



Thüringen | Rheinland-Pfalz

Bildungsurlaub Natur-Resilienz-Training - Wandern und Kreative Methoden (Schreiben)

Erleben Sie eine ganzheitliche Erfahrung, um Stress abzubauen, innere Stärke zu entwickeln und Achtsamkeit in der Natur sowie kreative Ausdrucksmöglichkeiten zu fördern.

Bildungsurlaub 5 Tage | max. 12 Teilnehmer* innen |
420,00 € zzgl. Anreise, Unterkunft und Verpflegung*

Schreibwanderungen verbinden Bewegung, Naturerleben und kreatives Schreiben. Sie schulen Achtsamkeit und Resilienz und zeigen Wege zu nachhaltiger Stressreduktion im Berufsalltag.

Inmitten des Nationalparks Hainich – dem größten nutzungsfreien Laubwaldgebiet Deutschlands und UNESCO-Weltnaturerbe – oder dem Pfälzer Wald erleben Sie die besondere Kraft des Waldes. Zwischen mächtigen Buchen, seltenen Tieren und einer einmaligen Pflanzenwelt verbinden Sie Bewegung, Naturerleben und kreatives Schreiben zu einem wirkungsvollen Weg der Stressprävention.



INHALTE

- >Tägliche Wanderungen und Schreibimpulse im Wald
- >Förderung von Achtsamkeit, Kreativität und Resilienz
- >Reflexion und Transfer in den beruflichen Alltag
- >Methoden zur Stressbewältigung und Ressourcenstärkung
- >Gemeinschaftlicher Austausch in geschütztem Rahmen

* Die Unterkünfte sind bereits durch uns vorgebucht. Die Preise finden Sie unter dem jeweiligen Link auf unserer Homepage oder erfahren sie telefonisch. Auch Tagespauschalen ohne Unterkunft sind möglich. Bitte beachten Sie, dass wir weder für die Preisanpassung noch Leistung der Unterkünfte verantwortlich sind. Sobald uns Preiserhöhungen bekannt sind, passen wir diese an. Daher haften wir nur für unsere Seminar- und Ausbildungsinhalte.