

Schön Klinik Bad Staffelstein - Am Kurpark 11 96231 Bad Staffelstein

Deutsche Akademie für Waldbaden

Psychosomatische Klinik

Chefärztin Dr. med. E. Rauh
ERauh@schoen-klinik.de

Sekretariat K. Müller, A. Herold
Tel +49 9573 56-390
Fax +49 9573 56-397
KrMueller@schoen-klinik.de
AHerold@schoen-klinik.de

Unser Zeichen: km

Bad Staffelstein
19. Juni 2020

Empfehlungsschreiben

Vom 11.02. – 13.02.2020 fand in der Psychosomatischen Klinik der Schön Klinik in Bad Staffelstein eine Inhouse Schulung für MitarbeiterInnen zum Thema „Waldbaden und Gesundheit“ statt. Die Seminarleiterin hierbei war Frau Jasmin Schlimm-Thierjung von der deutschen Akademie für Waldbaden. TeilnehmerInnen waren Ärzte und Körpertherapeuten.

An den drei Schulungstagen wurden sowohl theoretische als auch praktische Inhalte vermittelt. In der Theorie wurde auf die Entstehungsgeschichte und die wissenschaftlichen Hintergründe des Waldbadens eingegangen und das Waldbaden als gesundheitsfördernde und präventive Maßnahme erläutert und geschult. Hervorzuheben ist, dass viel Wert auf die Umsetzbarkeit gelegt wurde und Themen, wie Kontraindikationen und Teilnahmebedingungen sehr ausführlich besprochen wurden.

Im praktischen Teil, der außen, in einem nahegelegenen Wald, stattfand, wurden sowohl Gruppen- als auch Einzelübungen verständlich erklärt und durchgeführt. Frau Schlimm-Thierjung gab hierbei hilfreiche Tipps und Empfehlungen und begeisterte mit ihrer augenscheinlich langjährigen Erfahrung. Den Abschluss der drei Schulungstage bildete eine Filmpräsentation zum Thema „Kommunikationssystem Wald“, sowie die Erstellung eines zielgruppenspezifischen Konzepts.

Zusammenfassend können wir berichten, dass die Schulung sehr gut begleitet und kompetent durchgeführt wurde. Durch den Einsatz unterschiedlicher Medien (Flipchart, Powerpoint, Film, etc.) und durch die Abwechslung zwischen Theorie und Praxis konnte das Thema inhaltlich gut verständlich und praktisch erfahrbar gemacht werden. Die Übergabe der Zertifikate an alle TeilnehmerInnen am Schluss rundeten das professionell gestaltete Seminar ab.

Wir können mit Freude und Überzeugung die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit für die Qualifizierte Inhouse-Schulung empfehlen und danken Jasmin Schlimm-Thierjung und der Akademie für Waldbaden für die schöne und zielorientierte Schulung.



Dr. Elisabeth Rauh
Chefärztin Psychosomatische Klinik

Schön Klinik Bad Staffelstein
Zentrum für Verhaltenstherapeutische Medizin
Am Kurpark 11 • 96231 Bad Staffelstein
Tel. +49 9573 56-390
Fax +49 9573 56-397