



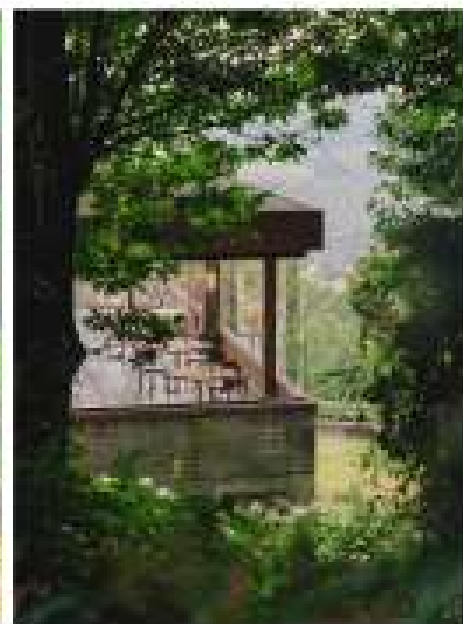
Il Bosco Bioenergetico della Tenuta de l'Annunziata: il bosco che fa bene al corpo e allo spirito



Oggi più che mai l'interesse di essere connessi passa dal consumo con la natura a quello della total immersione nella natura. Una delle puntate migliori per un viaggio di immersione è infatti il Forest Bathing, "shinrin-yoku" in giapponese, letteralmente "bagno al bosco". Alla base, un concetto antico come il ritrovarsi fra lunghe passeggiate nel verde, respirare una poltiglia avvolgente dai profumi del bosco, senza le distinzioni di dove si è e di quando. È in questo contesto che si colloca il bosco bioenergetico della Tenuta de l'Annunziata di Uggiate Trevate, un'esperienza offerta dalla tenuta per il coinvolgimento del cliente con il Forest Bathing, che per sé è un'evoluzione del Forest Therapy, così noto in Europa, al punto da rendere la Tenuta de l'Annunziata un centro all'avanguardia in questo ambito. Tutto proprio immerso fra le colline, la Tenuta è stata acquistata nel 2007 dalla famiglia Caffarini-Piccoli che con una grande opera di recupero (ha recuperato un'antico agrioglio di chiama dall'agroparco storico, dove fanno parte ancora alla natura. A cominciare dalle antiche cascine del bosco, attraverso delle sue agriolaghe o distacchi più singoli) ha realizzato il più grande parco, progettando con la SPA, l'Hotel e il Ristorante Ospizio che segue la filosofia "la natura nel posto" realizzando il più grande parco locale e regionale derivato dalle antiche agriole di proprietà e altre eccellenze del territorio. La Tenuta è infatti proprietaria di case, ristoranti, hotel oltre

che il vigna del Colli Piccini. La tenuta include infatti a tutto il territorio della tenuta de l'Annunziata dove però è solo insieme, con alcuni percorsi tra gli alberi del suo bosco bioenergetico. Una parte che si estende intorno al bosco per i boschi vicini, il bosco è un parco e sempre "parco del bosco" nel senso di un progetto dell'antropologo e bio-ecologo Marco Neri. Il bosco bioenergetico è un bosco libero e un bosco curato da un "bosco" naturale, non dove la presenza di determinati specie, alcune con condizioni bioenergetiche tal da permettere a chi si trova per almeno dieci minuti, di abbassare il livello di stress e di aumentare il proprio benessere (il benessere è un concetto di benessere affettivo e psicologico) ma soprattutto di ottenere effetti benefici e psicoenergetici senza un'azione diretta o passiva, e determinando questi effetti psicologici non è solo la specie di alberi, ma anche la posizione in cui si trova. Compensatamente sono questi le loro proprietà e affinità del bosco, e infine dalle presenza di alberi di castagno, faggio, abete, betulla, castagno, acquerino, Olmo montano, Quercia e Picea. Il bosco bioenergetico della Tenuta de l'Annunziata può essere visitato ogni stagione in un'attività molto coinvolgente e ogni visitatore una volta dedicato con un'attività, una di visite e giochi effetti benefici, in modo tale che ogni visita possa essere la più coinvolgente e partecipativa. Oltre che per il Forest Bathing e il percorso bioenergetico il bosco viene aperto anche a gruppi per team building aziendali, politiche, scolastiche e ogni nel modo come www.tenutaannunziata.it

The Bioenergetic Forest at the Tenuta de l'Annunziata: Good for Both Body and Spirit



Today more than ever, interest and overall well-being comes from contact with nature, or rather, from total immersion in nature. One of the most popular activities practiced at the moment is Forest Bathing, or Shinrin-yoku in Japanese. At base, the concept is an old one: taking long walks in nature, breathing fresh air and enjoying yourself in the embrace of the forest helps you fight stress and recharge. But in the context of the bioenergetic forest at the Tenuta de l'Annunziata, the concept is a new one: the presence of certain species, some with bioenergetic effects, allows you to lower your stress level and increase your well-being, and, most importantly, obtain particularly intense benefits for health, energy or body systems. These effects on the body are determined by the way the park is built, but also the position in which it is found. Altogether, there are forty great benefits that the forest delivers to the visitor in the park, such as: fresh air, increased energy, body recharged, stress, calm, and finally, the bioenergetic forest at the Tenuta de l'Annunziata bioenergetic forest can be visited in any season in an activity very involving and each visitor a once in a lifetime experience, characterized by a charming forest that with a subtle approach, takes everything around nature. Every detail of the park itself (every corner is designed with the purpose of making each guest's stay as relaxing as possible) from the colour of the furnishings, from the lighting to the way surrounding the forest, continuing with the SPA, an oasis of well-being for body and mind extending over 1,000 square metres, the Restaurant, Garden, where the philosophy is "nature in the table" (including using raw ingredients grown on-site or sourced from local selected farms). The Tenuta provides massages, yoga, relaxation, as well as visits on the site of the park.

The bioenergetic forest encompasses all aspects of the Tenuta de l'Annunziata that offer immersion in the forest and bioenergetic forest. A green area stretching around the hotel where the bioenergetic forest, the forest is a real "bioenergetic park" which includes the presence of a variety of trees as well as a variety of plants, a great deal which stretches around the hotel for about 1000 metres, the forest is a real "bioenergetic park" that has a proper selection of plants and bio-ecology. The bioenergetic forest is characterized by the presence of various natural "environments", areas with the presence of certain trees (oaks, chestnuts, beeches, etc.) that allow those who stay there for at least ten minutes to lower general stress levels, increase overall well-being, and, most importantly, obtain particularly intense benefits for health, energy or body systems. These effects on the body are determined by the way the park is built, but also the position in which it is found. Altogether, there are forty great benefits that the forest delivers to the visitor in the park, such as: fresh air, increased energy, body recharged, stress, calm, and finally, the bioenergetic forest at the Tenuta de l'Annunziata bioenergetic forest can be visited in any season in an activity very involving and each visitor a once in a lifetime experience, characterized by a charming forest that with a subtle approach, takes everything around nature. Every detail of the park itself (every corner is designed with the purpose of making each guest's stay as relaxing as possible) from the colour of the furnishings, from the lighting to the way surrounding the forest, continuing with the SPA, an oasis of well-being for body and mind extending over 1,000 square metres, the Restaurant, Garden, where the philosophy is "nature in the table" (including using raw ingredients grown on-site or sourced from local selected farms). The Tenuta provides massages, yoga, relaxation, as well as visits on the site of the park.