



deutsche akademie für
waldbaden & gesundheit



**WALD
BADE**

Flad

**Die Heilkraft der
Natur erleben**



WALDBADEN-AKADEMIE.COM





ENTDECKEN SIE DIE MAGIE DER NATUR: EINLADUNG ZUR INSTALLATION EINES WALDBADEPFADES

In unserer hektischen Welt suchen Menschen vermehrt nach Orten der Ruhe und Erholung, um dem Stress des Alltags zu entfliehen und ihre Gesundheit zu fördern. Ein Waldbadepfad bietet genau diese Möglichkeit und kann eine wertvolle Bereicherung für jede Gemeinde oder Tourismusregion darstellen.

DIE HEILKRAFT DER NATUR ERLEBEN

Ein Waldbadepfad führt Besucher durch die bezaubernde Kulisse eines Waldes und ermöglicht es ihnen, die heilende Kraft der Natur hautnah zu erleben. Entlang des Pfades laden verschiedene Stationen dazu ein, Achtsamkeitsübungen, Sinneserfahrungen und Entspannungstechniken auszuprobieren, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

VIelfÄLTIGE VORTEILE FÜR GEMEINDEN UND TOURISMUSREGIONEN

Die Installation eines Waldbadepfades bietet zahlreiche Vorteile für Gemeinden und Tourismusregionen. Durch die Förderung des naturnahen Tourismus lockt ein solcher Pfad neue Besucher an und steigert die Attraktivität der Region. Zudem bietet die Zusammenarbeit mit lokalen Behörden, Forstämtern und Umweltschutzorganisationen die Möglichkeit, ein Gemeinschaftsprojekt zu realisieren und den Zusammenhalt innerhalb der Gemeinde zu stärken.



GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND STRESSABBAU

Studien belegen die positive Wirkung des Waldbadens auf die Gesundheit und das Wohlbefinden. Der bewusste Aufenthalt im Wald trägt dazu bei, Stress abzubauen, das Immunsystem zu stärken und die Vitalität zu erhöhen. Die Installation eines Waldbadepfades ist somit nicht nur eine Bereicherung für die Besucher, sondern auch ein Beitrag zur Gesundheitsförderung in der Gemeinde oder Tourismusregion.

GEFÜHRTE WALDBADETOUREN

Zusätzlich zu den selbstständig begehbaren Waldbadepfaden bieten speziell geschulte Waldbadeführerinnen geführte Waldbadetouren an. Diese Touren ermöglichen es den Teilnehmern, die heilsame Wirkung des Waldes unter fachkundiger Anleitung zu erleben und verschiedene Übungen zur Stressbewältigung und Gesundheitsvorsorge kennenzulernen.

Die **Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit** unterstützt Sie gerne bei der Installation eines Waldbadepfades und bei der Ausbildung von Waldbadeführer*innen in Ihrer Region! Nutzen Sie diese einzigartige Gelegenheit, die Schönheit und Heilkraft der Natur zu würdigen und die Attraktivität Ihrer Gemeinde oder Tourismusregion zu steigern. Schaffen Sie einen Ort der Ruhe und Erholung für Anwohner sowie Besucher und ermöglichen Sie ihnen, neue Energie zu tanken und gestärkt in ihren Alltag zurückzukehren.



HOLEN SIE EINEN „WALDBADEPFAD“ IN IHRE REGION

Flexibilität für Ihre Bedürfnisse:

Gerne beraten wir auch Sie, wenn Sie einen Waldbaden-Erlebnispfad in Ihrer Region, Ihrem Touristenverband oder Ihrem Waldstück realisieren möchten!

Die Kosten werden individuell nach Umfang und Größe berechnet inkl. Auf- und Abbau sowie Versicherung.

Buchen Sie jetzt und lassen Sie Ihre Besucher die faszinierende Welt des Waldes entdecken!



**WIR BERATEN
SIE GERNE!**

+49 6323 8089830



Jasmin
Schlimm-Thierjung

Deutsche Akademie für Waldbaden & Gesundheit

ALLES, WAS WIR FÜR WOHLBEFINDEN UND GESUNDHEIT BRAUCHEN

Um die Wohltaten der Natur zu erfahren, brauchen wir kein Rezept vom Arzt, aber oftmals ein paar Hilfestellungen und Impulse. Unser Team setzt sich engagiert und mit viel Leidenschaft für Privatpersonen, Unternehmen und Organisationen ein - mit dem Ziel, Mensch und Natur wieder in Einklang zu bringen.

Jasmin Schlimm-Thierjung, Leiterin und Trainerin der DAWG: „Meine Leidenschaft gilt den Menschen und einer ganzheitlichen Betrachtung der menschlichen Gesundheit mit Körper, Geist und Seele.“

Aus dieser Philosophie heraus, realisierte sie ihre Vision vom Waldbaden und gründete 2018 die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit.





ANGEBOTE, LEISTUNGEN, PRODUKTE, REFERENZEN

Die Natur liefert alle Zutaten für physische und psychische Gesundheit. Sie gibt Raum und Rahmen für Prävention, Resilienz und Linderung und unterstützt bei Heilungsprozessen.

Unternehmen, Organisationen und touristische Destinationen unterstützen wir dabei, Menschen zu mehr Naturnähe und Gesundheit führen.

WIR STELLEN BEREIT

- Wanderausstellungen und Mitmachprogramme
- Anleitungen und Hilfestellungen in Form von Büchern und Übungskarten für Kinder, Erwachsene und Familien

WIR UNTERSTÜTZEN IN DER KONZEPTION VON

- Waldbadepfaden
- Veranstaltungen rund um die Themen Waldbaden und Naturgesundheit
- Angeboten und Programmen in diesen Bereichen

WIR BILDEN AUS UND VERMITTELN

- Kursleiter*innen für Waldbaden
- erfahrene Coaches und Trainer*innen zu unterschiedlichen Spezialgebieten

Gern beraten wir auch bei der Vermarktung dieser Themen.



In der Natur entfalten Coachings und Therapien eine besondere Wirksamkeit. Eine fachkundige Begleitung steigert das wohltuende Erleben des ersten Waldbades. Bei der gezielten Nutzung raten wir zu Coachings unter kompetenter Begleitung - beispielsweise zur Stressbewältigung, beim Umgang mit Ängsten, bei Entscheidungssuche, zur Persönlichkeitsentwicklung, bei Beziehungsarbeit oder zur Etablierung neuer Denk- und Verhaltensmuster.

Auf unserer Homepage finden Sie unser vielfältiges Angebot und alle Termine:

- Kurse, Retreats und Auszeitprogramme
- Trainings und Coachings
- Aus- und Weiterbildungen
- Bildungsurlaube und Studienreisen
- Veranstaltungen und Kongresse
- Netzwerktreffen



REFERENZEN

Wir haben z.B. den Waldbaden-Erlebnispfad in Assamstadt kreiert, um das Wanderangebot der Region „liebliches Taubertal“ zu erweitern.

In Bad Nauheim haben wir mit unserem Konzept, der Begleitung und Umsetzung des Waldbadepfades sowie der Ausbildung von Waldbadeführer*innen einen maßgeblichen Beitrag zur Zertifizierung des ersten Heilwalds Hessens geleistet.

Unsere Wander-Ausstellung „WaldImPuls“ war bereits zu Gast in Schmidmühlen, Bad Nauheim, Trippstadt, Altenkessel und Ober-Olm.

Weitere Infos zu unserem Wirkungsbereich und zu unseren Ausbildungen finden Sie auf unserer Homepage:

www.waldbaden-akademie.com





DEUTSCHE AKADEMIE
FÜR WALDBADEN UND GESUNDHEIT

Kellereistraße 1 | 67487 St. Martin

+49 6323 8089830 | info@waldbaden-akademie.com

www.waldbaden-akademie.com



ZENTRUM FÜR PUBLIC HEALTH
MEDIZINISCHE UNIVERSITÄT WIEN