÖKOLOGIE</div> <div><div><div>Waldqualitäten</div><div><i>Welche Qualitäten weist der Wald auf? Wie ist der Wald aufgebaut und gestaltet?</i></div><div>Vielfältige Wald-, Relief- und Wegestrukturen in Kombination mit der Vielfalt an Baumarten, Farben und Formen – sie erhöhen die Stresserholungs- und Aufmerksamkeitsfähigkeit und bieten beste Voraussetzungen, um sich auf für Kontemplation, Meditation und Reflexion einzulassen.</div></div><div><div>Akteure & Aktivitäten Wald</div><div><i>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</i></div><div>Forstbetrieb: Bereitstellung und Bearbeitung der Holzbalken; Instandhaltung Holzskulpturen, Sicherheitskontrollen und -massnahmen entlang der Skulpturen.</div></div><div><div>Ökologisches Wertangebot</div><div><i>Was ist ökologische Waldkomponente am Angebot? Wie kann die gewünschte Waldleistung umschrieben werden?</i></div><div>Vielfältiger, naturnaher Wald mit standortgerechten und verschiedenen Baumarten und Strukturen. Alte Trockenmauerreste und Kleistrukturen tragen zur Biodiversitätsförderung bei.</div></div></div>			<div>KUNDENPERSPEKTIVE</div> <div><div><div>Wertangebot Kunde</div><div><i>Was ist das unmittelbare Wertangebot für die Kunden? Worin zeichnet sich dieses Wertangebot aus in Bezug auf die spezifischen Kundenbedürfnisse?</i></div><div>Neue Wald-, Holz-, Kunst- und Gedankenräume öffnen und auf vielfältige Art erfahr- und erlebbar machen. Durch Kontemplation und Meditation zu innerer Ruhe, Kraft und Fülle kommen.</div></div><div><div>Kunden-Bedürfnisse</div><div><i>Was sind die Bedürfnisse der Zielgruppe? Was sind Beweggründe, Motive und Erwartungen der Kunden, um das Angebot in Anspruch zu nehmen?</i></div><div>Abstand vom Alltag; Aktivitäten zur An- und Rückbindung an die Natur & sich selbst in Kombination mit der Erfahrung von Holzkunst. Therapie ausserhalb vom Kliniksetting in naturnahen Wald. und Holzumgebungen wahrnehmen.</div></div><div><div>Kunden-Zielgruppe</div><div><i>An welches spezifisches Kundensegment (Alter, Anzahl, Spezifizierung) richtet sich das Angebot? Welche besonderen Anforderungen werden an die Kunden gestellt?</i></div><div><ul style="list-style-type: none">Wald-, Holz- und Kunstliebhabende allen AltersKlienten/Patient:innen, die naturbasiert präventive oder therapeutische Gesundheitsangebote wahrnehmen möchten.Touristen: aktuell vor allem Tagesgäste, langfristig auch Mehrtagesgäste;EinwohnerInnen des Val Calanca und Umgebung</div></div></div>		
<div>TOURISMUS – Schlüsselressourcen</div> <div><i>Welche Schlüsselressourcen können durch Tourismus bereitgestellt werden?</i></div> <div><ul style="list-style-type: none">Personelle und finanzielle Ressourcen, Werbematerial, LabelBereitstellung von Übernachtungsmöglichkeiten und lokalen Produkten (z.B. Lebensmittel)</div>			<div>TOURISMUS - Akteure und Aktivitäten</div> <div><i>Welche Akteure sind beteiligt oder können noch beteiligt werden? Mit welchen Aktivitäten und Dienstleistungen können sie zum Angebot beitragen?</i></div> <div><ul style="list-style-type: none"><i>Parco Val Calanca:</i> Koordination bei Aufbauarbeiten, Vermittlung, Betreuung und Vermarktung und Weiterentwicklung neuer Angebote in Verbindung mit Gesundheitstourismus.</div>		
<div>Gesundheitskompetenz</div> <div><i>Welche Gesundheitskompetenzen werden benötigt, um das Angebot zu realisieren?</i></div> <div><i>Angebote durch Dritte:</i> Aus- und Weiterbildung im Gesundheitsbereich. <i>Selbstständige Durchführung:</i> Mobilität und Trittsicherheit</div>			<div>Soziales Wertangebot</div> <div><i>Wie lautet das soziale Wertangebot? Was ist das Versprechen bezüglich sozialer Interaktion?</i></div> <div>Gemeinsame Identität schaffen durch das Erleben des Tals, in dem Natur-, Kultur-, Kunst-, Arbeits- und Lebens- und Tourismuswelten im Einklang stehen.</div>		
<div>GESUNDHEIT</div> <div><div><div>Akteure & Aktivitäten Gesundheit</div><div><i>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</i></div><div><i>Zukünftig (im Aufbau):</i> Kliniken & Praxen, z.B. Faculty of Biomedical Sciences, Università della Svizzera italiana; Swiss Mountain Clinic und Anbietende im präventiven Bereich. <i>Aktivitäten:</i> Durchführung von therapeutischen Interventionen und Gesprächen entlang Skulpturenwald und präventiven Übungen etc.</div></div><div><div>Wertangebot Gesundheit</div><div><i>Wie kann die anvisierte Gesundheitswirkung bei den Kunden umschrieben werden? Was ist die erworbene Gesundheitskomponente am Angebot?</i></div><div>Durch Kontemplation und Meditation zu innerer Ruhe, Kraft und Fülle kommen. Die Farben- und Formenvielfalt der naturnahen Wälder und Diversität an Grüntönen öffnen innere Räume</div></div></div>			<div>Beziehungsgestaltung</div> <div><i>Wie wird der Dialog mit den Kunden aufrechterhalten? Wie wird die Kundenbeziehung langfristig gestaltet?</i></div> <div>Regelmässig und aktuelle Informationen bereitstellen, Veranstaltungen vor Ort zur Erlebbarkeit der Holzskulpturen organisieren. Sicherheitsaspekte für Gesundheitsanbietende kommunizieren.</div>		
<div>KOSTENSTRUKTUR <i>Welche Kosten fallen für welche Leistungen pro Jahr an?</i></div> <div><ul style="list-style-type: none">Investitionskosten i.S. Aufbauarbeiten für das Angebot: Überzeugung & Einbezug von PartnerschaftenPlanung, Durchführung und Nachbereitung des AngebotesTransportkosten (Zufahrt, Dislozierung)Vermarktung</div>			<div>FINANZIERUNG <i>Welche Erlöse können generiert werden? Welche Beiträge werden durch wen erbracht?</i></div> <div><ul style="list-style-type: none">Gemeinden, Parco Val Calanca, Sponsoring, EigenleistungIndirekter Finanzrückfluss durch nachhaltiges und langfristiges Wachstum des Tals sowohl in kultureller als auch in wirtschaftlicher Hinsicht.</div>		

Anhang 2

**‘Business Modell Canvas für gesundheitsfördernde
Waldleistungen’**

Business Model Canvas ‘Gesundheitsangebote im Wald / Gesundheitswälder’

<div>STRATEGIE</div> <div>Wie lautet die betriebliche Strategie zur Vorbereitung, Vermarktung und Realisierung des Angebots?</div>								
<div>WALD UND ÖKOLOGIE</div> <div><div><div>Waldqualitäten</div><div>Welche Qualitäten weist der Wald auf? Wie ist der Wald aufgebaut und gestaltet?</div><div>.</div></div><div><div>Akteure & Aktivitäten Wald</div><div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div><div></div></div><div><div>Ökologisches Wertangebot</div><div>Was ist ökologische Waldkomponente am Angebot? Wie kann die gewünschte Waldleistung umschrieben werden?</div><div></div></div></div>			<div>KUNDENPERSPEKTIVE</div> <div><div><div>Wertangebot Kunde</div><div>Was ist das unmittelbare Wertangebot für die Kunden? Worin zeichnet sich dieses Wertangebot aus in Bezug auf die spezifischen Kundenbedürfnisse?</div><div></div></div><div><div>Kunden-Bedürfnisse</div><div>Was sind die Bedürfnisse der Zielgruppe? Was sind Beweggründe, Motive und Erwartungen der Kunden, um das Angebot in Anspruch zu nehmen?</div><div></div></div><div><div>Kunden-Zielgruppe</div><div>An welches spezifisches Kundensegment (Alter, Anzahl, Spezifizierung) richtet sich das Angebot? Welche besonderen Anforderungen werden an die Kunden gestellt?</div><div></div></div></div>					
<div>TOURISMUS – Schlüsselressourcen</div> <div>Welche Schlüsselressourcen können durch Tourismus bereitgestellt werden?</div> <div>▪</div>			<div>ANGEBOTSTITEL</div>			<div>TOURISMUS - Akteure und Aktivitäten</div> <div>Welche Akteure sind beteiligt oder können noch beteiligt werden? Mit welchen Aktivitäten und Dienstleistungen können sie zum Angebot beitragen?</div> <div>▪</div>		
<div><div><div>Gesundheitskompetenz</div><div>Welche Gesundheitskompetenzen werden benötigt, um das Angebot zu realisieren?</div><div>.</div></div><div><div>Akteure & Aktivitäten Gesundheit</div><div>Welche Akteure sind betroffen oder beteiligt? Welche Aktivitäten und Dienstleistungen sind nötig, damit die erforderlichen Qualitäten sichergestellt sind?</div><div></div></div><div><div>Wertangebot Gesundheit</div><div>Wie kann die anvisierte Gesundheitswirkung bei den Kunden umschrieben werden? Was ist die erworbene Gesundheitskomponente am Angebot?</div><div></div></div></div>						<div><div><div>Soziales Wertangebot</div><div>Wie lautet das soziale Wertangebot? Was ist das Versprechen bezüglich sozialer Interaktion?</div><div></div></div><div><div>Beziehungsgestaltung</div><div>Wie wird der Dialog mit den Kunden aufrechterhalten? Wie wird die Kundenbeziehung langfristig gestaltet?</div><div></div></div><div><div>Kommunikation</div><div>Wie erfahren die Kunden vom Angebot? Über welche Kanäle werden die Kunden erreicht?</div><div></div></div></div>		
<div>GESUNDHEIT</div>			<div>SOZIALITÄT - MITEINANDER</div>					
<div>KOSTENSTRUKTUR</div> <div>Welche Kosten fallen für welche Leistungen pro Jahr an?</div>			<div>FINANZIERUNG</div> <div>Welche Erlöse können generiert werden? Welche Beiträge werden durch wen erbracht?</div>					

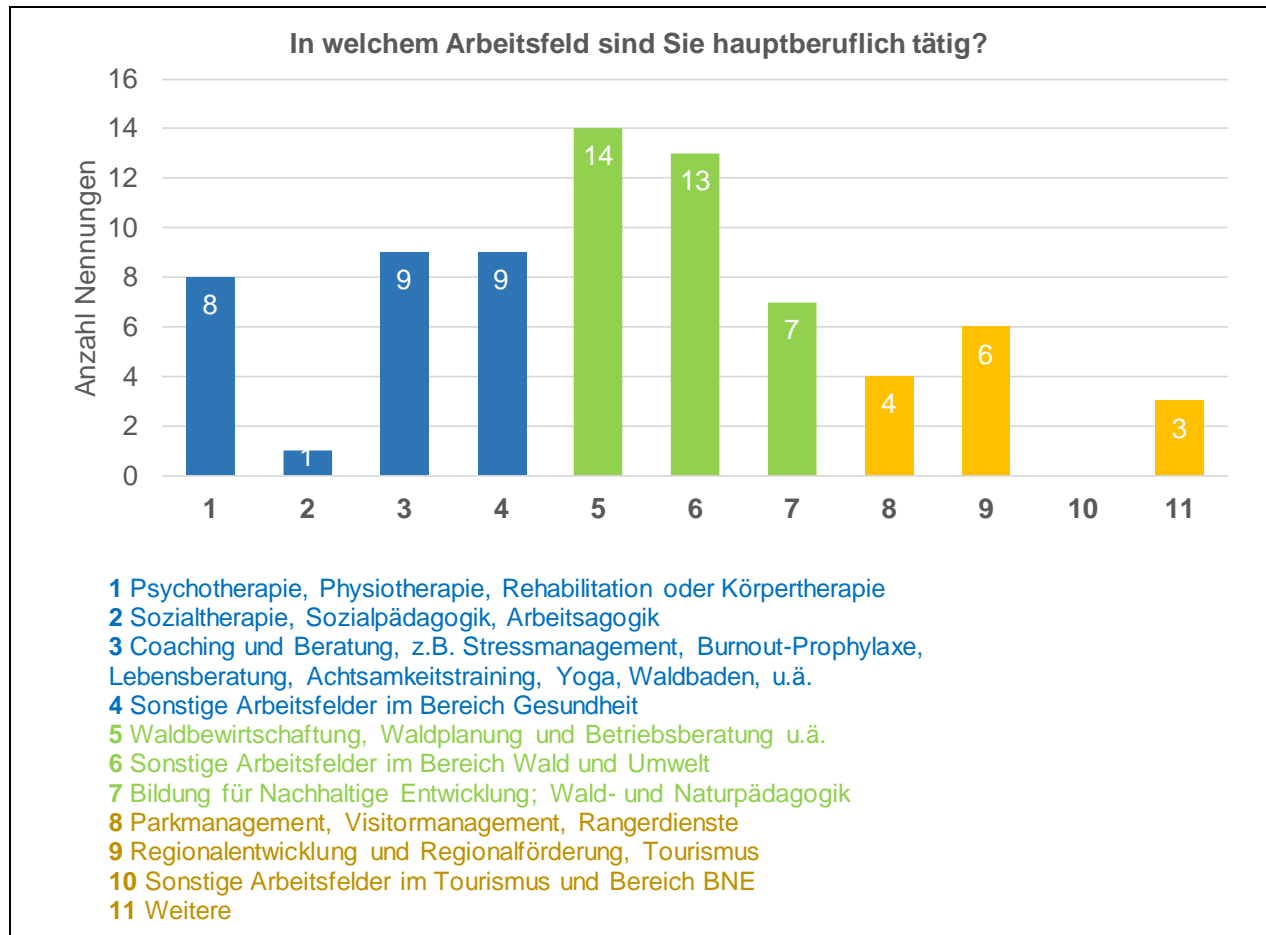
Anhang 3

‘Ergebnisbericht Online Umfrage’

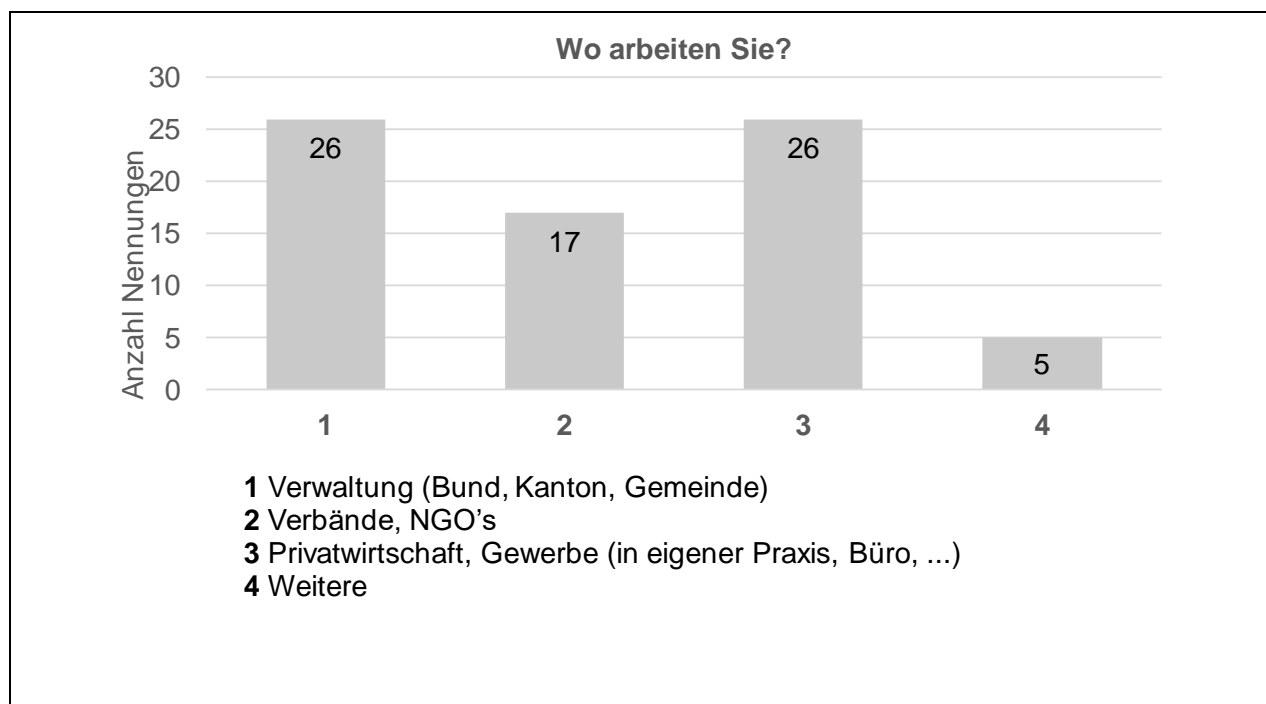
Gesundheitswälder – Wertschöpfung für die Waldbranche, den Tourismus und das Gesundheitswesen in der Schweiz

Online-Umfrage – Auswertung / Fassung vom 13.11.2021

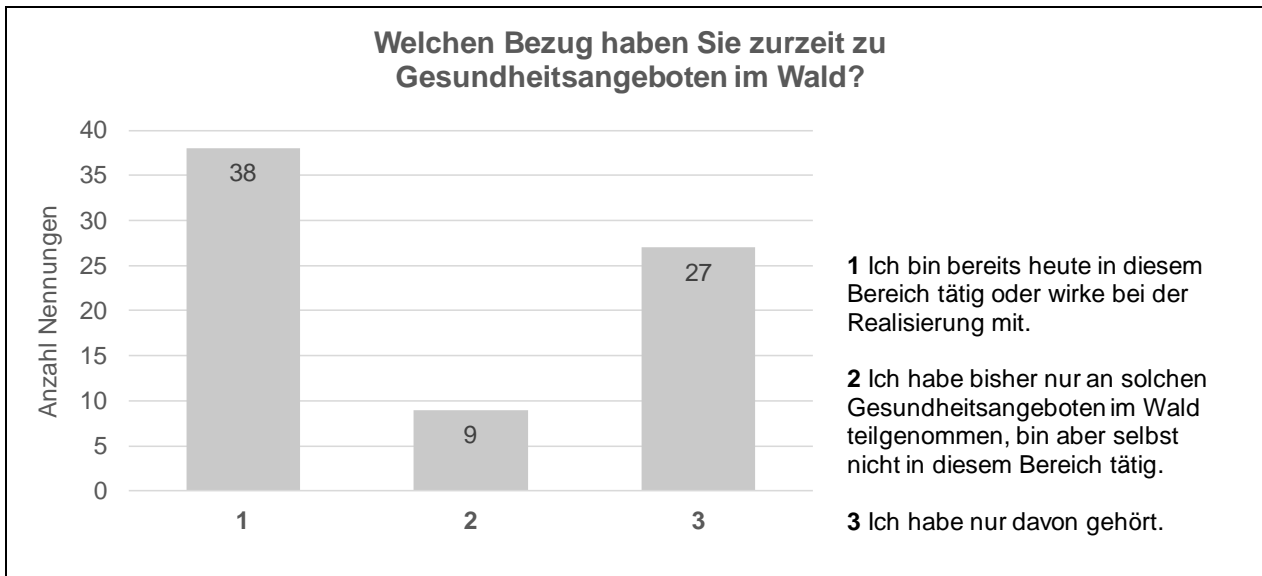
Frage 1: In welchem Arbeitsfeld sind Sie hauptberuflich tätig?



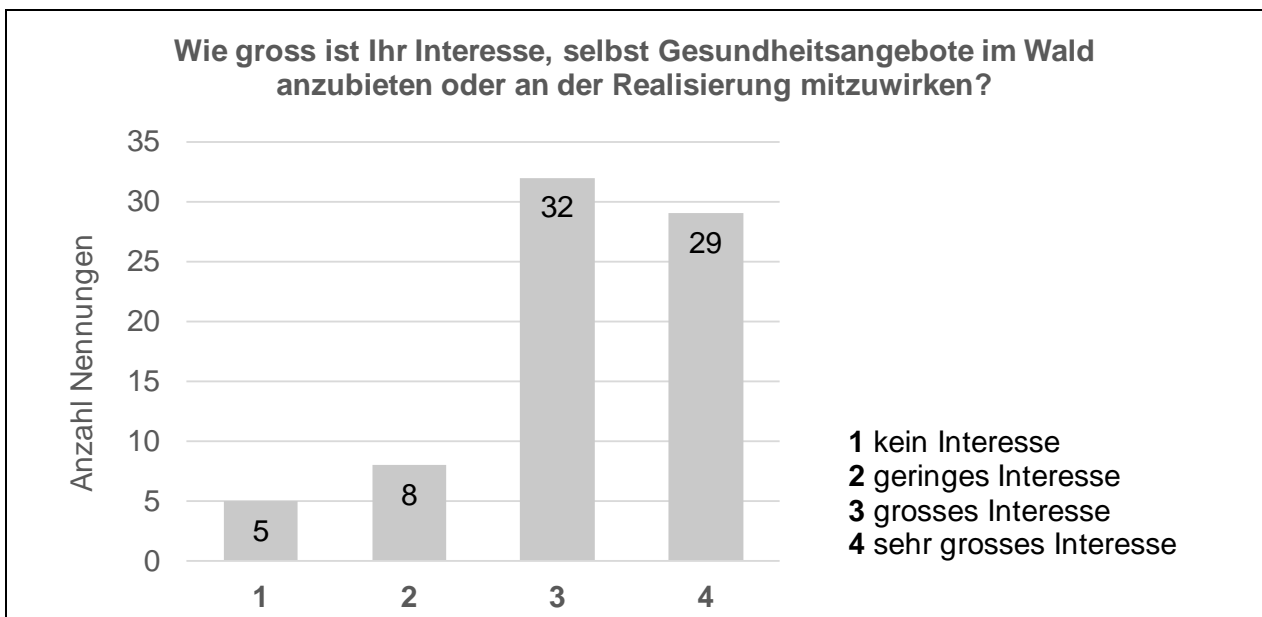
Frage 2: Wo arbeiten Sie?



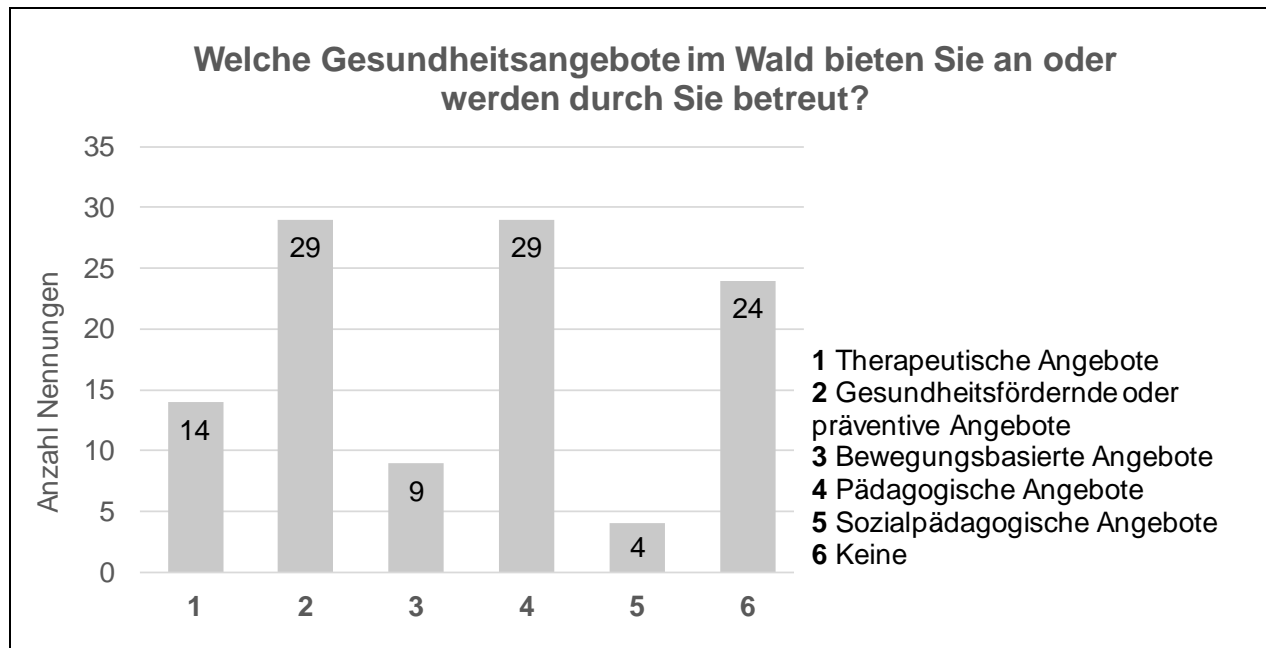
Frage 3: Welchen Bezug haben Sie zurzeit zu Gesundheitsangeboten im Wald?



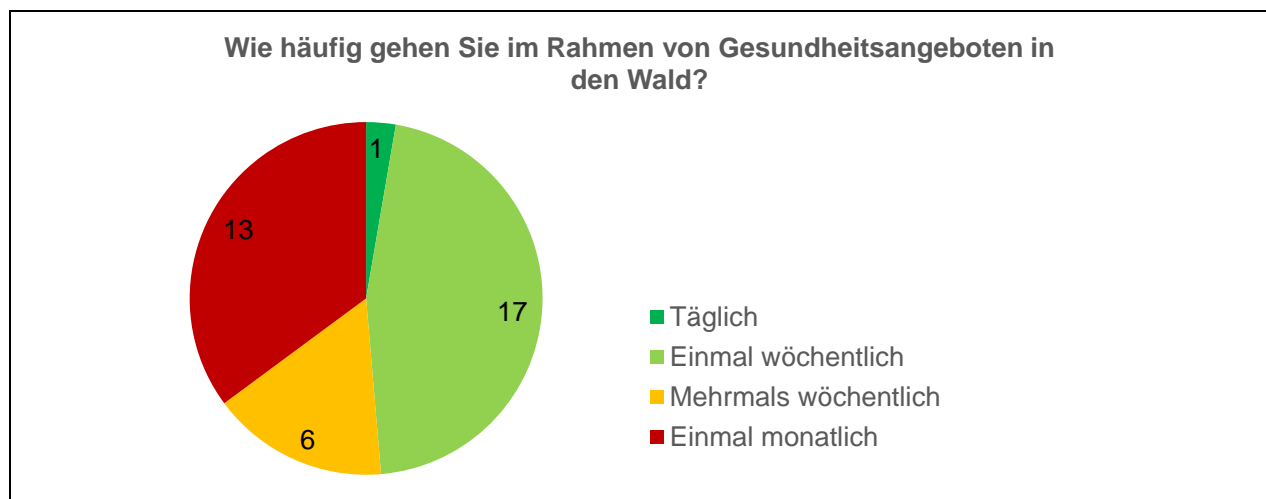
Frage 4: Wie gross ist Ihr Interesse, selbst Gesundheitsangebote im Wald anzubieten oder an der Realisierung mitzuwirken?



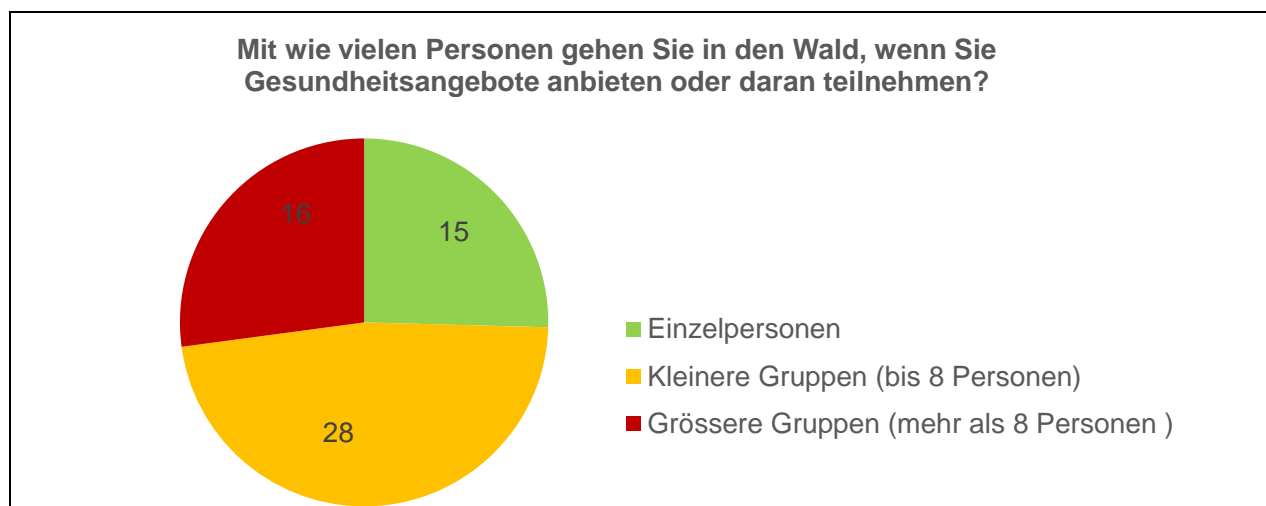
Frage 5 Welche der nachfolgenden Gesundheitsangebote im Wald bieten Sie heute an oder werden durch Ihre Unterstützung angeboten oder im weitesten Sinne betreut?



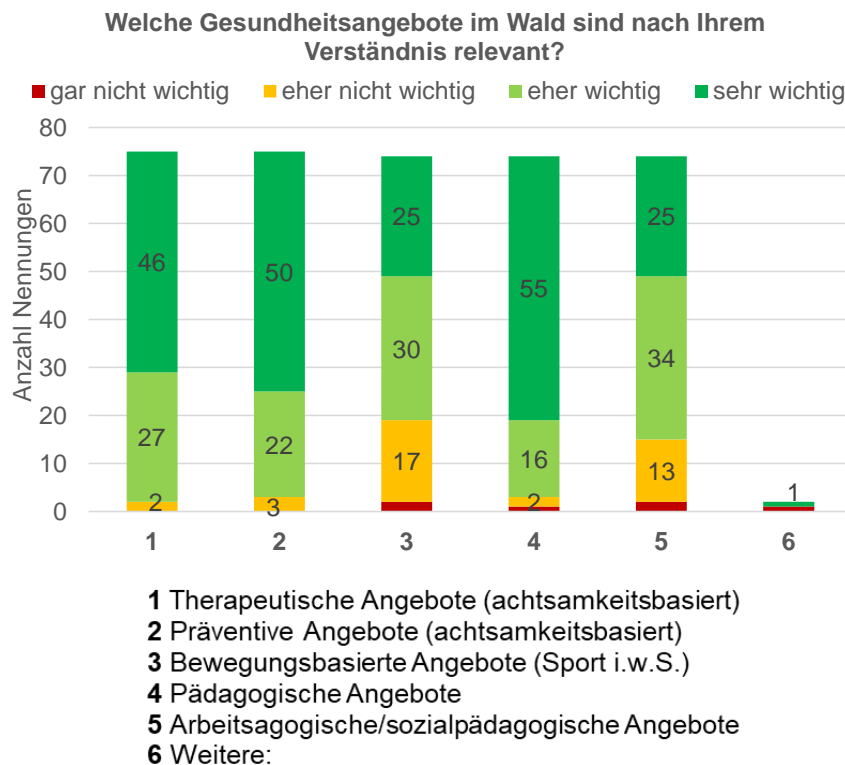
Frage 6: Wie häufig gehen Sie im Rahmen von Gesundheitsangeboten in den Wald?



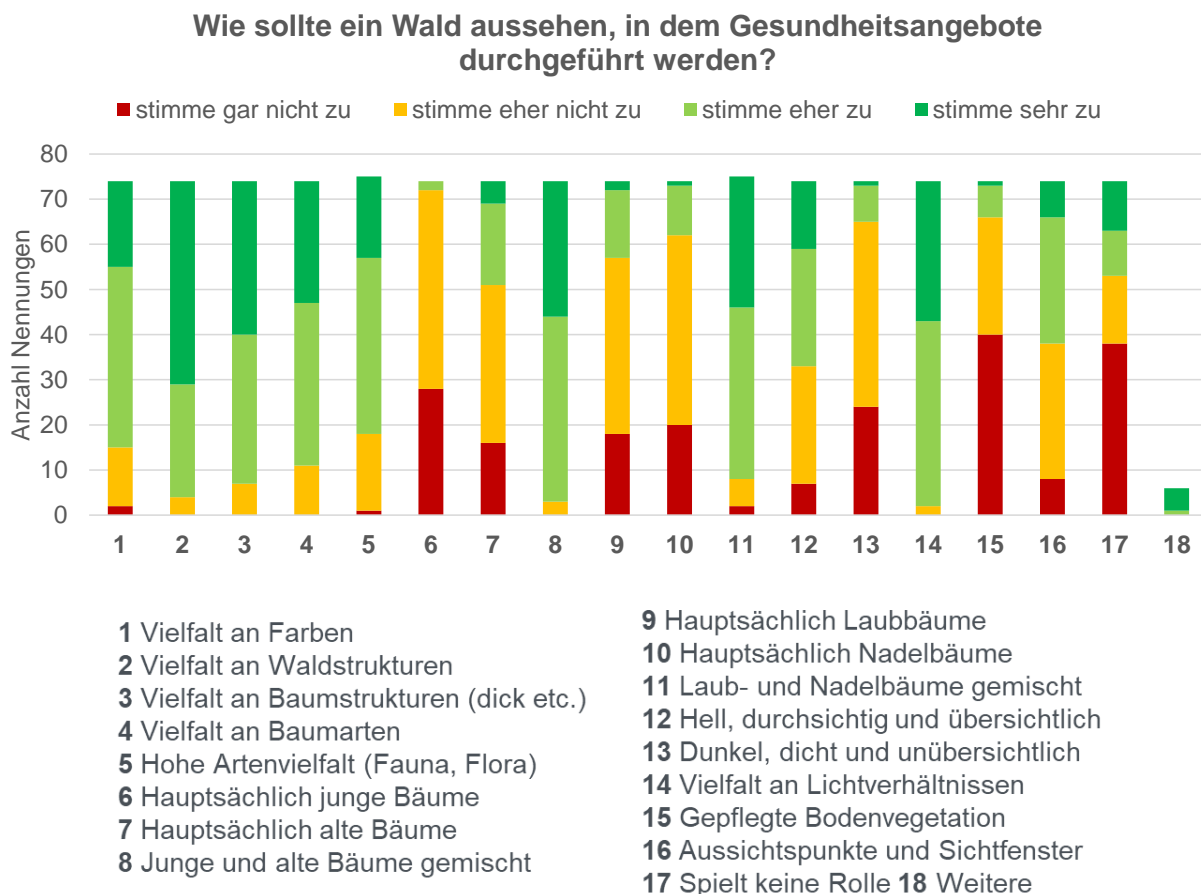
Frage 7: Mit wie vielen Personen gehen Sie in den Wald, wenn Sie Gesundheitsangebote selber anbieten oder daran teilgenommen haben?



Frage 8: Welche der nachfolgenden Gesundheitsangebote im Wald sind nach Ihrem Verständnis relevant? Bitte schätzen Sie aus Ihrer Sicht die Relevanz der nachfolgenden Gesundheitsangebote im Wald für Aktivitäten im Bereich Waldbaden/Waldtherapie ein.

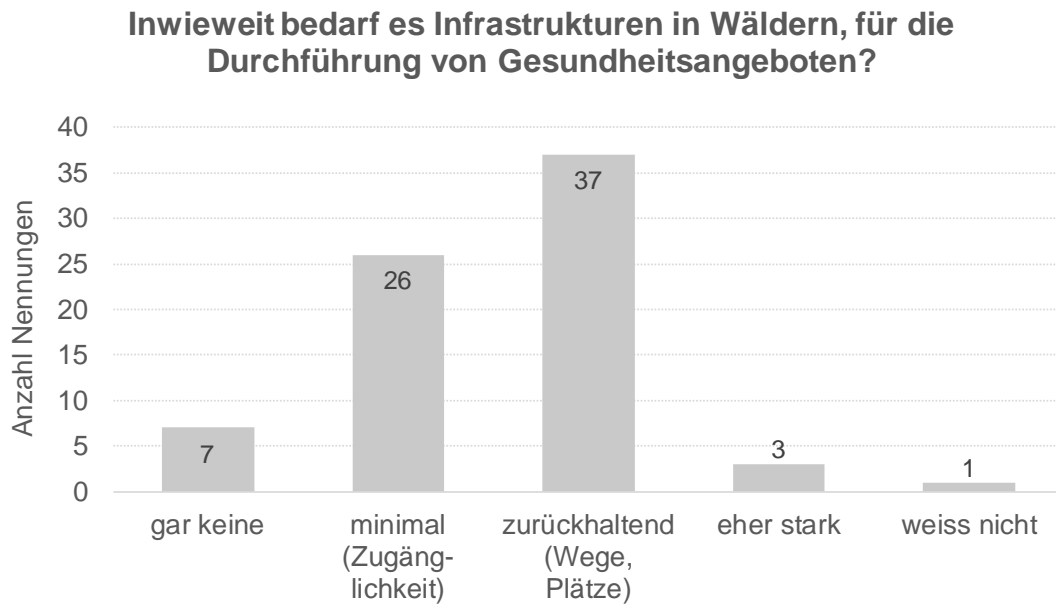


Frage 9: Wie sollte Ihrer Ansicht nach ein Wald aussehen, in dem Gesundheitsangebote durchgeführt werden?



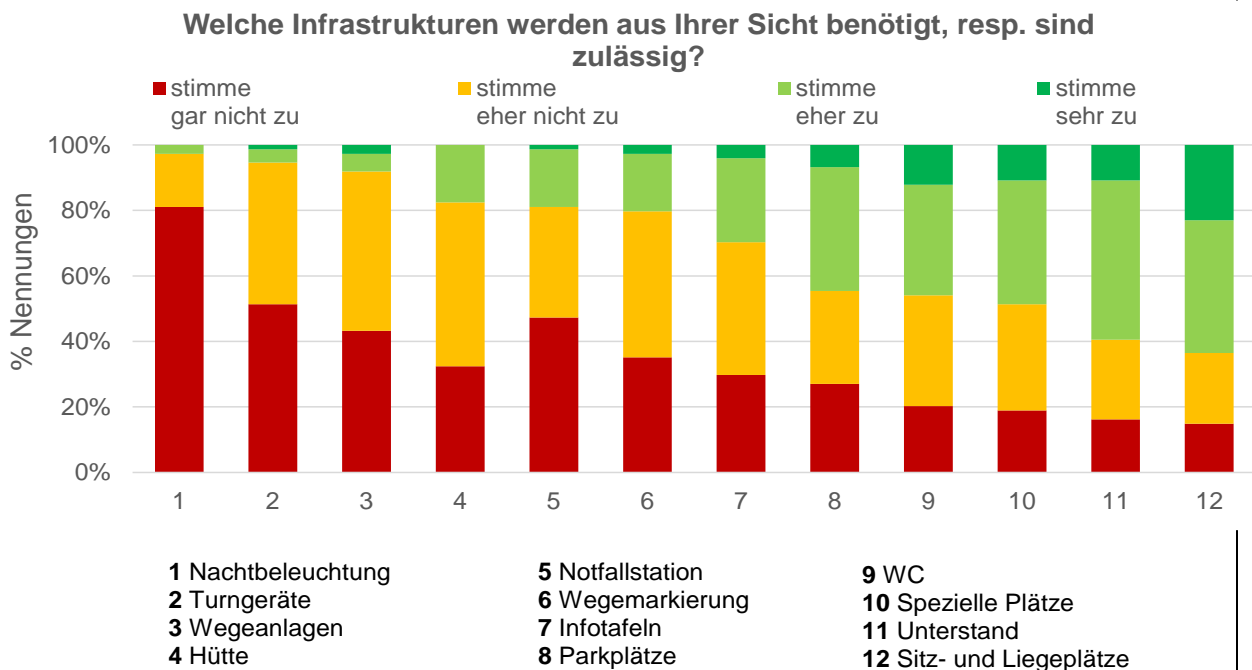
Frage 10: Inwieweit bedarf es der Ausstattung mit Infrastrukturen in Wäldern, in denen Gesundheitsangebote durchgeführt werden?

Abbildung 1



Frage 11: Sofern spezifische Infrastrukturen benötigt werden, welche wären das aus Ihrer Sicht, respektive welche wären aus Ihrer Sicht zulässig?

Abbildung 2



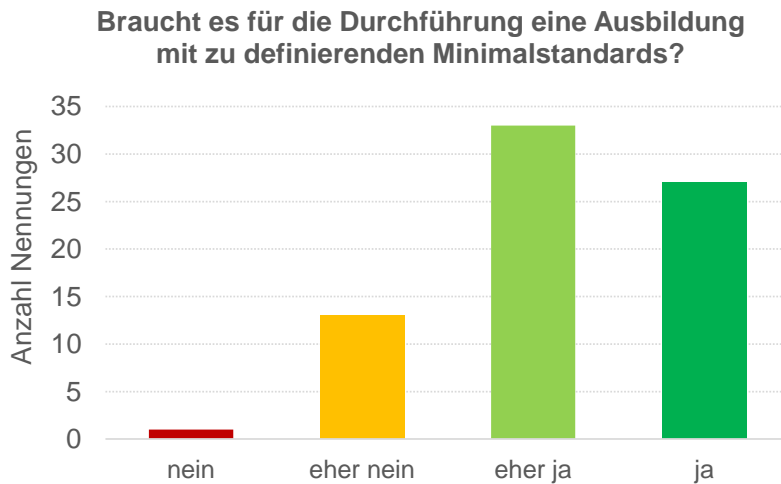
Unter 'Weitere' wurden genannt (mit 'stimme sehr zu'):

- Einzelne angelegte Wege für Menschen mit Gehbehinderungen
- Hängematten, Adlerhorst
- Adlerhorst,
- WC beim Parkplatz,
- angelegte, beschilderte Pfade im Tourismus für selbständiges Waldbaden
- Feuerstelle zum gemeinsamen Essen, Waldsofa, Feuerstelle

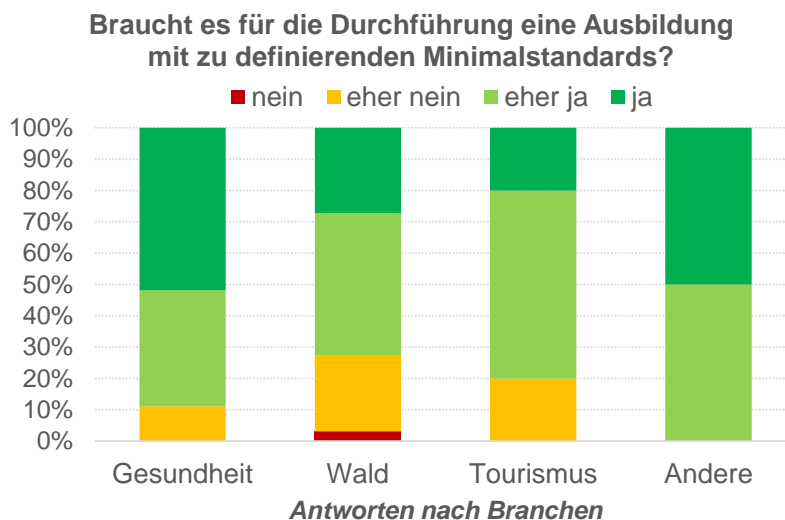
Frage 12: Ist für die Anbieter solcher Gesundheitsangebote im Wald eine Ausbildung mit zu definierenden Minimalstandards zwingend erforderlich?

Abbildung 3: a) Gesamthaft, b) nach Branchen

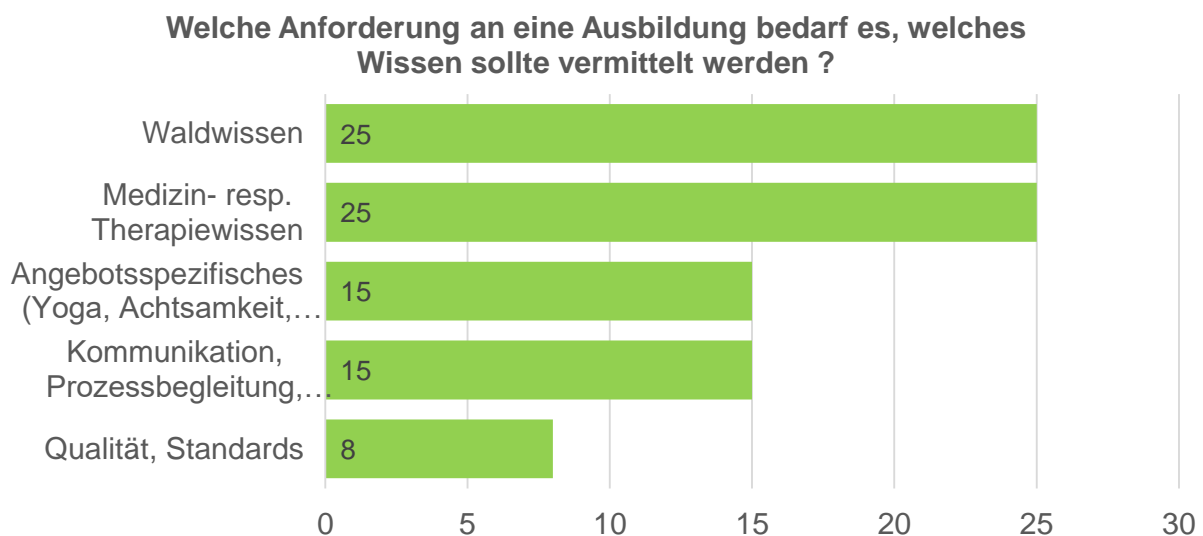
a)



b)



c) offene Frage; Antworten wurden geclustert



Detailantworten zu den Fragen (48 Teilnehmende haben hier geantwortet)

Bereich Wald und Umwelt (25 Nennungen)

Waldbewirtschaftung und Waldrecht (10)

- Kenntnis von Waldgesetzen, kantonale Verordnungen, Nationale / Regeln in Schutzgebieten / Rechtliche Grundlagen / Forstwirtschaftliche Gesetze und Richtlinien / Minimale Kenntnisse Waldgesetz / Minimale Kenntnisse Eigentumsstrukturen / fachliche, aber auch juristische (Was darf ich wo/wann?) und ökologische/waldwirtschaftliche (wer und was ist sonst noch im Wald und was tun die da?) Kenntnisse. / forstliche Grundkenntnisse / Grundkenntnisse über die forstlichen Arbeiten (Nutzung, Naturschutz, Schutz vor Naturgefahren, Klimawandel, usw.) / [...] Rechtliche Grundlagen

Waldeigentum und Verhalten im Wald (7)

- Umgang mit Waldeigentümern, Parkverantwortlichen, Förster / Waldknigge / Den Wald als öffentliche Raum wahrnehmen, indem verschiedene Nutzerinnen und Erwartungen erfüllt werden. der Wald sollte nicht als "Ausserturnhalle" genutzt werden, sondern einen achtsamen Umgang mit einem möglichst intakten- biodiversen Lebensraum eingeübt werden. / Grundlagen in Naturwissen, da man bei Angeboten im Wald dort zu Gast ist und sich bewusst sein muss, dass man die Natur somit "stört". / Aus meiner Sicht vor allem, dass die Kursleiter/in achtsam mit den Strukturen im Wald umgeht und diese auch schult. Ein Wald sollte kein Freizeitpark sein, er ist vor allem Lebensraum. / Der Mensch ist Teil von einem Grossen Ganzen. Ein Ökozentrisches Menschenbild sollte in der Ausbildung vermittelt werden, zusammen mit einem respektvollen Umgang mit der Natur. / Regelung der Zusammenarbeit der Therapierenden <-> Waldbesitzerin: wer profitiert inwiefern, wer leistet was?

Botanische, faunistische und ökologische Kenntnisse (8)

- Kenntnis über geschützte Pflanzen und Tiere / Kenntnisse von [...] Wald / Pflanzenkenntnisse / Minimale Kenntnisse Ökosystem Wald / [...] Wald, Forst, Botanik, Ökologie, Biodiversität, [...] / Grundlagen Wald und Wild / Wald- und Pflanzenkunde, Tierkunde / Kenntnisse Fauna/Flora, Sicherheit, [...], / Wald: die wichtigsten Bäume, Sträucher und Bodenpflanzen; einige Vögel und Säugetiere; Erholungsfunktionen / [...] Waldkunde, Vertiefung der Spezialisierung.

Besucherlenkung

- wie die Einrichtung und Besucherlenkung schonend und schlau gemacht wird

Bereich Gesundheit, Medizin und Therapie (25 Nennungen)

Medizinisch-therapeutische Grundlagen (19)

- Kenntnisse von medizinischen Grundlagen [...] / medizinische Grundlagen für Waldtherapeuten, Waldmedizin / Kenntnisse gesundheitsfördernde Wirkung Wald / Kenntnisse welche Waldgebiete welche Wirkung haben / medizinische Grundkenntnisse / Je nach Angebot: pflegerisch-psychologisch-pädagogisch-sportmedizinisch / Einführung psychiatrische Krankheitsbilder, Angststörungen, Depression etc. / Kenntnisse in Psychologie, [...] / Je nach Klientengruppe psychologische Fachkenntnisse / [...] Gesundheit / Psychosoziale Hintergründe [...] / Therapeutisches Wissen, Gesundheit, evtl. Pathologie / Im Rahmen einer Therapie- therapeutisches Grundlagewissen / Wenn eine Therapie durchgeführt werden soll, dann empfinde ich eine therapeutische Ausbildung als notwendig. [...] / Sicherstellen, dass keine Anbieter therapeutische Angebote durchführen, die keine therapeutische Ausbildung innehaben. / Erfahrungen im therapeutischen Bereich / Je nach Kunden. Bei therapeutischen Gruppen (somatic und psychisch Kranke) ist auf jeden Fall eine fundierte Ausbildung erforderlich / (pädagogische) psychotherapeutische Ausbildung / Bei therapeutischen Angeboten sind die Anforderungen ja definiert. [...] / First -Aid / Erste Hilfe bzw. Outdoorsicherheit / Erste Hilfe

Übungsanlage (4)

- Achtsamkeitsübungen / Grundlagen Gesundheitsangebote im Wald / Bei Coachings zum Beispiel denke ich wäre ein Grundkurs bezüglich waldbezogenen Interventionen, welche die Bedeutung und Vielfalt der Nutzung von Wäldern für die menschliche Gesundheit aufzeigt [...] ausreichend. [...] / Methodik: Einbezug aller Sinne / Sensibilisierung, alle Sinne ansprechen

Gruppenführung, Kommunikation, Prozessbegleitung, Didaktik, soziale Kompetenzen (15 Nennungen)

- Generelle Grundlagen in der Prozessbegleitung von Menschen; Persönliche Selbsterfahrung (auch im Wald); Theoriebasierung; Methoden / Gruppenführung / Gruppenleitung und Kommunikation / Soziale Kompetenz, eher ältere Personen. / Bei Coachings zum Beispiel denke ich wäre ein Grundkurs bezüglich [...] Beziehungsaufbau als auch zwischenmenschliche Kommunikationstechniken thematisiert, ausreichend. [...] / Erwachsenenbildung: Menschen führen, anleiten / Psychologie- und Beratungsbezogene Grundkenntnisse [...] / Gruppenleiterbefähigung, evtl. / Der/die AnbieterIn sollte emphatisch sowie auch fachkundig sein.

Aus- und Weiterbildung, Qualitätsnachweise (8 Nennungen)

- Klar definierte Standards jedoch keine Pflicht einer akademischen Vorbildung. Vergleichbare Standards wie für Yoga oder Qigong Ausbildungen / International anerkannte Ausbildungen inkl. 1.Hilfe / Inhaltliche Anforderungen, Minimaldauer / CAS Ausbildung / Ganzheitliche fundierte Ausbildung (kein 2-tägiger Weekendkurs) mit Abschluss / Eine anerkannte Ausbildung im Wald und Gesundheitsbereich / Da ich selber Weiterbildungen anbiete, wäre auch ein Dachverband optimal. / Fundiertes Wissen, Methodenkenntnisse, Praktische Erfahrung / Es geht hier um

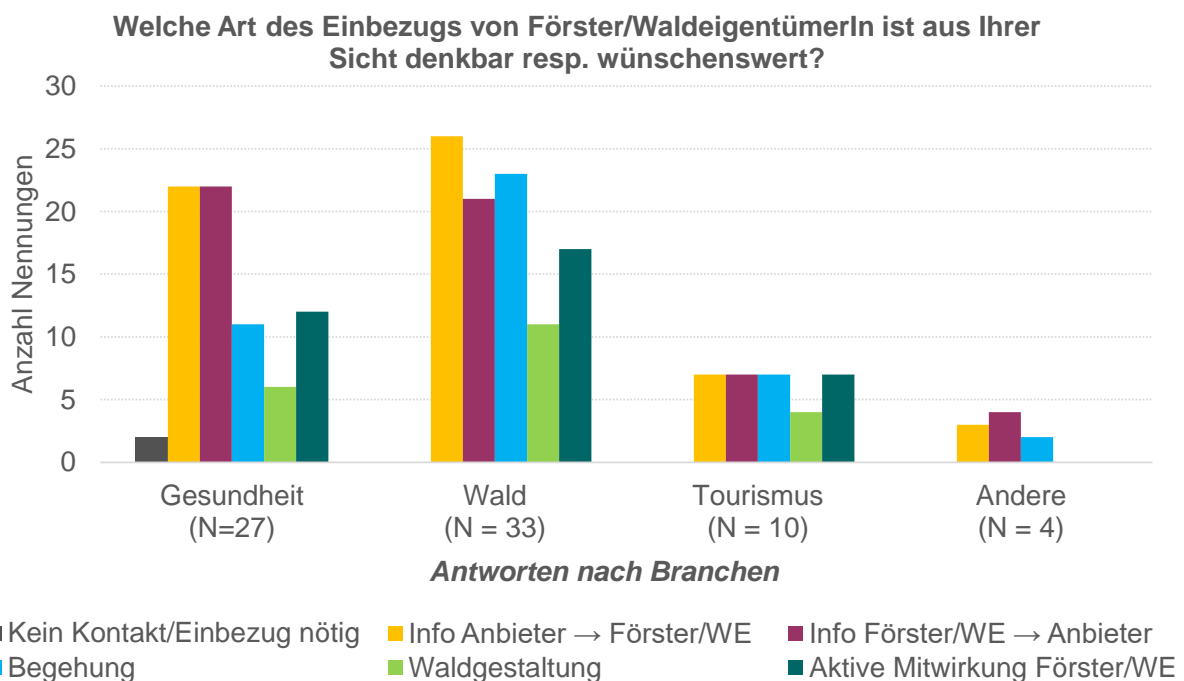
Menschen und ihre Gesundheit. Grundausbildung im Coaching-, Ausbildungs-, und Gesundheitsbereich inkl. Notfallausbildung sollte Voraussetzung sein je nach Arbeitsbereich

Angebotspezifische Ausrichtung (15 Nennungen)

- (pädagogische) [...] Ausbildung / Pädagogisch- oder agogischer Hintergrund oder einem sozialen/therapeutischen Beruf vertraut sein. / Ausbildung im Gesundheitsbereich, Sozial- oder Waldpädagoge wäre vorstellbar. / Wanderleiter, falls auf rot-weissen Bergwanderwegen unterwegs / Bei uns im Eidgenössischen Jagdbann Kiental könnte auch eine interessierte Person mit einer Ausbildung als Ranger denkbar sein. / Aus meiner Sicht kann ich das nicht übergreifend für alle Aktivitäten, die in einem Wald stattfinden, nennen. Doch bin ich der Meinung, sobald mit Menschen in der Natur gearbeitet wird, sollte in demjenigen Arbeitsgebiet eine Ausbildung besucht worden sein. / Die Anforderungen hängen stark ab vom Angebot respektive der damit verbundenen Kompetenz; die erforderlichen Fähigkeiten variieren sehr stark je nach Angebot. / Kommt aus meiner Sicht stark auf das Angebot an. Bei Therapeutischen Angeboten ist eine Ausbildung höchstwahrscheinlich nötig, bei einem Achtsamkeitsangebot nicht zwingend. / [...] Bei präventiven Angeboten ist es schwieriger. Es braucht meiner Meinung nach keine spezifische «Wald» Ausbildung, aber eine Ausbildung je nach Fachbereich in dem man arbeitet, z.B. Spannungsscoach, Yoga-Lehrerin etc. Wer keine Grundausbildung hat, kann eine Ausbildung z.B. in Waldbaden machen. Das Problem ist natürlich die Anerkennung der verschiedenen Ausbildungen/Zertifikate... / Je nach Angebot, entsprechende Grundkenntnisse / Grundlagewissen zu Angebot / Je nach Angebot, entsprechende Grundkenntnisse / Eine kurze Waldbaden-Leiter Ausbildung mit ausschliesslichem Fokus aufs Anleiten von Übungen ist wahrs. meist nicht ausreichend um die achtsame Haltung authentisch zu vermitteln. / Vertiefte Selbsterfahrung mit Achtsamkeit. / Bspw. die Ausbildung zum Shinrin-Yoku Waldbaden-Kurseiter. / Waldbaden Akademie Schweiz, SYGT

Frage 13: Der Wald als Ort der Durchführung spielt eine zentrale Rolle für die Planung und Durchführung von Gesundheitsangeboten. Welche Art des Einbezugs von Förster/WaldeigentümerIn ist aus Ihrer Sicht denkbar resp. wünschenswert?

Abbildung 4



Frage 14: Wie schätzen Sie die künftige Entwicklung von Gesundheitsangeboten im Schweizer Wald ein?

Abbildung 5:



Die Angaben zu den Trendbegründungen beruht auf einer thematischen Clusterung aller Antworten.

Wortmeldungen im Detail

Bedarf & Nachfrage sind vorhanden (8 Nennungen)

- Beobachtbarer Trend; gute Erfahrungen damit / Entspricht dem Trend der Nachfrage./ Grosses Interesse aus verschiedenen Kreisen / Nachfrage steigt / Bedürfnis seitens Bevölkerung da / Trend / Verbindung von Gesundheitsförderung und Naturerfahrung liegt im Trend / Es wird eine Welle an Interesse geben, die nach ein paar Jahren wieder abflaut und bei einer Nischengruppe stabil bleibt.

Naturbezug & Bewusstsein für den fehlenden Bezug zur Natur (19 Nennungen)

- Da wir den Bezug zur Natur je länger je mehr verlieren, werden solche Angebote an Bedeutung gewinnen. / Mit zunehmender Industrialisierung und Verstädterung wird die Natur für den Menschen an Bedeutung gewinnen. / Ich denke, sobald der Mensch die wohltuende Wirkung des Waldes wieder entdeckt, wird die Bedeutung des Waldes zu nehmen. Leider nimmt damit und mit großer Wahrscheinlichkeit unachtsames Verhalten und eventuelle Zerstörungen zu. / - Bedürfnis nach mehr Kontakt zur Natur nimmt zu/ist im Trend / Die Outdoor-Aktivitäten nehmen an Bedeutung zu. Jede Gruppe möchte einen Platz im Wald haben.... / Natur liegt im Trend / Viele Leute suchen Wege back to the roots, zu sich zu kommen, Nähe zur Natur / Ich habe das Gefühl, dass eine Tendenz «Zurück zur Natur» zu spüren ist. Auch die Achtsamkeit ist in aller Munde. Und die Kombination der beiden Themen hat sehr grosses Potenzial... / die Menschen suchen die Nähe zur Natur / Trend zur Erholung in der Natur steigt, Angebot heute ist klein -> ausbaufähig / Die Leute sind zunehmend an Naturerlebnissen und -produkten interessiert. / Ritorno alla natura / Auch das Thema "Zurück zur Natur" / der Wunsch und die Sehnsucht vieler Menschen, wird meines Erachtens weiter an Bedeutung und Wichtigkeit gewinnen. / Schulung der Wahrnehmung für die Umwelt, Bezugnahme zur Natur / Natursehnsucht als Ausgleich zum Alltag wird zunehmen. / Das Bedürfnis sich in der Natur aufzuhalten nimmt zu [...] / Immer mehr Leute entfernen sich von der Natur, dass muss man aufhalten. / Bezug zur Natur wird wichtiger, [...] / Was gibt es besseres und schöneres, als in den Wald zu gehen und achtsam zu sein und den Gedanken freien Lauf zu geben? Es gibt soviel zu entdecken und dies kostenlos.

Entschleunigung, Ruhe, Auszeit, gesellschaftliche Entwicklungen (19 Nennungen)

- Immer mehr Leute schreien nach einer Auszeit, Ruhe, in sich Kehren, und und und... / stressförderndes gesellschaftliches und berufliches Umfeld / Wald als Quelle der Natur und Ruhe / Ausgleich zur Arbeit / Der Dichtestress

in den übrigen Räumen nimmt weiter zu. / Div. Megatrends, zB. [...] Arbeitsbelastung / Gesellschaftliche Veränderungen / Einsamkeit, Individualismus kombiniert mit Entfremdungsphänomenen, zusätzliches Wissen über Stressreduktion durch den Wald / Entschleunigung und Zentrierung / Der Stress in der Bevölkerung nimmt weiter zu und die Erholung wird immer wichtiger. / Entschleunigung ist das Zauberwort für viele Leiden! / Ich denke, dass die Bedeutung zunehmen wird, da der Wald ein grosses Potential für die Erholung bezüglich stressbasierten Alltagssituationen darstellt. / Immer mehr Leute suchen Ruhe und Genesung im Wald als Gegenpol zur beschleunigten Welt. / [...] die Notwendigkeit eine Möglichkeit nach Ausgleich, zu Ruhe kommen usw. [nimmt zu] / Der Mensch wird von der Gesellschaft immer mehr nach dessen Leistung beurteilt. Druck, Stress, evtl. ungesundes Essen und eine unausgeglichene Work-Life-Balance sind die Folgen. Durch gezielte Angebote im Wald/der Natur dürfen die Menschen wieder ganz zu sich finden, Ruhe wahrnehmen und neue Energie tanken. / Durch die schnelllebige Gesellschaft wollen immer mehr Leute Ruhe und Natur. Da Viele nicht mehr wissen, wie man sich selbst im Wald bewegt, oder unterhalten, respektive geführt werden wollen, wird die Bedeutung solcher Angebote weiter zunehmen. / Die Ruhe liegt im Wald / Der Wald schafft einen Ausgleich zum heutigen immer schneller werdenden Arbeitstempo. Aufgrund der weiteren Zunahme an psychischen Erkrankungen (Burnout, Stress, Hektik, Schnelllebigkeit, Leistungsdruck, etc.).

Bevölkerungswachstum / Urbanisierung: Wald als Zufluchtsort (3 Nennungen)

- zunehmende Bevölkerung / Urbanisierung führt zu einer vermehrten Walddnutzung / Div. Megatrends, va. Demografie [...]

Klimawandel: Wald als erfrischender Ort (4 Nennungen)

- Klimawandel und gesellschaftliche Entwicklung / Die Menschen werden den Wald in Zeiten der Klimaerwärmung mehr und mehr schätzen. / steigende Temperaturen (Wald als kühler Erholungsort); / cambiamento climatico,

Covid-19: Verstärkte Selbsterfahrung und Bedürfnis nach Waldaufenthalten durch Covid-19 (16 Nennungen)

- Die Menschen haben in der vergangenen Covid Zeit gemerkt wie gut es tut in den Wald zu gehen. / Nach Corona und den Einschränkungen, aber auch durch eine breite naturbezogene therapeutische Wende in den letzten Jahren ist der Aufwärtstrend weiterhin gegeben. / Corona hat die Wichtigkeit gezeigt. / Die Corona-Zeit brachte völlig neue Verhaltensmuster von Leuten an den Tag. / Corona-Pandemie hat das Bedürfnis gesteigert / Corona / Pandemie --> weniger in Räumen, individuellere Angebote, natürliche Angebote versus speziell eingerichtete Institutionen. / Meines Erachtens nahm die Bedeutung als auch die gesundheitsförderliche Wirkung von naturgeprägten Orten wie der Wald während des Lockdowns stark zu. Ich denke diese Erfahrung wird einen nachhaltigen Effekt auf die Entwicklung von Gesundheitsangeboten an solchen Orten ausüben. / Die Menschen zieht es allgemein mehr in die Natur, insbesondere seit Ausbruch der Pandemie. / Das Bewusstsein für ein gesundes Immunsystem hat durch die Covid-Pandemie zugenommen. / Trend durch aktuelle sanitäre Situation verstärkt. Trend zu mehr gesundheitsbewusstsein in der Freizeit. / Gerade während Corona haben viele Menschen die Heilkraft des Waldes entdeckt / Covid / Une partie des gens sont à la recherche d'expériences en forêt (augmentation depuis le COVID). / Der Erholungseffekt und die Stressreduktion wurde v.a. während der Coronazeit erkannt. / Pandemie führt zu einer vermehrten Walddnutzung

Gesundheitsbewusstsein und Gesundheitskosten: Wald als Praxisraum (12 Nennungen)

- Die Leute merken, dass ihnen Wald gut tut und auch die Ärzte bemerken langsam, wie der Wald auf kranke Leute wirkt. / die Bedeutung der Prävention wird zunehmen. Stressfolgeerkrankungen werden zunehmen. In beiden Fällen ist der Wald ein wichtiger Gesundheitsfaktor / Die Natur/ der Wald wird zunehmend als Gesundheitsressource entdeckt. / zunehmendes Bewusstsein für die (Gesundheits-)Leistungen der Natur und des Waldes / Die Menschen werden älter. Das Bewusstsein für Gesundheit ist hoch. / Die Gesundheitskosten steigen. Waldbaden und Waldtherapie sind niederschwellige kostengünstige Angebot, die einen hohen Effekt aufweisen. / Bedürfnis nach alternativen Therapieformen / Thema Gesundheit wird grundsätzlich wichtiger. / Zunahme von psychischen Erkrankungen / Gesundheit wird immer wichtiger, alternde Gesellschaft, Verstädterung / [...] Zudem trägt diese Vorteile für die Entwicklung von Kinder (z. B. Wachstum der Amygdala). / Green Card, evtl. Verschreibungen von Grün-Zeit durch Ärzte analog GB und D

Wiss. Evidenzen: Wirkungen des Waldes sind oder werden statistisch abgesichert (3 Nennungen)

- Mehr Forschung / International Bewegung mit steigenden Forschungsergebnissen / Die Nachfrage nach Green Care wächst, v.a. Weil die Wissenschaft vermehrt belege einbringt über die positiven Wirkung der Natur auf die psychische und physische Gesundheit.

Diverses (4 Nennungen)

- ist ja logisch / Das Bedürfnis ist nicht von allen da / Bei uns in der Region ist das Angebot noch auf einem bescheidenen Niveau und daher noch ausbaufähig. / Wir brauchen es! / Waldbesitzer und Regierung denken nur an die Wirtschaftlichkeit / Der Nutzen des Waldes wird in der Öffentlichkeit stärker verbreitet sein.

Frage 15: Welches sind die grössten Chancen für Gesundheitsangebote im Wald in Zukunft?

Abbildung 6: Geclusterte Antworten zu den Chancen, resp. Möglichkeiten mit Anzahl Nennungen

CHANCEN				
19x Positive Wirkung des Waldes auf verschiedene Elemente der Gesundheit	17x Sensibilisierung für den Wald sowie dessen Bedeutung, Wert und verschiedene Waldleistungen	13x Niederschwelliges Angebot, vorhandene Ressourcen	12x Förderung Biodiversität und Naturschutz	
	17x Ganzheitliches Natur-Mensch-Verständnis als Basis für naturbezogene Gesundheitsförderung		8x Inwertsetzung und Finanzielle Wertschöpfung	4x ↓ GKosten
			3x Regional-entwicklg	2x Zs.arbeit

Wortmeldungen im Detail

Niederschwelliges Angebot (13 Nennungen)

- Wald als heilsamer Ort auch für armutsbetroffene Menschen zugänglich (Soziale Ungerechtigkeit vermindern). / niederschwellige Möglichkeit, die inneren Akkus aufzuladen... / Wir haben die Wälder um uns, können uns auch selbstständig darin bewegen. / Der Wald ist für alle offen und zugänglich. / Es ist ein Aussenraum, der jederzeit genutzt werden kann / Le libre accès à la forêt / verfügbare Ressource / Niederschwelliges Erholungsangebot in nächster Nähe, mit kaum zusätz. Infrastrukturbedarf / Ruhige Waldoasen mit wenig Infrastruktur. / Strukturen die für die Erholung nötig sind, sind in unseren Wäldern genügend vorhanden. / Kann praktisch überall gemacht werden, ist nicht sehr kostenintensiv, / Zunehmender Bedarf an kurzfristig verfügbaren und nahe an Agglo gelegenen Naturstandorten / möglichst wenig bis kaum Anleitung...

Sensibilisierung für den Wald sowie die Bedeutung, den Wert und die verschiedenen Waldleistungen (17 Nennungen)

- und wir können gleichzeitig auf die Wichtigkeit des Waldes hinweisen. / Den Wald als wertvolle Rücksichtsoase noch beliebter, angesehener und attraktiver zu machen. / Ich erhoffe mir mehr Akzeptanz und Verständnis für die Forstwirtschaft. / Dass die Gesellschaft die Natur mehr schätzt und auch bereit ist diese in Wert zu setzen. / Kommunikationsplattform Waldeigentümer*in/-bewirtschafter*in -> Bevölkerung / Sensibilisierung / Die Bevölkerung wieder näher an die Thematik Wald bringen. Der Wert des Waldes steigt. / vielen Menschen eine andere Seite der Natur zu zeigen / Sensibilisierung für Waldpflege, Bedeutung Wald als Lebensraum und Rückzugsort, verschiedene Waldfunktionen (Multifunktionalität) / Das Bedürfnis vieler Menschen die im Alltag nicht mehr viel mit der Natur zu tun haben, diese wieder für sich neu zu entdecken und ein bewusster Lebensstil sind im Moment ein Grosser Trend. Nebst dem gesundheitlichen Aspekt ist das Verständnis für Ökosysteme und deren Pflege/Bewirtschaftung und natürliche Entwicklung ein wichtiger Punkt der dabei an eine breite Bevölkerungsschicht weitergegeben werden könnte. / Sensibilisierung der Menschen für den Wert der Natur. Wert in Bezug auf die eigene Gesundheit, aber auch in Bezug auf das Leben an sich (das gesamte Ökosystem) / Den Menschen den Lebensraum Wald erklären und Sensibilität schaffen. / Menschen auf die Bedeutung der Natur (und derer Erhalt) zu sensibilisieren und die Ressourcen der N. für die eigene Gesundheit nutzen. / Wertschätzung (der Wirkungen) des Waldes auf die Gesundheit, Beitrag für Gesellschaft im Rahmen der Prävention und Therapie / Dass mehr Personen öfters den Wald besuchen, sich dabei mehr bewegen, von der gesundheitsfördernden Wirkung des Waldes profitieren, dabei mehr über den Wald lernen und praktische Walderfahrungen machen, und schliesslich so den Wald auch mehr lieben und schätzen lernen. / das Umweltbewusstsein / Für mich sind Gesundheitsangebote im Wald verknüpft mit Wissensvermittlung über den Wald.

Förderung Biodiversität und Naturschutz (12 Nennungen)

- Naturverbundenheit bringt auch Naturschutz mit sich / Und geschützt wird was man kennt und versteht / Eine Sensibilisierung und Achtsamkeit gegenüber Wald/Natur/ Tiere/ Kreislauf der Natur und des Lebens. / Nebenbei den Respekt für die Natur vergrössern / Das wachsende Bewusstsein für die Natur in der Bevölkerung / Respekt vor der Natur und den Tieren / Sensibilisierung für Nachhaltigkeit (was man liebt, zu dem trägt man Sorge...) / Schutzgebiete als besondere Ressource für Gesundheitsangebote im Wald / den Wald als vielfältigen Lebensraum und dessen Heilwirkung erleben / Umweltbewusstsein steigern. / Umweltbildung für mehr Schutz von Wäldern / In der Schweiz glaube ich nicht an eine Chance. In vielen Gemeinden werden heute noch grosse Schneisen in den WALD geschlagen und 5 Meter rechts und links der Waldwege alles platt gewalzt, um die Zufahrt mit grossen Maschinen und Fahrzeugen für den Holztransport zu gewährleisten.

Inwertsetzung und Finanzielle Wertschöpfung (8 Nennungen)

- Wertschöpfung / multifunktionale Walnutzung um eine Dimension erweitert: evtl. auch ökonomisch interessant / Für den Waldeigentümer wäre es wünschenswert, wenn er aus einer vielleicht entstehenden Nische, auch auf finanzieller Seite einen Zustupf generieren könnte. / Es schafft auch neue Arbeitsplätze und bringt sehr viel Innovationspotential mit sich. / Einbezug der gesamten touristischen Wertschöpfungskette --> Kombination mit anderen touristischen Angeboten / Zusammenarbeit mit Gesundheitsinstituten (Oekosponsoring) / Zusammenarbeit mit Anbieter/innen: Zusätzliches Geschäftsfeld für die Forstbranche / Waldbadeangebote für Förster

Politikförderung und Zusammenarbeit über Disziplinen / Sektoren / Branchen hinaus (2x)

- Das wachsende Interesse diverser Berufsgruppen / Ein politisches Bewusstsein, das zur Zusammenarbeit mit allen relevanten Akteuren führt

Glaubwürdigkeit durch Professionalisierung – Marktpotential (2x)

- durch Professionalisierung des Angebotes/Anbieter mehr Kunden erreichen und evtl Unterstützung durch KK / Hohe Qualität der Angebote in einer naturnahen Umgebung.

Regionalförderung und Sanfter Tourismus (3x)

- Beitrag zur Transformation bezgl. nachhaltigem Tourismus / Angebote sowohl für Gäste als auch für Einheimische / Stärkung peripherer und abgelegener Orte

Senkung Gesundheitskosten (4x)

- Kostengünstige ganzheitliche Gesundheitsförderung in der Natur für alle Altersgruppen/ Die Prävention ins Bewusstsein der Bevölkerung rufen und die Selbstverantwortung dafür, Kostenersparnisse im Gesundheitswesen/ Senkung der Gesundheitskosten. / Ich gehe davon aus, dass Gesundheitsangebote im Wald verhältnismässig günstige "Heilungsmethoden" sind.

Positive Wirkung des Waldes auf verschiedene Elemente der Gesundheit (19x)

- Abbau von Stress-Erholung der Aufmerksamkeitsfunktionen-emotionale Homöostase-Verbesserung der Immunfunktion-Bewegungsaktivität als Prävention von Übergewicht/Herz-Kreislauferkrankungen/ gemeinsame positive Erlebnisse / Mess- und spürbare positive Effekte auf Gesundheit und Wohlbefinden;/ Wirkung auf Gesundheit muss langfristig spürbar sein / - viele Stresskrankheiten / Erweiterung der Wahrnehmung, Verminderung des Stresslevels, Achtsamkeitstraining/ spürbare Veränderung des Wohlbefindens. / Wahrnehmung der eigenen positiven körperlichen und psychischen Veränderungen. / Geführte Gruppenangebote bieten einen geschützten Rahmen./ Prävention von psychischen und physischen Krankheiten./ Individualisierte Betreuung / Therapie / Angebote/ Es ist ein Bestandteil der Gesundheitsprävention/ Stressreduktion, klimaförderndes Verhalten./ bewusste Gesundheitsförderung und / Achtsamkeitstraining, bewusstes Leben lernen/ laufen, laufen, laufen - im Sinne von Wandern/Spazieren. / Naturbelassenheit des Waldes als Gegensatz zum Alltag (Siedlungen, Verkehr, Computer, Natel...)/ Gesellschaftliche Veränderungen / Wir brauchen es!

Ganzheitliches Natur-Mensch-Gesundheitsverständnis als Basis für naturbezogene Gesundheitsförderung (17x)

- Rückverbindung mit der Natur, insbesondere mit dem Wald / Ganzheitlicheres Verständnis bezüglich Natur, Naturzyklen, Gesundheit und Rolle des Menschen in der Natur / Entgegenwirken der Entfremdung von der Natur / L'uomo trae origine dal bosco, un ritorno alle radici / Trend "zurück zur Natur" / Wir sind aus der Natur geboren und in unserer früheren Menschheitsgeschichte haben wir nebst Höhlen auch Wälder zu unserem Zuhause gemacht. Unser Säugetiergehirn weiss das immer noch und so fühlen wir uns automatisch wohl in und mit der Natur. Die Menschen wieder zurück zur Natur zu führen, hat hoffentlich auch für die Zukunft weitreichende positive Folgen. Sei das viel mehr Zeit draussen als vor einem Bildschirm zu verbringen, in Bewegung sein, staunen über die grossen und kleinen Wunder der Natur und diese Faszination unseren Kindern weitergeben. / Natürliche Umgebung für heilsame Erfahrungen (im Vergleich zu sterilen Zimmern). / Zunehmend wird den Menschen bewusst, dass sie die Natur / den Wald zur Gesunderhaltung und zum Gesund-Werden benötigen. Die Forschung liefert hier wichtige Beiträge. Viele Menschen sehnen sich nach Ruhe, nach einfach nur Sein können ohne ständig unter Leistungsdruck zu stehen. Daher werden präventive Gesundheitsangebote im Wald an Bedeutung gewinnen. Aber auch somatisch und psychisch Kranke profitieren sehr von therapeutisch geführten Waldaufenthalten, diese gilt es auszubauen. / Momentan gibt es Corona bedingt einen Trend hin zur Natur / Biophilie erleben, Mensch in Verbindung zur Natur, / Erleben in der Natur. / Natur erleben / Dass dadurch das Bewusstsein für die Wirkung von Natur auf das Wohlbefinden gesteigert wird. / Die Natur dem Menschen wieder näher zu bringen und sie vermehrt als heilend und schenkende Kraft zu erleben. Durch sie können vergessene Ressourcen und die Selbstwirksamkeit gestärkt werden. Ebenfalls können Wälder als Orte der Ruhe genutzt werden, die vor allem zur Entspannung verhelfen. / alternative Therapieform für Kliniken / Misstrauen gegenüber der traditionellen Medizin / Natur und sich kennenlernen

Frage 16: Welches sind die grössten Herausforderungen für Gesundheitsangebote im Wald in Zukunft?

Abbildung 7: Geclusterte Antworten zu den Herausforderungen, resp. Gefahren mit Anzahl Nennungen

Gefahren und Herausforderungen				
20x	14x	10x	8x	
Interessenkonflikte	Unprofessionalität	Kosten WaldEigentümer	Möbliierung	
		8x	5x	4x
18x	14x	Waldbewirtschaft...	Kosten Patient / Klient	Klima- wandel
		8x	4x	3x
Crowding	Schäden	Diverses	Kommerz- ialisierung	Kulisse

Unprofessionalität (fehlende Ausbildungsstandards, Evidenzen, ...) (14x)

- Wenn kaum ausgebildete Personen Menschen in den Wald führen / Es muss ein abgesprochenes und koordiniertes Miteinander der einzelnen beteiligten geben und dafür sollten Abläufe und Standards ausgearbeitet werden, die in unterschiedlichen Regionen umgesetzt werden können. / zu viele Angebote von ungenügender Qualität (Begriff "Waldbaden" wird als Anythinggoes verstanden). / Waldtherapie ist noch nicht anerkannte Therapieform; Nachhaltigkeit muss gewährleistet sein, z. B. durch professionelle Ausbildung / Ein Problem ist vielleicht auch ein "Wildwuchs" an Angeboten, die nicht alle seriös sind. / unseriöse Anbieter oder keine kundengerechte Angebote "wischwaschi-Kurse" / unprofessionelle Angebote / Unkompetente Angebote / Trennung von normalem Waldspaziergang, den man macht wenn es einem gut oder schlecht geht und einem therapeutischen Angebot. / Gast wird den medizinischen Nutzen bei therapeutischen Angeboten mehr hinterfragen --> Für evidenzbasierte Angebote braucht es Studien / wissenschaftliche Analysen / nicht auf die Bedürfnisse der Bevölkerung einzugehen / Unkontrollierbares Angebot, die Imageschaden verursachen kann / Anerkennung und Trennung von Esoterik und Wissenschaft / Dass jemanden in den Sinn kommt, dass dies eher "esoterisch" ist und deshalb verboten.

Interessenkonflikte (20x)

- Dichtestress im Wald - Kohabitation mit anderen eher schnellen Aktivitäten - zB Biken / echter Naturschutz und vielfältige menschliche Nutzung unter einen Hut zu bringen / Konfliktpotential zu anderen Angeboten (Biken, Hundespaziergänger/innen) und Förster und Jäger. / Verschiedene Nutzergruppen im Wald können zu Konflikten um die Waldbewirtschaftung führen. / sensible Waldbereiche sollten vermieden werden. / Konflikte mit anderen Waldbewirtschaftungen. / Dass dadurch noch mehr und neue Anforderungen an den Wald mit Interessenskonflikten entstehen. / Konflikte mit übriger Waldbewirtschaftung und Waldbesitzern / Konflikte aufgrund der verschiedenen Ansprüche an den Wald. / Steht in Konkurrenz mit vielen anderen "Erholungstätigkeiten" im Wald. Anderen Waldbewirtschaftungen müssen gewährleistet sein. / [...] Konflikte unter den Waldbesuchenden; / Ausreichend geschultes Personal und Wälder zu finden, die nicht zu sehr durch forstliche Massnahmen geprägt sind, aber auch nicht dem Naturschutz unterliegen. / könnte es zu Konflikten und Ablehnung kommen können (andere Waldbewirtschaftungen/ Försterinnen) / und wenn dadurch das Verständnis und Wohlbefinden der Bevölkerung und der Waldbesitzer für solche Angebote verloren geht bzw. verspielt wird. / Nutzungskonflikte versch. Nutzergruppen / - verschiedene Ansprüche der Waldbesitzer, resp. -besitzer / Einbezug verschiedener Interessengruppen und respektvoller Umgang mit der Natur / - Andere Funktionen des Waldes dürfen nicht darunter leiden / - Einklang mit der Forstwirtschaft / Es existieren viele Angebote im Wald die weder mit dem Waldbesitzer noch mit dem Förster abgesprochen sind, geschweige denn eine Entgeltung gezahlt wird. Sobald ein Angebot gegen Entlohnung (gewerblich) im Wald erfolgt, muss der Waldbesitzer und der Förster informiert werden. Falls diese in einem Wildschutzgebiet oder einem Eidgenössischen Jagdbanngebiet angeboten werden, muss zusätzlich die Wildhute informiert werden. Dies sind gesetzliche Grundlagen und jede Andere kommerzielle Veranstaltung muss diese auch erfüllen.

Crowding (18x)

- Zu viele Angebote [...] / - punktuelle "Übernutzung" und starke Störungen sollten gelenkt werden durch gute Platzauswahl / Zuviel Menschen im Wald. / Ruhe im Wald könnte gestört werden / Übernutzung Wälder / Mensch, der zu stark in den Lebensraum Wald und seine ruhigen Orte eindringt. -> es braucht Besucherlenkung! / Kein zerstörerischer Waldbewirtschaftungstourismus / - Überlastung der Wälder / Zusätzliche Belastung der siedlungsnahen Wäldern inbs. bei

Bedarf an zusätzlicher Infrastruktur (Parkplätze?! geht in den meisten Kantonen gar nicht im Wald); / Überbeanspruchung der Wälder durch andere Freizeitaktivitäten / Überlastung der Wälder, / Dass der Wald in bestimmten Regionen überbelastet ist. / Das Ökosystem Wald wird ganz allgemein immer stärker belastet durch die verschiedenen Aktivitäten des Menschen. / Die Wälder könnten durch die vielen Angebote bald einmal an ihre Grenzen gelangen. / Übernutzte Wälder, [...] / Übernutzung des Waldes, / Wenn die Angebotsmenge überhandnimmt und Wälder überlaufen werden;

Möblierung (8x)

- "Übernutzung" im Sinne von zu viele Anlagen für die Gesundheitsangebote. / Zusätzliche Belastung der siedlungsnahen Wäldern inbs. bei Bedarf an zusätzlicher Infrastruktur (Parkplätze?! geht in den meisten Kantonen gar nicht im Wald); / Zu viel Infrastruktur / dass der Wald zu stark möbliert ist / [...] Möblierung des Waldes / Wenn der Wald im Zuge eines Therapieausbaues zunehmend möbliert und beschildert würde, / Bau von Infrastrukturen und deren Unterhalt und Finanzierung / und [wenn] der Wald durch die Angebote übermöbliert und übernutzt wird

Waldbewirtschaftung (8x)

- In vielen Gemeinden werden sogar aktiv Brennnessel im Wald vergiftet und ausgerottet. TYPISCH SCHWEIZ. / Übernutzung des Waldes / Wald ist in der Schweiz nur für die Holzwirtschaft und den Profit von Bedeutung. / Sowie Waldbesitzer, welche nur die kurzfristige Wirtschaftlichkeit fokussieren. / Waldschneisen durch Harvester. / Zerstörung des Waldes aufgrund eines „Ausbaus“ der Waldstrukturen. / Waldbewirtschaftung

Schäden (14x)

- Schäden/Druck auf Wald sollten ständig beobachtet werden. / Waldbesuche mit dem Auto, resp. Waldbesuche mit dem Flugzeug (klimaschädigende Angebote), / dass der Wald (bestimmte Pflanzen, Jungwuchs) durch diese Nutzung beschädigt wird, / [...] gefährden die Waldökologie, stören Wild und Flora, / Respektloser Umgang mit dem Wald, Zerstörung des Waldes / Konflikt mit Naturschutz / Dass wir die Natur und Tiere respektieren (Schozeiten). / Durch immer weitere Angebote den Wald und seine Bewohner stören. / Zunehmender Individualismus und Egoismus (jeder will "seine" ungestörte Natur), Dichtestress, zunehmende Missachtung von allfälligen Regeln / Wenn Gesundheitsangebote in den Wald verpflanzt werden, ohne gebührend Rücksicht auf den Naturraum des Waldes zu nehmen / Durch unbedachte "Massennutzung" eher Schaden in der Natur anrichten. / Möglichst keine Einflussnahme auf Fauna und Flora / pour autant que les visiteurs soient respectueux du milieu / Vandalismus im Wald, Littering, Feuergefahr und unsachgemässes Hantieren mit Feuer /

Klimawandel (4x)

- Klimawandel (2x) / Der Wald selbst ist - wie wir Menschen auch- vom Klimawandel bedroht. In vielen Gegenden Europas (aber auch weltweit durch Rodungen) sind unzählige Hektaren Wald durch Waldbrände und Trockenheit verloren gegangen. Hier gilt es, den Wald selbst in den Heilungsgedanken einzubeziehen und ihn zu schützen bzw durch Forschung herauszufinden, welche Baumarten Trockenheit und Wärme besser vertragen. / Das Waldsterben und sicher auch die noch nicht voll abzusehenden, folgenden Auswirkungen des Klimawandels.

Kommerzialisierung (4x)

- "Kommerzialisierung" des Waldes / Kommerzialisierung [...] des Waldes / Nutzung des Waldbodens für kommerzielle Zwecke Dritter kann mittelfristig nicht ohne Entschädigung der Waldeigentümerin erfolgen / extreme Vermarktung des Heilwaldes

Kosten und Aufwände für Waldeigentümer (10x)

- Mehrleistungen seitens WaldeigentümerIn sollten entschädigt werden. / Da in der Regel sehr wenig in Infrastrukturen investiert werden muss, schätze ich auch das finanzielle Risiko für den Waldeigentümer als gering ein. / Wenn der Waldeigentümer einbezogen wird und eine Entschädigung erhält, z.B. als Nutzungsverzicht in einem grösseren Waldstück, stehen für die Einrichtung von Gesundheitswäldern viele Türen offen. / Auch der Waldbesitzer muss ein Gewinner sein / Wald(Holz)Bewirtschaftung ist defizitär, Nutzung des Waldbodens für kommerzielle Zwecke Dritter kann mittelfristig nicht ohne Entschädigung der Waldeigentümerin erfolgen / dass der Waldeigentümer am Ende nicht von diesem Trend profitiert, dass nur dritte Geld daran verdienen, / Die Walbesitzer sind für Unterhalt und Sicherheit der Besucher zuständig und dies ohne jegliche Abgeltung. Hier muss eine Lösung zwingend gefunden werden, bevor solche Angebote masslos zunehmen. / - bezahlen der Leistung aus der Forstwirtschaft für das Gesundheitsangebot / Die Herausforderung wird sein, die "Brücke" zwischen Forstdienst und Gesundheitswesen zu schlagen. / Es existieren viele Angebote im Wald die weder mit dem Waldeigentümer noch mit dem Förster abgesprochen sind, geschweige denn eine Entgeltung gezahlt wird. Sobald ein Angebot gegen Entlohnung (gewerblich) im Wald erfolgt, muss der Waldbesitzer und der Förster informiert werden. Falls diese in einem Wildschutzgebiet oder einem Eidgenössischen Jagdbanngebiet angeboten werden, muss zusätzlich die Wildhut informiert werden. Dies sind gesetzliche Grundlagen und jede Andere kommerzielle Veranstaltung muss diese auch erfüllen.

Kosten und Aufwände für Waldeigentümer und Patient / Klient (5x)

- Die Leute wollen nicht dafür bezahlen. / Finanzierbarkeit / Wer bezahlt sie (Krankenkasse)? / Es wäre wünschenswert wenn die Krankenkassen Waldbaden/Waldtherapie übernehmen würden. / [...] Anerkennung bei durch KVs

Kulisse (3x)

- dass der Wald nur als Kulisse angewandt wird. / der Wald dient nur noch als Kulisse für seriösere und esoterische Veranstaltungen. / - Wald wird konsumiert...

Diverses (8x)

- flache Waldgebiete zu finden / - Zusammenarbeit mit allen relevanten regionalen / nationalen Akteuren nicht immer einfach / - Gesundheitstourismus attraktiv gestalten / Coinvolgere la generazione più giovane, quella dipendente da iPhone, Ipad ecc / Kein politisches Bewusstsein... / Rechtliche Aspekte, / - Haftungsfragen / sehe ich im Moment keine

Frage 17: Gibt es noch etwas, was Sie uns ergänzend mitteilen möchten?Hoher Bedarf an interdisziplinärer Zusammenarbeit bei der Planung und Durchführung von Angeboten sowie in der Ausbildung

- Eine gute Zusammenarbeit verschiedener Ausbildungsanbieter wäre sehr zu begrüßen
- Wichtig wären Erfahrungsaustausche interdisziplinär. Mehr Einbezug der grünen Berufe, um denen, die den Wald präventiv oder kurativ nutzen, Waldwissen zu vermitteln, aber auch andererseits Wissen um die Wirkungen des Waldes auf Körper und Seele den grünen Profis zu vermitteln. Mehr Betonung, dass auch der Wald geschützt und bewahrt werden muss und Wissensvermittlung hierzu. Viele Menschen konsumieren den Wald, ohne ein Bewusstsein zu entwickeln, dass wir als Menschen ohne Wälder nicht leben können und dass wir Menschen Teil der Natur sind, uns aber schon weit davon entfernt haben. Hier ist Bewusstseinsentwicklung dringend erforderlich und Wissen um die Zusammenhänge.
- Solche Angebote bieten sehr viel Potenzial, jedoch die Waldeigentümer müssten in den Diskurs mitberücksichtigt werden und eine tragende Rolle spielen. Teilnehmer müssten stärker aufgeklärt werden, dass der Wald einen Eigentümer hat und welche Sitten im Wald gehören.

Steigender Nutzungsdruck erfordert Besucherlenkung, Entflechtung, Minimierung von Störungspotentialen

- Siedlungsnaher Wald wird bereits heute sehr stark für Erholung/Freizeit genutzt. Weitere Nutzung birgt zusätzliches Konfliktpotential; jedes derartige Vorhaben in der Fläche ist deshalb sorgfältig mit den bestehenden Nutzergruppen u Waldeigentümerin abzustimmen
- Ich möchte vor der bereits etablierten Tendenz warnen, den Wald als Lifestyle Event Arena zu propagieren
- Bei "Gesundheits" Angebot ist es sehr wichtig, die Aktivität zu unterscheiden. Meditation und Biken sind zwei sehr unterschiedliche Aktivitäten, die wenig bzw. grossen Einfluss auf den Lebensraum Wald haben. Wichtig bei der Angebotsgestaltung ist das Bewusstsein, dass man den Lebensraum durch ein neues Angebot stört.
- Parkplätze sollten nur für Institutionen und Menschen mit eingeschränkter Mobilität zur Verfügung stehen, andere können mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren!
- Der Wald ist Lebensraum für Flora und Fauna. Das sollte so bleiben. Darauf muss Rücksicht genommen werden.
- Aus meiner Sicht sollte der Wald wieder mehr Wald sein und natürlicher wachsen dürfen. Ich wäre sehr daran interessiert, Schutzzonen einzurichten und würde mich bereit erklären, ein Stück Wald zu kaufen und zur Verfügung zu stellen (zweckgebunden).

Kritik an Kommerzialisierung

- Früher ging man einfach spazieren in den Wald, um sich zu erfrischen oder zu erholen, einfach nach dem Prinzip des gesunden Menschenverstandes. Wohin haben wir es gesellschaftlich gebracht, wenn wir diesen Bereich institutionalisieren und kommerzialisieren müssen?
- [...] Keine Kommerzialisierung.

Therapie und Pädagogik

- Ich finde, pädagogische Angebote und Gesundheitsangebote haben viel gemeinsam, es gibt viele Parallelen. Gesundheitsangebote können von den Fehlern, die in der Waldpädagogik gemacht wurden, lernen. Aber Achtung, die Pädagogik verfolgt andere, eigenständige Ziele und ich würde sie daher nicht unter Gesundheitsangebote subsumieren (auch wenn die "Gesundheitswirkung" des Waldes natürlich auch in der Bildung positiv wirkt).
- Wer therapeutisch arbeitet, sollte den BAG Standards entsprechen

Weiteres

- Besten Dank
- Super Sache!
- nein
- Hoffe diese Umfrage bewirkt etwas.....
- So toll, freue mich sehr über diese Umfrage. Shirley Gleeson ist m.E. Fachfrau und Experte in 1.Stunde
- Ich freue mich sehr, dass ein Projekt bezüglich "Gesundheitswälder" durchgeführt wird, meiner Meinung nach ein sehr spannendes Thema!
- Viel Freude beim Auswerten.
- Ich wäre sehr an der Auswertung interessiert: Bitte informieren Sie mich über das Projekt Gesundheitswälder via ...