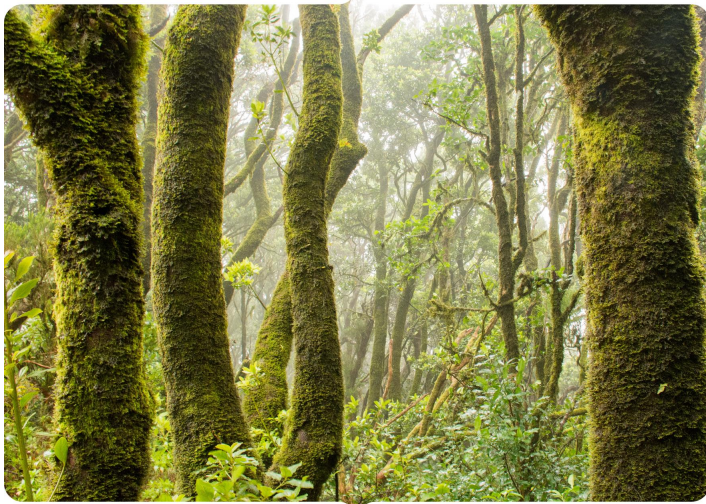


# Formació en Guiatge en Boscos Terapèutics



## 1a Edició

**Codi:** 192023

**Tipologia:** Curs de postgrau

**Crèdits:** 14.00

**Idioma:** Català, Espanyol

**Data d'inici:** 06/03/2020

**Data darrera sessió presencial:** 24/10/2020

**Data de finalització:** 30/11/2020

**Horari:** Divendres d'11:00 a 13:30 i de 15:00 a 19:30. Dissabte de 9:00 a 13:30 i de 15:00 a 19:30. Diumenge de 9:00 a 13:30 i de 15:00 a 17:00. (1 cap de setmana al mes) Entrega del treball: 20 de juliol de 2020 Pràcticum: de l'1 de setembre al 30 de novembre de 2020. Durant el pràcticum es faran diverses trobades de grup que es pactaran en funció de cada alumne un cop s'acabi la part teòrica.

**Lloc de realització:** En el calendari del curs s'indica el lloc de realització de cada sessió presencial.

**Places:** 16

## Preus i descomptes

**Preu:** 2.560 €

## Raons per fer el curs

El certificat serveix per treballar com a guia de bany de bosc Sèlvans; així mateix, els participants tindran l'opció d'entrar a la borsa de treball de l'associació Sèlvans davant de la creixent demanda del sector.

- En la primera part, s'aporten els coneixements bàsics per entendre la relació entre l'ésser humà i els boscos, i els beneficis que aquests darrers ens aporten.
- En la segona part, s'aprofundeix en la metodologia, en les eines i els recursos per poder realitzar un itinerari terapèutic o bany de bosc Sèlvans.

Hi haurà un procés de selecció entre els inscrits al curs.

Es tindrà en compte:

- Curriculum vitae.
- Motivacions per fer el curs.
- Ubicació geogràfica.

En cas d'haver estat seleccionat, s'enviaran les instruccions per realitzar el pagament. La no realització del pagament dins del termini establert, s'entendrà com a renúncia de la plaça.

#### **Dates**

Tancament inscripcions: 31/01/2020

Comunicació acceptats: 07/02/20120

Termini de pagament: 21/02/2020

Passades aquestes dates, en el cas que quedin places, la matrícula continuarà oberta així com el procés de selecció.

## **Presentació**

Aquesta proposta formativa sorgeix en el marc de l'Associació Sèlvans, la qual té per objectiu la conservació del patrimoni forestal més singular, la valorització dels serveis ecosistèmics dels boscos més madurs, la constatació científica dels beneficis dels boscos en la salut i en les persones, i la divulgació dels valors ecològics, etnològics i socials dels boscos.

Sèlvans proposa un postgrau sobre una metodologia concreta basada en el model japonès del bany de bosc (*Shinrin-yoku*) i també en models anglosaxons, complementada amb l'experiència d'experts en el territori. El curs, constituït per quatre assignatures, mostra tant els beneficis i les característiques dels boscos madurs singulars i la seva influència en la salut com les eines interpretatives i de guiatge per conduir grups segons la metodologia del bany de bosc, la qual s'aplica en itineraris forestals amb funcionalitat terapèutica.

La formació inclou una part teòrica i una part pràctica i vivencial, a més de pràctiques específiques.

## **Objectius**

- Adquirir les eines i els coneixements bàsics per entendre la importància dels boscos en la salut i aprendre la metodologia dels banys de bosc com a eina de treball i com a nou servei de salut i benestar per a la societat.
- Conèixer la relació entre els boscos i l'ésser humà, els intangibles del bosc i el nou paradigma existent entre l'ésser humà i la natura.
- Conèixer la complexitat del bosc des de diversos punts de vista (aerobiologia, hidrologia, ecologia...).
- Conèixer la relació entre els boscos i la salut mitjançant la recerca científica existent. Beneficis fisiològics i psicològics.
- Conèixer els elements mínims d'un itinerari forestal terapèutic (ús públic, composició, disseny, gestió de conflictes en el grup...).
- Aprendre a analitzar els boscos terapèutics existents.
- Aprendre la metodologia (tècniques i recursos) dels banys de bosc Sèlvans i experimentar el bany de bosc.
- Aprendre tècniques de guiatge i disseny de banys de bosc.

## **Sortides professionals**

La principal sortida professional és el guiatge en boscos terapèutics segons la metodologia de Sèlvans, ja que el curs proporciona les eines i les tècniques per conduir grups de persones a través d'un bany de bosc.

## **A qui s' adreça**

A aquelles persones que vulguin aprofundir en els itineraris forestals i els banys de bosc com a eina metodològica i esdevenir guies dels itineraris forestals terapèutics Sèlvans. Es treballarà, no tant l'aplicació turística dels banys, sinó la terapèutica.

# Requisits d'admissió

- Titulació universitària (qui no disposi de títol universitari, té dret a rebre, amb les mateixes condicions, un certificat d'assistència lliurat per la Fundació UdG: Innovació i Formació)
- Carta de motivació en què s'expliquin els motius pels quals es vol participar en el curs.
- Currículum.
- A l'hora de seleccionar els estudiants, es tindrà en compte la representació territorial.

## Pla d'estudis

### L'ecosistema del bosc i l'ésser humà

#### 1. ELS BOSCOS I L'ÉSSER HUMÀ

- Els intangibles del bosc
- Els boscos ancestrals: llar de l'ésser humà. El nou paradigma entre l'ésser humà i la natura

#### 2. L'ECOSISTEMA DEL BOSC

- La complexitat ecològica en els boscos madurs
- Edafologia forestal
- Ecologia forestal. Aerobiologia

---

### Bosc i salut

- Conceptes bàsics i prospecció de la recerca mèdica. Beneficis fisiològics i psicològics. Recerca científica
- Orígens i objectius de Sèlvans. Els banys de bosc Sèlvans com a nou servei de salut i benestar per a la societat
- Teràpies assistides. L'activitat mental durant el bany de bosc

---

### Metodologia aplicada al bany de bosc

#### EL BANY DE BOSC SÈLVANS

- Tècniques i recursos en un bany de bosc (gestió de les emocions, gestió del grup, tècniques de diverses disciplines...)
- Realització de quatre banys de bosc diferents

Inclou la realització del treball final, que consisteix a dissenyar un guiatge en un bosc terapèutic que després s'utilitzarà com a punt de partida per iniciar el pràcticum. El treball ha de ser una proposta creativa, adaptada a un determinat bosc escollit per l'alumne (amb el vistiplau de Sèlvans).

---

### Pràcticum

- Realització de diversos guiatges (tres banys de bosc) en un bosc seleccionat amb els criteris de certificació Sèlvans, en què s'ha de posar en pràctica tota la teoria i metodologia exposada en la resta d'assignatures i en el treball final.
- Assistència al bosc d'alguns companys per participar en altres guiatges.
- El pràcticum tindrà una valoració específica.

---

## Titulació

Curs de Postgrau en Formació en Guiatge en Boscos Terapèutics per la Universitat de Girona\*

\* No inclou la taxa d'expedició del títol

Nota: qui no disposi de títol universitari previ, tindrà dret a rebre, amb les mateixes condicions, un certificat d'assistència lliurat per la Fundació UdG: Innovació i Formació.

Aquest títol també acredita per poder formar part de l'equip de guies Sèlvans i poder treballar en la xarxa de boscos terapèutics Sèlvans.

## Metodologia

- Classes teòriques i pràctiques a l'aula.
- Sortides de camp per fer formacions més pràctiques.
- Pràcticum consistent a dissenyar i desenvolupar un bany de bosc en un bosc determinat.

## Sistema avaluació

- L'avaluació consistirà en un treball escrit que s'haurà de presentar el 20 de juliol de 2020. Cal aprovar-lo per obtenir el certificat del curs.
- Pràctiques: Cal aprovar-les per obtenir el certificat del curs.
- Assistència: Es controlarà mitjançant fulls d'assistència que s'hauran de firmar a cada sessió. Per obtenir el certificat del curs cal assistir, com a mínim, al 80% de les sessions.

## Finançament

### Finançament bancari

Els estudiants matriculats poden finançar el pagament de la matrícula en quotes.

La Fundació ha establert convenis amb condicions preferents pels seus alumnes amb les següents entitats:

- [Sabadell Consumer](#)
- [CaixaBank](#)
- [Banc Santander](#)

### Finançament Agència de Gestió d'Ajuts Universitaris i de Recerca (AGAUR)

Amb l'objectiu de facilitar l'accés als estudis de postgrau, l'Agència de Gestió d'Ajuts Universitaris i de Recerca (AGAUR) impulsa aquest programa de préstecs.

Per a més informació feu clic en el logotip.



**Agència  
de Gestió d'Ajuts  
Universitaris  
i de Recerca**

### Fundación Estatal para la Formación en el Empleo-FUNDAE (anteriorment Fundació Tripartita)

Els treballadors d'una empresa privada tenen la possibilitat de bonificar-la a través de la *Fundación Estatal para la Formación en el Empleo-FUNDAE* (abans coneguda com a *Fundació Tripartida*).

Més informació: Què són les bonificacions de la formació a través de la [Fundación Estatal para la Formación en el Empleo - FUNDAE](#)

Els treballadors autònoms poden desgravar la factura nominal de la seva matrícula en la declaració de l'impost de l'IRPF.

Podeu resoldre els vostres dubtes enviant un correu electrònic a: [economia.fundacioif@udg.edu](mailto:economia.fundacioif@udg.edu)

# Quadre docent

## Direcció

### **Jaume Hidalgo Colomé**

Enginyer de forests i doctorand per la Universitat Politècnica de Madrid en l'especialitat de silvopasticultura. Ha treballat com a consultor en el foment de la sostenibilitat en el medi forestal per mitjà dels instruments de planificació i gestió de finques tant públiques com privades. Del 2003 al 2011 va coordinar l'Àrea de Medi Ambient i Territori de la Diputació de Girona. Ha estat secretari tècnic del Consell d'Iniciatives Locals per al Medi Ambient de les Comarques de Girona. Des del 2007 és el coordinador general del programa Sèlvans, de conservació i valorització de boscos d'alt valor ecològic, i des del 2013 promou el desplegament de la xarxa catalana de boscos amb funcionalitat terapèutica.

---

## Coordinació

### **Sílvia Gili Olmeda**

Biòloga especialitzada en conservació de la natura. Postgrau en Significats i Valors Espirituals de la Natura: Percepció, Comunicació, Gestió i Integració. Màster en Gestió de Projectes de Cooperació Internacional, en Participació Ciutadana i Desenvolupament Sostenible, en Naturopatia i Medicina Alternativa, i en Alimentació i Nutrició. Formació en fitoteràpia, aromateràpia científica, mindfulness, coaching i guiatge i interpretació del patrimoni. Ha estat coordinadora de l'Associació Hàbitat-Projecte Rius i cap de projectes de conservació de la Fundació Natura. Actualment és consultora en conservació del patrimoni natural, participació ciutadana, ecoturisme i sostenibilitat. És la responsable d'ús públic i formació de la xarxa de boscos terapèutics Sèlvans.. autora del llibre *Vivint el medi*.

---

## Professorat

### **Miquel Àngel Cabrer Mir**

Professor i practicant de taitxitxuan i tao yin. Acupuntor especialitzat en acupuntura japonesa. President de l'Escola d'Acupuntura Japonesa Toyohari a l'Estat espanyol. Professor a l'escola Toyohari d'Amsterdam. Coautor del llibre *Restoring Order in Health and Chinese Medicine* (editorial La liebre de marzo).

---

### **Ethel Cañadell Ledesma**

Diplomada en Infermeria per l'Escola Universitària d'Infermeria de l'Hospital de Sant Pau (1984-1987). Postgrau en Infermeria de Salut Mental per la Universitat de Barcelona (1990-1991) i en Infermeria de Salut Comunitària per la Universitat de Girona (1997-1998). Del 1987 al 1995 va treballar com a infermera hospitalària en diversos serveis especialitzats (psiquiatria, alcoholisme, drogodependències, reclusos, malalties infeccioses, medicina interna i cirurgia general) de diversos hospitals (Vall d'Hebron, Hospital Clínic, Hospital de Sant Pau, Hospital de Barcelona, Hospital General de Catalunya, Hospital del Mar, Centre Penitenciari Quatre Camins i Clínica Santa Creu de Figueres). Del 1995 al 2018 va treballar com a infermera rural en diversos centres d'atenció primària de l'Institut Català de la Salut de l'Alt Empordà i del Berguedà. Actualment és la infermera referent en activitat física del CAP Berguedà Centre.

---

### **Frederic Cofan**

Frederic Cofan és Doctor en Medicina i Especialista en Nefrologia. Professor Associat Mèdic per la Universitat de Barcelona. Exerceix com a consultor en el Servei de Nefrologia de l'Hospital Clínic de Barcelona. Autor de més de 120 articles publicats en Revistes Nacionals e Internacionals. Professor de Màster (UB) i Postgrau Universitari (Escola Universitària Gimbernat-UAB). És professor del Curs de Guiatge en Boscos Terapèutics (SELVANS). Actualment és col·laborador en el Centre d'Assistència Primària de Castellar del Vallès en l'assessorament mèdic dels Banys de bosc amb finalitat terapèutica.

---

### **Pablo D. Jochamowitz**

Llicenciat en Psicologia i Màster en Psicoteràpia Psicoanalítica per la Universidad Complutense de Madrid. Formació en ecopsicologia al Regne Unit (Wild Wise, Martin Jordan i Nick Totton) i Estats Units (The School of Lost Borders). Pràctica privada de psicoteràpia i ecopsicologia/ecoteràpia a Barcelona.

---

### **Ricard Fernàndez Molinet**

Guia de muntanya. Llicenciat en Ciències Geològiques per la Universitat de Barcelona. Tècnic esportiu de mitja muntanya. Membre de l'Associació Espanyola de Guies de Muntanya i de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya. Curs de postgrau Significats i Valors Espirituals de la Natura. Cursos d'especialització en Montserrat i de Boscos Terapèutics per la Universitat de Girona. Guia de Bon Coneixedor del Parc Natural de Montsant. Ha visitat muntanyes del Nepal, el Pakistan, l'Àfrica, la Patagònia, els Andes, els Alps i Nova Zelanda. Els continguts de les seves activitats es basen a interpretar les diferents aproximacions a la muntanya o a la natura com a rituals de pas que generen un canvi en el grau de consciència dels participants.

---

### **Eva Gasull Pujol**

Llicenciada en Psicopedagogia per la Universitat Ramon Llull (2003). Diplomada en Psicologia (2001) i en Infermeria per l'Escola Universitària Infermeria del Mar (2000). Postgrau en Hipoteràpia i Equitació Terapèutica per la Fundació UdG (2011). Màster en Diagnòstic i Intervenció en Neuropsicopedagogia per la Universitat de Girona (2005). Des del 2004 és codirectora i psicoterapeuta del Centre Psicopedagògic Tangram. És especialista en autoregulació de conducta, gestió d'emocions i comunicació, tutora professional del pràcticum d'estudiants de Psicopedagogia i Psicologia de la Universitat de Girona, la Universitat Oberta de Catalunya i la Universitat de Vic.

---

### **Sílvia Gili Olmeda**

Biòloga especialitzada en conservació de la natura. Postgrau en Significats i Valors Espirituals de la Natura: Percepció, Comunicació, Gestió i Integració. Màster en Gestió de Projectes de Cooperació Internacional, en Participació Ciutadana i Desenvolupament Sostenible, en Naturopatia i Medicina Alternativa, i en Alimentació i Nutrició. Formació en fitoteràpia, aromateràpia científica, mindfulness, coaching i guiatge i interpretació del patrimoni. Ha estat coordinadora de l'Associació Hàbitat-Projecte Rius i cap de projectes de conservació de la Fundació Natura. Actualment és consultora en conservació del patrimoni natural, participació ciutadana, ecoturisme i sostenibilitat. És la responsable d'ús públic i formació de la xarxa de boscos terapèutics Sèlvans.. autora del llibre *Vivint el medi*.

---

### **Laura Gutiérrez Garcia**

Llicenciada en Dret i en Psicologia Transpersonal, Psicoteràpia Integrativa i Tractament del Trauma. Màster en Direcció de Recursos Humans, en Coaching Ontològic, PNL Trainer, Mindfulness trainer (MBSR- MSC) i instructora de Kundalini Yoga. Fa vint anys que investiga els fenòmens de la consciència i la bioenergètica i que practica diversos tipus de meditació, moviment corporal i autoindagació. Com a Coach Mentora acompanya persones i empreses en processos de transformació.

---

### **Jaume Hidalgo Colomé**

Enginyer de forests i doctorand per la Universitat Politècnica de Madrid en l'especialitat de silvopasticultura. Ha treballat com a consultor en el foment de la sostenibilitat en el medi forestal per mitjà dels instruments de planificació i gestió de finques tant públiques com privades. Del 2003 al 2011 va coordinar l'Àrea de Medi Ambient i Territori de la Diputació de Girona. Ha estat secretari tècnic del Consell d'Iniciatives Locals per al Medi Ambient de les Comarques de Girona. Des del 2007 és el coordinador general del programa Sèlvans, de conservació i valorització de boscos d'alt valor ecològic, i des del 2013 promou el desplegament de la xarxa catalana de boscos amb funcionalitat terapèutica.

---

### **Josep Maria Mallarach**

Llicenciat en Geologia. Màster en Ciències Ambientals. Doctor en Biologia. Membre de la Comissió Mundial d'Àrees Protegides de la Unió Internacional per a la Conservació de la Natura, on forma part del comitè directiu del grup especialista en valors culturals i espirituals dels espais naturals protegits des del 2005. Autor i editor de set llibres i nombrosos articles sobre aquesta matèria.

---

### **Montserrat Moya**

Llicenciada en Geografia i Història amb especialització en Geografia Física per la Universitat de Barcelona. Postgrau d'Auditoria i Gestió del Medi Ambient (1994). Ha col·laborat amb diverses ONG com a voluntària. Del 2001 al 2017 va treballar a Les Guillerries Associació d'Educació Ambiental com a educadora ambiental organitzant sortides per a alumnat de primària, secundària i batxillerat. Des del 2012 porta a terme sortides naturalístiques per a públic adult, i des del 2015 dissenya i porta a la pràctica itineraris de banys de bosc als boscos de les Guillerries.

---

### **Tura Puntí**

Llicenciada en Biologia especialitzada en Organismes i Sistemes per la Universitat de Barcelona. Doctora en Biologia. Curs de Bon Coneixedor del Parc Natural de la Zona Volcànica de la Garrotxa (2012). Curs d'especialització en Formació en Guiatge en Boscos

Terapèutics. Guia responsable del bosc terapèutic Salvador Grau, inclòs a la xarxa de boscos terapèutics Sèlvans de Girona per a la preservació de boscos madurs. Experiència en l'àmbit de boscos madurs i salut, en guiatge d'itineraris saludables (des del 2012) i en banys de bosc (des del 2017). Té experiència en mostres d'ecosistemes aquàtics centrats en la salut dels ecosistemes fluvials a través de bioindicadors i en educació, divulgació i sensibilització ambiental. És educadora ambiental en camps de treball i sortides escolars.

---

### **Xènia Ros Izquierdo**

Terapeuta gestalt membre adherent de l'Associació Espanyola de Teràpia Gestalt. Des del 1992 és professora de txikung. Ha cocreat la formació de txikung Ona de Jade, que fonamenta les pràctiques en les estacions i la natura com a part curativa d'aquesta medicina ancestral. La inquietud per transmetre el respecte i la vinculació profunda amb la natura la va dur inicialment a treballar com a educadora ambiental al Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà i, posteriorment, a formar part del cercle de Remeiers i Remeieres de Catalunya amb la intenció de seguir buscant camins de saviesa i espiritualitat units a la Terra.

---

### **Laia Sadurní Llongueres**

Acompanya a persones compromeses en restablir vincles saludables entre elles, les comunitats i la natura, aportant metodologia per a la creació i dinamització de projectes. Disseny i coordina propostes a través de l'expressió no-verbal (comunicació visual, gràfica i gestual) i del llenguatge simbòlic de les Arts, amb el seu poder curatiu i de restauració.

---

### **Edgar Tarrés Falcó**

Disseny experiències de benestar a la natura mitjançant tècniques de *mindfulness* i sons d'alta vibració. Des de fa tres anys, imparteix cursos de meditació i tallers de sons i silenci, i organitza retirs a la natura i viatges d'autoconeixement i desenvolupament personal a l'Índia. Ha treballat de gestor cultural i director de comunicació a l'Administració pública, ha fet de consultor de comunicació en empreses privades, i ha dedicat els últims tres anys a desenvolupar el projecte Mindful Travel ([www.mindfulkit.com](http://www.mindfulkit.com)). S'ha especialitzat en comunicació i consciència i en comunicació i màrqueting *online* en l'àmbit terapèutic i del benestar.

---

### **Isabel Verdguer Foz**

Diplomada en Turisme. Tècnica en Jardineria i Paisatgisme. Postgrau en Gestió d'Espais Verds Públics. Auxiliar veterinària formada també en biologia, comportament, sentits i comunicació vegetal. L'any 2016 va esdevenir guia de boscos terapèutics per la Forest Therapy Association of the Americas (Califòrnia). Acaba de finalitzar el postgrau en Significats i Valors Espirituals de la Natura a la Universitat de Girona i continua cursant el grau de Psicologia a la Universitat Oberta de Catalunya.

---

### **Josep Vila Subirós**

Doctor en Geografia. Professor titular de Geografia Física a la Universitat de Girona, on imparteix docència en Biogeografia, Gestió d'Espais Naturals i Ecologia del Paisatge. Del 2008 al 2016 va dirigir l'Institut de Medi Ambient d'aquesta universitat i des del 2016 és el director científic del Campus de Patrimoni Cultural i Natural.

---

\*La direcció es reservarà el dret a fer canvis en l'equip docent en cas que algun dels professors no pugui impartir la seva matèria, garantint el mateix nivell de qualitat i categoria professional.

## **Entitats promotores**

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació



---

Selvans

SELVANS

---



# Formació en Guiatge en Bosc Terapèutics

Inici curs: 06/03/2020

Data darrera sessió presencial: 24/10/2020

Fi curs: 30/11/2020

Data tancament acta avaluació: 11/12/2020

## Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
6/3/2020		11:00	13:30	15:00	19:30
7/3/2020		09:00	13:30	15:00	19:30
8/3/2020		09:00	13:30	15:00	17:00
26/6/2020	Refugi de Molleres de Gresolet	11:00	13:30	15:00	19:30
27/6/2020	Refugi de Molleres de Gresolet	09:00	13:30	15:00	19:30
28/6/2020	Refugi de Molleres de Gresolet	09:00	13:30	15:00	17:00
3/7/2020	Sant Joan de l'Erm	11:00	13:30	15:00	19:30
4/7/2020	Sant Joan de l'Erm	09:00	13:30	15:00	19:30
5/7/2020	Sant Joan de l'Erm	09:00	13:30	15:00	17:00
20/7/2020	Entrega de treball				
9/10/2020	Mas Guitart	11:00	13:30	15:00	19:30
10/10/2020	Mas Guitart	09:00	13:30	15:00	19:30
11/10/2020	Mas Guitart	09:00	13:30	15:00	17:00
24/10/2020	Montestir de l'Abat Oliva	11:00	13:30	15:00	19:30
25/10/2020	Montestir de l'Abat Oliva	09:00	13:30	15:00	19:30