

INFO

BESCHREIBUNG

Kompakt-Seminar
Vollzeit 1 x 5 Tage
max. 12 Teilnehmer*innen
ZIELGRUPPE
Erwachsene

LEITUNG

Jasmin Schlimm-Thierjung,
Bea von Borcke

KOSTEN (umsatzsteuerbefreit)

899,00 € inkl. Prüfung, Skript/
Handbuch & Material
zzgl. Anreise, Unterkunft,
Verpflegung*

Die Ausbildung kann auch als Inhouse-Schulung bei Ihnen vor Ort gebucht werden. Für ein Angebot sprechen Sie uns gerne an.



ORTE

NATIONAL

Bayern
Mecklenburg-Vorpommern
Niedersachsen
Nordrhein-Westfalen
Rheinland Pfalz
Thüringen

INTERNATIONAL

Österreich
Schweiz

TERMINE

Alle aktuellen Termine finden Sie unter
www.waldbaden-akademie.com

* 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.

NATURKOMPETENZ, GESUNDHEIT UND ERLEBNIS

Als erste Akademie für Waldbaden und Gesundheit in Deutschland bilden wir bereits seit 2018 Kursleiter*innen aus. Unsere zertifizierten modularen Ausbildungskonzepte, die Anerkennung der Krankenkassen und die intensive Betreuung und Förderung unserer Absolvent*innen stehen für unseren hohen Qualitätsanspruch. Die Erhaltung und konstante Weiterentwicklung dieses Standards in Kooperation mit Wissenschaftler*innen und Expert*innen aus den Bereichen Natur und Gesundheit ist unsere Passion und unser Versprechen.

UNSER ANGEBOT

- > Aus-, Fort- und Weiterbildungen im Bereich „Gesundheit aus dem Wald“ für Privatpersonen, Therapeut*innen, Unternehmen und Institutionen
- > Bildungsurlaub, Studien- und Erlebnisreisen, Seminare
- > Die Netzwerseite und regelmäßige Netzwerktreffen für unsere Absolvent*innen
- > Jährliche Kongresse und Fach-Veranstaltungen



DEUTSCHE AKADEMIE FÜR WALDBADEN UND GESUNDHEIT

Kellereistraße 1 | 67487 St. Martin

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

www.waldbaden-akademie.com



deutsche akademie für
waldbaden & gesundheit

AUSBILDUNG

ZERTIFIZIERTE*
R
NATUR-RESILIENZ-
TRAINER*IN®

WALDBADEN-AKADEMIE.COM



AUSBILDUNG

ZERTIFIZIERTE*^R

NATUR-RESILIENZ-TRAINER*^{IN}®

INHALTE

In unserer Natur-Resilienz-Ausbildung lernen Sie, wie Sie als Trainer*in den „grünen Seminarraum“ im Resilienz-Training einsetzen können und wie Ihre Teilnehmer*innen ihre kognitiven, mentalen und psychosozialen Kernkompetenzen für mehr Belastbarkeit, Lebensqualität und Lebensfreude ausbauen und stärken können.

Die Inhalte im Einzelnen

- > Gesundheitsfördernde Wirkung der Natur
- > Salutogenese und Ergebnisse der Resilienzforschung
- > Resonanzraum Mensch und Natur, Lern- und Regenerationsraum Natur
- > Kommunikationssystem Wald und Mensch – achtsame Kommunikation
- > Der Resilienz-Baum und seine einzelnen Resilienz-Schutzwurzeln
- > Stressreduktion und Naturerleben
- > Walderlebnisse im Resilienz-Training
- > Naturcoaching im Resilienz-Training
- > Bedeutung von Atmen und Gehen
- > Wirkungskraft der Farben
- > Wechselwirkung Bewegung und Psyche
- > Theorie und Praxis verschiedener Entspannungsmethoden
- > Sinnes- und Wahrnehmungsübungen in der Natur
- > Bewegungseinheiten
- > Entwicklung und Durchführung von Kurskonzepten inklusive 8-Wochen-Kurskonzept

ABLAUF

5-tägiges Kompakt-Seminar in Vollzeit.

Voraussetzung: Mindestalter von 18 Jahren.

Abschluss: Lehrprobe (wird vor Ort vorbereitet und durchgeführt), Zertifikat mit Gütesiegel.

VORTEILE

Praxisorientierte, abwechslungsreiche und kompakte Ausbildung für Menschen, die die Präsenzphase zügig erledigen möchten. Danach auf Wunsch Veröffentlichung der einzelnen Profile auf der Seite www.netzwerk-waldbaden.com sowie jährliche Netzwerktreffen zu aktuellen Themen, zum Austausch und zur Auffrischung.

Das Präventionskonzept ist nach §20 mit dem Titel „Natur-Resilienz-Training“ anerkannt und ist zertifiziert durch das Gütesiegel für Aus- und Weiterbildung.

ZIELE

In unserer Natur-Resilienz-Ausbildung lernen Sie, wie Sie als Trainer*in den „grünen Seminarraum“ im Resilienz-Training einsetzen können und wie Ihre Teilnehmer*innen ihre kognitiven, mentalen und psychosozialen Kernkompetenzen für mehr Belastbarkeit, Lebensqualität und Lebensfreude ausbauen und stärken können.

TÄTIGKEITSFELDER

Als Natur-Resilienz-Trainer*in leiten Sie Kurse oder einzelne Veranstaltungen in Unternehmen, Reha-Zentren, Tourismusverbänden, Volkshochschulen, Hotels, Forstämtern etc. an. Alle Interessierten und besonders Kursleiter*innen für Waldbaden, Entspannungspädagog*innen, Stressmanagement-Trainer*innen, Heilpraktiker*innen, Meditationslehrer*innen, Umweltpädagog*innen und Naturführer*innen profitieren von dieser Ausbildung zur Erweiterung ihrer beruflichen Kompetenz.

KONZEPT

Die eigene Widerstandsfähigkeit gegen alle Stürme des Lebens heißt Resilienz. Resilienz ist das „Immunsystem unserer Seele“ und hilft, schwierige Lebenssituationen erfolgreich zu meistern und gestärkt daraus hervorzugehen. Hierbei kann die Natur ein wahrer Helfer sein! In der wohltuenden und entschleunigenden Atmos-

phäre der Natur fällt es den Menschen leichter, mit sich und ihren Herausforderungen in Resonanz zu gehen. Darüber hinaus bietet sie Weite und Raum für Persönlichkeitsentwicklung und Ressourcenstärkung. Ansätze und gute Gründe, um die Kraft der Natur mit dem Resilienz-Training zusammenzuführen.

Die Kosten für das Seminar sind gemäß §4 Nr. 21 a, bb UstG von der Umsatzsteuer (Mehrwert-Steuer) befreit. Fördermöglichkeiten wie der europäische Sozialfond für verschiedene Bundesländer, Bildungsgutscheine oder Bildungsprämien sind möglich. Auch werden unsere Seminare von den meisten Bundesländern als Bildungsurlaub anerkannt und wir sind mit Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung §178 SGBII zertifiziert.

