

INFORMAZIONE STAMPA

Osttirol

Gennaio 2025

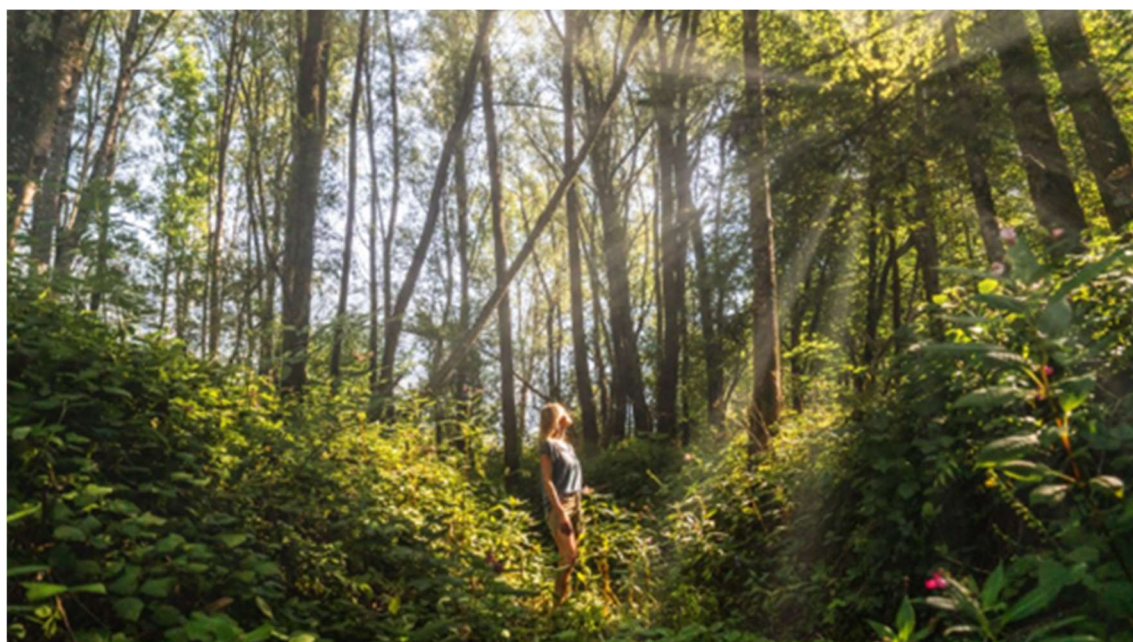


Oggetto: Osttirol, Austria: area ricreativa forestale

Preheader: Bagni nella foresta, Wichtelland e le meraviglie della natura

L'anima verde dell' Osttirol, Austria

Dove gli alberi curano e le avventure crescono



Molto più di un semplice insieme di alberi: la foresta svolge un ruolo centrale nell' Osttirol, Austria come fornitore di ombra, protettore del clima, area ricreativa e habitat per persone e animali. © TVB Osttirol / Peter Maier

Le foreste sono una medicina: nell' Osttirol - i polmoni verdi coprono il 31% della superficie totale. Chi vi si immerge fa qualcosa per la propria salute mentale e fisica. Il luogo di potere rafforza il sistema immunitario, abbassa la pressione sanguigna e ha un effetto comprovato contro lo stress. In Giappone, i medici prescrivono addirittura il bagno nella foresta come forma di terapia riconosciuta. Allo stesso tempo, le piante di legano il CO₂, producono ossigeno, prevengono l'erosione, proteggono dagli smottamenti e rallentano le valanghe. I bambini non solo coltivano alberi, ma sviluppano anche l'immaginazione e la consapevolezza di questa preziosa risorsa ambientale. www.osttirol.com

Il più bel parco giochi per bambini? La natura!



Il nuovo sentiero degli gnomi del bosco nel Wichtelpark Sillian, nell' Osttirol, in Austria, offre ai bambini una divertente opportunità di scoprire il bosco in modo giocoso e di trovare un tesoro perduto. TVB Osttirol/ Elias Bachmann

L'area della foresta contiene il 90% di particelle di polvere in meno rispetto alla città. Nell' Osttirol, circa 680 chilometri quadrati sono coperti da questa area ricreativa che favorisce la salute. Chi si immerge nel silenzio durante le escursioni, le passeggiate in bicicletta o i bagni nella foresta trova la pace interiore e si ricarica. Gli scienziati sono convinti che l'ambiente verde protegga persino dalla depressione, dallo stress mentale, dall'esaurimento nervoso e dagli attacchi di cuore e possa alleviare il dolore cronico. Una passeggiata nell'Oberhauser Zirbenwald nella valle Defereggental, la più grande foresta contigua di pini cembri delle Alpi orientali, o una visita al sentiero naturale e culturale della valle Debanttal invitano a sperimentare la forza degli alberi circondati da 266 cime di tremila metri. Con attrazioni come il nuovo sentiero Waldwichtelweg nel Wichtelpark, parco degli gnomi di Sillian, la natura diventa un parco giochi per grandi e piccini. In sette stazioni interattive, le famiglie cercano un tesoro perduto e scoprono i segreti del bosco. Coraggio, abilità e spirito di squadra sono richiesti quando i bambini si arrampicano sulle cime degli alberi, si aggirano nei labirinti o scavano per trovare monete nascoste nel "tunnel del cercatore d'oro".

Un bagno con tutti i sensi

Mettetevi a piedi nudi sul terreno caldo e morbido, immergete le mani nel muschio profumato e assorbite il silenzio. Immergersi consapevolmente nell'atmosfera della foresta senza la distrazione del telefono o del computer crea un'intensa connessione con la natura, permettendo di radicarsi, mettere radici e cambiare prospettiva. La vista sulle chiome di foglie e sul cielo è particolarmente suggestiva e spesso è accompagnata da una sensazione di sicurezza e pace interiore. Dal punto di vista culinario, il bosco arricchisce la cucina dell' Osttirol con funghi, bacche e specialità come il miele di abete rosso o la grappa di pino cembro. Se si tengono gli occhi aperti durante una passeggiata, si trovano anche numerose erbe medicinali, dalla piantaggine all'erba di San Giovanni all'arnica. Chi è interessato può sperimentare il bagno nella foresta: Sabine Buchberger e Lissi Totschnig offrono tour di gruppo e individuali intorno al lago di Tristach a 38 euro/persona (20 euro/persona in inverno).

L' Osttirol. L' Osttirol è naturalmente diverso. Naturale, nel senso di natura": questo è il credo della regione turistica a sud della principale dorsale alpina. Situata tra il Parco Nazionale degli Alti Tauri, le Dolomiti di Lienz e la cresta di confine carnica, si caratterizza per la sua originalità, autenticità e tradizione viva. Con un totale di 265 cime di tremila metri e il Grossglockner, la vetta più alta dell'Austria, l' Osttirol è giustamente conosciuto come "il Tirolo delle montagne". Gli amanti della natura troveranno paesaggi incontaminati e ampi spazi aperti. Gli amanti delle vacanze attive apprezzano le condizioni ideali per praticare sport all'aria aperta e l' Osttirol gode da tempo di uno status di culto nei circoli di alpinismo e arrampicata. I buongustai apprezzano particolarmente la parte meridionale dell'Austria per la sua varietà culinaria, con una cucina semplice e di alto livello: dai rustici punti di ristoro ai sofisticati ristoranti pluripremiati. Anche le tradizioni contadine giocano un ruolo speciale: rituali secolari, artigianato autentico e una cultura dei costumi onesta e dolcemente evoluta caratterizzano la vita degli abitanti dell' Osttirol, sia in passato che oggi. www.osttirol.com