



Проект участницы Второго Всероссийского
конкурсного отбора лучших социальных
проектов «Женщины за здоровое общество»
Степченко Ольги Игоревны

ЛЕСНАЯ ТЕРАПИЯ

СУТЬ ПРОЕКТА

МЕРОПРИЯТИЯ ПО ВСЕЙ РОССИИ НА ПРИРОДЕ, В ЛЕСУ

Во время мероприятий участники будут заниматься вопросами здоровья и экологии, а также получать практические навыки, которые помогут им сохранять свое здоровье и заботиться об окружающей среде

Лес оказывает оздоравливающее воздействие природы на человека.

Такая терапия благотворно сказывается на физическом и эмоциональном состоянии человека, укрепляет иммунитет, снижает уровень кортизола в крови (гормона стресса), нормализует кровяное давление, помогает восстановить естественные биоритмы, усиливает концентрацию внимания, повышает продуктивность, благотворно влияет на зрение и мышцы, улучшает настроение, заряжает энергией

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

ЙОГА И МЕДИТАЦИЯ

на природе

ПРОГУЛКИ

по лесным тропам

МАСТЕР-КЛАССЫ

по созданию экологически чистых средств
для ухода за телом и домом

ЛЕСНЫЕ ЗАБЕГИ

ЭКСКУРСИИ

по лесу с экологическими лекциями

УРОКИ

здорового питания и приготовления
блюд из натуральных продуктов

ОБМЕН ОПЫТОМ И ЗНАНИЯМИ

о здоровом образе жизни и экологии

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА

1

Улучшение
физического и
психического
здоровья людей

Проведение мероприятий на природе способствует укреплению иммунной системы, снижению уровня стресса и улучшению настроения

2

Формирование
экологически
осознанного
общества

Участие в мероприятиях на природе помогает людям понять важность сохранения окружающей среды и стать более ответственными к ней

3

Сохранение
природных
ресурсов

Проект способствует сохранению лесов и других природных ресурсов, так как люди, осознавая их ценность, будут более бережно относиться к ним

4

Развитие
туризма
и экотуризма

Мероприятия на природе могут привлечь туристов и способствовать развитию экотуризма в регионе

5

Улучшение
экологической
ситуации
в регионе

Благодаря увеличению числа людей, заботящихся о природе, можно ожидать улучшения экологической ситуации в регионе

ПОЛЬЗА И ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

ПРОБЛЕМА

современный образ жизни часто связан с недостатком движения, плохим питанием и стрессом. В результате этого у людей возникают различные заболевания и проблемы со здоровьем. Кроме того, человеческая деятельность негативно влияет на окружающую среду, что приводит к изменению климата, загрязнению водных ресурсов и уничтожению лесов

РЕШЕНИЕ

Организация мероприятий на природе, которые помогут людям вернуться к здоровому образу жизни и узнать о важности сохранения окружающей среды

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

люди, заботящиеся о своем здоровье и окружающей среде, любители природы и экотуризма, а также те, кто стремится улучшить свое физическое и психическое состояние, снизить уровень стресса и улучшить настроение. Кроме того, проект может быть интересен школьникам и студентам, которые хотят узнать больше о природе и экологии

КОМАНДА ПРОЕКТА



СТЕПЧЕНКО

Ольга Игоревна

Руководитель
проекта



СУВОРОВ

Никита Алексеевич

Заместитель
руководителя проекта



БОГДАНОВ

Сергей Юрьевич

Финансовый директор
проекта



ЛЕТОВ

Павел Игоревич

Бренд-директор
проекта



ВАЛИЕВА

Регина Маратовна

Креативный директор
проекта

НАШИ НАГРАДЫ

Лауреаты

**ПРЕМИИ ПРАВИТЕЛЬСТВА МОСКВЫ
В ОБЛАСТИ ОХРАНЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ**

Победители

**НАЦИОНАЛЬНОЙ ПРЕМИИ РУНЕТА ЗА
ПРОДВИЖЕНИЕ КОНТЕНТА В СФЕРЕ
ЭКОЛОГИИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Победители

**КОНКУРСА ФОНДА ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ: ПРОЕКТЫ «СОХРАНИМ ЛЕС»
И «САД ПАМЯТИ»**

Финалисты

ПРЕМИИ #МЫВМЕСТЕ

Победители

**КОНКУРСА «ЛИДЕР КЛИМАТИЧЕСКОГО
РАЗВИТИЯ»**

Победители

**ПРЕМИИ РОССИЙСКОГО ОБЩЕСТВА
«ЗНАНИЕ» ЗА ПРОСВЕЩЕНИЕ В СФЕРЕ
ЭКОЛОГИИ**

Победители

**КОНКУРСА НА СОЗДАНИЕ НАЦИОНАЛЬНОГО
КОНТЕНТА В СФЕРЕ ЭКОЛОГИИ ИНСТИТУТА
РАЗВИТИЯ ИНТЕРНЕТА**

Призеры

НАЦИОНАЛЬНОЙ ПРЕМИИ «СОБЫТИЕ ГОДА»



ДЛЯ СВЯЗИ
С КОМАНДОЙ

ECO-PROJECTS.RU



8 (800) 101-76-79



info@eco-projects.ru