

Presseinformation

Mehr Wald in den klinischen Alltag – Dr. Melanie H. Adamek startet Vortragsreihe in Reha-Kliniken

Bad Dür rheim/München, 27. August 2020 – Waldgesundheits-Expertin Dr. Melanie H. Adamek begeisterte mit ihrem Waldtherapie-Vortrag im Reha-Zentrum Hüttenbühl der Deutschen Rentenversicherung Mitte Juli 2020. „Die Klinik ist wunderbar gelegen und bietet die besten Voraussetzungen, die Waldtherapie systematisch in den Klinikalltag einzubauen“, sagte Dr. Melanie H. Adamek nach ihrer Vortragsveranstaltung in Bad Dür rheim im Schwarzwald.

Der ärztliche Direktor des Reha-Zentrums Hüttenbühl, Dr. med. Harald Schickedanz, hatte Dr. Melanie H. Adamek zu dieser Informationsveranstaltung für die Mitarbeitenden eingeladen und zeigte sich nach dem Vortrag hochzufrieden, insbesondere über die ausführliche und rege Diskussion: „Das hat allen viel Spaß gemacht und mehr Wissen gebracht. Mich freut dies umso mehr, weil ich von den Wirkungen des Waldes überzeugt bin und wir bereits heute viele Behandlungen im Freien durchführen.“

Dr. Adamek hat in Japan bei der Ikone der Waldmedizin, Prof. Dr. Qing Li, eine Schulung in Forest Medicine absolviert. Sie ist INFOM-zertifizierte (International Society of Nature and Forest Medicine) Waldgesundheits-Expertin. Kürzlich wurde sie zur stellvertretenden Vorsitzenden des Fachausschusses für Waldgesundheitsforschung des WFCMS (World Federation of Chinese Medicine Societies, Weltverband der Chinesischen Medizin Gesellschaften) und gleichzeitig als Mitglied ins Komitee zur Fortschreibung von Standards waldmedizinischer Behandlungsverfahren berufen.

PRESSEKONTAKT:

mha@IMWALDSEIN®
Dr. Melanie H. Adamek
Tumblingerstr. 14 · 80337 München
Telefon +49 89 550776-0
mail@melanie-adamek.de

p.co communications
Petra Reppert
Kirchenstr. 87 · 81675 München
Telefon +49 89 242447-47
petra.reppert@p-co-com.de

Presseinformation

Faszination Wald – und was er für die Gesundheit leisten kann

Dr. Adamek nahm die Teilnehmenden mit auf eine „Reise zu den faszinierenden Gesundheitswirkungen des Waldes“, auf der sie das Potenzial des IM-WALD-SEIN für die Gesundheit hervorhob. Sie berichtete über die Erkenntnisse und Erfahrungen, die sie auf ihren Reisen nach Japan und Südkorea machen konnte. Besonders spannend für die Zuhörenden war der Bericht über das Waldexperiment, einen wissenschaftlich begleiteten multidisziplinären Praxistest mit 12 Waldgesundheits-Pionieren (wir berichteten), den Dr. Adamek konzipiert und angeleitet hatte – ganz in der Linie der Forschungen von Dr. Qing Li, einem der Mitbegründer der Waldmedizin.

Ein „Aha“ ging durch die Teilnehmenden, als Dr. Adamek den Unterschied zwischen dem „Waldbaden“ und der „Waldtherapie“ erläuterte. Während es beim Waldbaden darum geht, genussvoll in die Atmosphäre des Waldes einzutauchen, kann die Waldtherapie – das Shinrin Yoku nach Dr. Qing Li – unter Aufsicht medizinisch geschulten Personals eine ganzheitliche Steigerung der Gesundheit erzielen. In diesem Zusammenhang wies Dr. Adamek auf den Start der Im-Wald-Sein-Akademie 2021 statt, die sie zusammen mit Dr. Qing Li und anderen gegründet hat.

Bald mehr Natur in den Kliniken?

„Angesichts der begeisterten Reaktionen der Mitarbeiterschaft und der bereits jetzt im Grünen praktizierten Maßnahmen sehe ich eine spannende Zukunft der Waldtherapie in der Rehabilitation als Teil des psychotherapeutischen Repertoires“, dieses sehr positive Fazit zog Dr. Melanie H. Adamek bezüglich ihres Vortrags in Bad Dürkheim. Dr. Adamek weiter: „Ob wir zu einer staatlich geförderten Waldheilungspolitik wie in Südkorea finden, vermag ich zwar nicht zu sagen, doch erste spannende Assessment-Prozesse zur Etablierung der Waldtherapie sind angestoßen. Diese werden uns helfen, einen indikationsangemessenen Therapieansatz herauszuarbeiten. Die Corona-Krise hat uns etwas ausgebremst, dennoch freuen wir uns auf die ersten Pilotprojekte, die im September hier im Schwarzwald

PRESSEKONTAKT:

mha@IMWALDSEIN®
Dr. Melanie H. Adamek
Tumblingerstr. 14 · 80337 München
Telefon +49 89 550776-0
mail@melanie-adamek.de

p.co communications
Petra Reppert
Kirchenstr. 87 · 81675 München
Telefon +49 89 242447-47
petra.reppert@p-co-com.de

Presseinformation

starten, und laden neben Reha-Einrichtungen natürlich auch Vorsorge- und Kureinrichtungen zur Partizipation ein.“

3.704 Zeichen

Fotos und weitere Infos finden Sie auch in unserem Presseportal unter www.pco-communications.de oder schreiben Sie an info@p-co-com.de.

Fotomaterial (mit einem Klick erhalten Sie direkt die Fotofeindaten):



Dr. Melanie H. Adamek, Dr. med. Harald Schickedanz



Dr. Melanie H. Adamek in Bad Dürreheim
Vortrag und IM-WALD-SEIN

PRESSEKONTAKT:

mha@IMWALDSEIN®
Dr. Melanie H. Adamek
Tumblingerstr. 14 · 80337 München
Telefon +49 89 550776-0
mail@melanie-adamek.de

p.co communications
Petra Reppert
Kirchenstr. 87 · 81675 München
Telefon +49 89 242447-47
petra.reppert@p-co-com.de

Presseinformation

Melanie H. Adamek

...ist promovierte Juristin, Verlegerin und Autorin in München. Seit 2001 konzentriert sich ihre Tätigkeit auf den Bereich der öffentlichen Gesundheit, speziell auf Gesundheitsförderung und Prävention. Schon als Kind spielten Wald und Natur eine wichtige Rolle für sie, doch erst vor einigen Jahren auf einer Reise zu ihren Wurzeln hat sie das Im-Wald-Sein für sich wiederentdeckt. Ihre Faszination für das Thema führte sie unter anderem nach Japan und Südkorea, wo Waldbaden bereits Teil einer umfassenden Gesundheitsstrategie ist. In Japan absolvierte sie bei der Ikone des Waldbadens, Prof. Dr. Qing Li, eine von der INFOM (International Society of Nature and Forest Medicine) zertifizierte Schulung in Forest Medicine. Seitdem erforscht sie auch selbst die positiven Effekte des Im-Wald-Seins, führte ein einzigartiges Waldbaden-Experiment durch und veröffentlichte ein umfassendes Werk über das Phänomen. Sie ist international gefragte Sprecherin. So trat sie auf Einladung des südkoreanischen Forstministeriums als Referentin bei einem Symposium anlässlich der Grundsteinlegung eines neuen nationalen Forest-Healing-Center auf. Kürzlich wurde sie zur stellvertretenden Vorsitzenden des Fachausschusses für Waldgesundheitsforschung des WFCMS (World Federation of Chinese Medicine Societies, Weltverband der Chinesischen Medizin Gesellschaften) und gleichzeitig als Mitglied ins Komitee zur Fortschreibung von Standards waldmedizinischer Behandlungsverfahren berufen. Nun will Dr. Melanie H. Adamek die Akteure des Gesundheitswesens für dieses essenzielle Zukunftsthema sensibilisieren und den Wald als wichtigen Partner für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden in unser Bewusstsein zurückbringen. „Shinrin Yoku ist für mich die logische Konsequenz der Kneippschen Gesundheitslehre und hat, gerade auch bei uns in Europa, das Zeug zum universellen Gesundheitskonzept.“ Aus diesem Gedanken heraus entstand das Top Expert Programm, das sich speziell an Gesundheitsberufe, Kliniken und Rehabilitationsstätten richtet. Dem Einzelnen möchte Melanie H. Adamek Mittel an die Hand geben, um die Heilkraft des Waldes neu zu entdecken. Mit ihrer selbst entwickelten Toolbox, die neben dem ganzheitlichen Werk auch einen Audioguide und ein Tagebuch für Walderlebnisse bietet, soll dies für eine breite Bevölkerung zugänglich werden.

Weitere Infos für die Presse finden Sie [HIER](#).

PRESSEKONTAKT:

mha@IMWALDSEIN®
Dr. Melanie H. Adamek
Tumblingerstr. 14 · 80337 München
Telefon +49 89 550776-0
mail@melanie-adamek.de

p.co communications
Petra Reppert
Kirchenstr. 87 · 81675 München
Telefon +49 89 242447-47
petra.reppert@p-co-com.de