

## Waldbaden

*Waldbaden ist in aller Munde - doch was hat es damit auf sich?*

*Die "Waldbademeister" der Waldschule Bodensee zeigen Ihnen, was es ist und wie es geht!*

*Erstmals bieten wir heuer auch einen Zertifikatslehrgang an - mehr dazu hier...*

### Zertifikatslehrgang Waldbaden

Shinrin-yoku - das "Baden in der Waldluft" - ist in Japan und Südkorea bereits zu einem festen Bestandteil der Gesundheitsvorsorge geworden. Auch hierzulande steigt die Nachfrage an Wald-Angeboten stetig. Die positiven Auswirkungen des Waldes auf den Menschen werden vermehrt durch wissenschaftliche Arbeiten untersucht.

Neben der enormen wirtschaftlichen Bedeutung des Waldes sorgt er als größtes Kraftfeld für Erholung und Entspannung. Bei den Waldbade-Angeboten stehen Mensch und Natur im Mittelpunkt. Viele Menschen können durch die enorme Reizüberflutung durch soziale Medien nicht mehr richtig abschalten, selbst in der Freizeit müssen ständig Informationen und Reize verarbeitet werden. In unserem Zertifikatslehrgang Waldbaden schärfen Sie Ihre Fähigkeit Aufmerksamkeit, Stille und Ruhe wieder positiv zu empfinden.

Der Zertifikatslehrgang Waldbaden schult Sie gezielt die Kraft des Waldes wahrzunehmen und weiterzugeben. Waldbaden ist ein besonderes Zusatzangebot für Anbieter/innen von Urlaub und Schule am Bauernhof, touristischen AnbieterInnen und Naturvermittler/-innen. Waldbaden für Gruppen kann nur im eigenen Wald oder in Absprache mit dem Walbesitzer angeboten werden. In unserem Lehrgang erhalten Sie das dafür notwendige Rüstzeug wie Sachkompetenz, Eigenkompetenz und Sozialkompetenz.

### Inhalte:

- Grundlegendes Wissen über Waldökologie und Waldbiologie
- Gesundheitswirkung des Waldes
- Erlernen der Vermittlungsmethodik zur Gästebegleitung
- Rechtliche Grundlagen
- Persönliche und fachliche Weiterentwicklung

### Zielgruppe:

Urlaub- und Schule am Bauernhof-Anbieter/-innen, Kräuterpädagogen/-innen, Grüne Kosmetik Pädagogen/-innen, touristische Anbieter/innen, Naturvermittler/innen, alle interessierten Personen

### Kursdaten:

Freitag, 8. November 2019 bis 25. April 2020

104 Unterrichtseinheiten an 14 Kurstagen

Die meisten Kurse finden in Hohenems oder in der Waldschule Bodensee statt.

Mehr Infos zum Zertifikatslehrgang Waldbaden finden Sie im angefügten Dokument.

[Hier geht's direkt zur Anmeldung.](#)

### **Anmeldung und Information**

Ländliches Fortbildungsinstitut Vorarlberg:

T 05574/400-191

E lfi@lk-vbg.at