*Zertifizierte*r Waldbaden Begleiter*in für Kita und Schulen*

Waldbaden-Begleiter*innen für Kita und Schule bieten mit Erlaubnis des Waldeigentümers Waldbaden-Aufenthalte und Seminare an. Sie vermitteln Wissenswertes über das Waldbaden, leiten Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen an und unterstützen Kinder und Jugendliche u.a. dabei, mit Stress umzugehen. Viele Kinder und Jugendliche haben verlernt, den Wald mit allen Sinnen zu genießen. Als Waldbaden-Begleiter*in schulen Sie die Wahrnehmung der Kinder und Jugendlichen, um das volle Potential, das dieses Ökosystem in sich trägt, auszuschöpfen. Die Leichtigkeit des Waldbadens hat eine nachgewiesene positive Auswirkung auf das Immun-, Hormon- und Nervensystem der Menschen. Die Ausbildung verbindet den theoretischen Hintergrund zum Waldbaden und zum Ökosystem Wald mit dem praktischen Tun. Die Teilnehmenden Lernen Übungen, um Gruppen anzuleiten und

Zielgruppe: *Waldbaden-Begleiter*innen für Kita und Schulen* leiten Kurse oder einzelne Veranstaltungen in Kindergärten, Kindertagesstätten und Schulen. Pädagog*innen, Erzieher*innen, Lehrkräfte, Umweltpädagog*innen, Naturführer*-innen und Betreuungspersonal profitieren von dieser Ausbildung zur Erweiterung ihrer beruflichen Kompetenz.

Zeitablauf Uhrzeit	Inhalte und Instruktionen	UE
	Tag 1	
09:00 - 12:15	Begrüßung, Kennenlernen Kursleiter und Kursteilnehmer, Überblick und Definition Wunschbausteine für Ausbildung - Austauschformat	4
	Entstehung des Waldbadens in Japan - Vortrag	
13:30 - 16:45	Deutsche Einflüsse auf das japanische Waldbaden, Entstehung von Heilwäldern und Zertifizierung in Deutschland, Abgrenzungen einzelner Natur-Angebote - Vortrag und Lernformat	4
	Ausblick auf die Kurstage	
Zeitablauf Uhrzeit	**Inhalte und Instruktionen**	**UE**
	Tag 2	
09:00 - 12:15	Waldbaden mit Kindern und Jugendlichen - Praxis	4
	Durchführung und Reflektion der Anleitung einer Übung für die Zielgruppe Kinder + Jugendliche - Praxis	
13:30 - 16:45	Durchführung und Reflektion der Anleitung einer Übung für die Zielgruppe Kinder + Jugendliche - Praxis, Shinrin Yoku in der japanischen Praxis, die inneren Wurzeln des Waldbadens - Vortrag	4
	Besonderheiten der Zielgruppe Kinder und Jugendliche - Vortrag	
Zeitablauf Uhrzeit	**Inhalte und Instruktionen**	**UE**
	Tag 3	
09:00 - 12:15	Waldbaden - Praxis	4
	Was macht eine gute Waldbaden-Veranstaltung aus ? - Lernformat, Kommmunikationssysteme des Waldes, Auswirkungen der Naturverbindung aus psychologischer Sicht - Vortrag, Individual- und Austauschformat, Waldbaden - Praxis	
13:30 - 16:45	Verantwortung eines Kursleiters - Austauschimpuls, WaldArt und Solozeit - Arbeitsimpuls, Notfall und Erste Hilfe Outsoor - Speziell für Kinder und Jugendliche	4
	Farbenlehre des Waldbadens, Kurskonzepte Waldbaden - Achtsamkeit im Wald, Waldbadenkonzepte für Kinder und Jugendliche der Teilnehmenden - Individualphase, Austauschformat, Auswertung, Abschluss und Ausblick	
Gesamt:		**24**