

Kursleiter*in Waldbaden mit Hund - Der achtsame Weg in der Natur



Kursleiter*innen für Waldbaden bieten Erlebnis-Wald-Spaziergänge und Seminare an. Sie vermitteln alles Wissenswerte über Waldbaden und das Ökosystem Wald, leiten Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen an und unterstützen ihre Teilnehmer*innen in der Stressbewältigung und Gesundheitsprävention. Als Kursleiter*in schulen Sie die Wahrnehmung Ihrer Teilnehmer*innen um das volle Potenzial, welches dieses Ökosystem in sich trägt, auszu-schöpfen. Die Leichtigkeit des Waldbadens hat eine nachgewiesene positive Auswirkung auf das Immun-, Hormon- und Nervensystem der Menschen.

Die Ausbildung zur Kursleiter*in Waldbaden mit Hund bezieht neben der grundlegenden Ausbildung zur Kursleiter*in für Waldbaden das Team Mensch und Hund in die Ausbildung ein und bewirkt ein beziehungsstärkendes und sozialisierendes Miteinander, eine natürliche Balance zwischen Mensch und Tier, ein verbessertes Verständnis im Team Mensch und Hund.

Mit der Ausbildung erhalten die Teilnehmenden ein 8-Wochen-Kurskonzept für Präventionskurse und die Anerkennung gemäß § 20 SGB V und können so in verschiedenen Bereichen der Gesundheitsprävention tätig werden oder ihre eigene Berufstätigkeit um diesem Bereich erweitern.

Tag 1

vormittags	Kennenlernen, Organisation, Einführung
nachmittags	Waldbaden in der Praxis mit Hund - Selbsterfahrung
	Entstehung des Waldbadens in Japan und Forschungsergebnisse

Tag 2

vormittags	Entwicklungen zum WB in Deutschland, Heilwäldern und Zertifizierung in Deutschland
	Einführung in das Konzept der Stressbewältigung
	Aufbau einer Kurseinheit
nachmittags	Kompetenzen eines Kursleiters
	Waldbaden in der Praxis mit Hund - Selbsterfahrung

Tag 3

vormittags	selbständige Durchführung von Anleitungen und Einheiten - Übung und Reflexion
nachmittags	Kulturanthropologischer Hintergrund und Forschungsergebnisse zur Beziehung Mensch und Natur
	Bewegung, Ernährung und Synergien

Tag 4

vormittags	Einführung in das zertifizierten Kurs-Konzept
	Informationen zur Prüfung und zur Projektfacharbeit
	Waldbaden in der Praxis mit Hund - Selbsterfahrung
nachmittags	Kommunikationssysteme des Waldes
	Waldsicherheit und Outdoor Erste Hilfe

Tag 5

vormittags	Auswirkungen der Naturverbindung aus psychologischer Sicht
	Waldbaden in der Praxis mit Hund - Selbsterfahrung
nachmittags	Verantwortung eines Kursleiters (Haftungsfragen, Möglichkeiten, Grenzen, Selbständigentätigkeit)
	Erstellung einer eigenen Kurseinheit

Tag 6

vormittags	Farbenlehre des Waldbadens
	Lehrproben der Teilnehmer
nachmittags	Lehrproben der Teilnehmer
	Abschluss und Ausblick

Unterrichtseinheiten gesamt:	48
---	-----------

Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit | Jasmin Schlimm-Thierjung
www.waldbaden-akademie.com | info@waldbaden-akademie.com