

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