

## ZL Waldbaden

*In Japan ist das Waldbaden bereits zu einem festen Bestandteil der Gesundheitsvorsorge geworden. Auch in Österreich wird dieses Thema immer beliebter.*

### Was bedeutet der Begriff Waldbaden?

In Japan und Südkorea ist "Shinrin-yoku", - übersetzt Waldbaden - zu einem festen Bestandteil der Gesundheitsvorsorge geworden und hat sich zur sogenannten Wald-Therapie entwickelt. Dafür wurden und werden viele wissenschaftliche Arbeiten in Auftrag gegeben, welche die positiven Auswirkungen des Waldes auf den Menschen untersuchen.

Ausgehend von der ehemals klassischen Sommerfrische stehen bei der Entwicklung von Waldbade-Angeboten der Mensch und die Natur im Mittelpunkt. Der Wald kann uns wieder wahrnehmen und spüren lehren. Althergebrachte Rituale und Traditionen schärfen die Fähigkeiten Aufmerksamkeit, Stille und Ruhe positiv zu empfinden. Auch in der Traditionellen Europäischen Medizin wird diesen Themen Raum geboten.

Für die Umsetzung von "Waldbade"-Angeboten bedarf es qualifizierter Personen. Dies wird durch eine gezielte Schulung der Gastgeber/-innen (Urlaub am Bauernhof), touristischen Anbieter/-innen und Naturvermittler/-innen usw. erreicht. Die Qualifizierungsmaßnahme "Waldbaden" gibt den Teilnehmenden des Lehrganges das dafür notwendige Rüstzeug wie Sachkompetenz, Selbstkompetenz und Sozialkompetenz mit.

### Nutzen für die Teilnehmer/innen:

- Teilnehmende werden befähigt eigene betriebliche oder außerbetriebliche Konzepte zu entwickeln und Veranstaltungen, Workshops, usw. durchzuführen und neue Kunden zu lukrieren.
- Mögliches Zusatzeinkommen für Tourismusbetriebe, land- und forstwirtschaftliche Betriebe, Einkommenskombinationen
- Persönliche Weiterentwicklung der Teilnehmenden

### Ziele des Lehrgangs:

- Lehrgangsteilnehmende erhalten grundlegendes Wissen über Waldökologie und „Waldwirkungen“ und die dazu passende Vermittlungsmethodik zur Gästebegleitung
- Zusatzqualifikation, um „Waldbade“-Aktivitäten mit ihren Zielgruppen fachlich/rechtlich/persönlich solide umsetzen zu können.
- Teilnehmende können Touren / Veranstaltungen / Workshops, ... mit dem Fokus auf Begleitung der Gäste bei Eigenerfahrung planen und durchführen.
- Persönliche und fachliche Weiterentwicklung

### Mögliche Betätigungsfelder nach Absolvierung:

- Absolvent/innen können eigenständig oder mit Partnern Touren / Veranstaltungen / Workshops, usw. mit dem Fokus auf Begleitung der Gäste bei Eigenerfahrung planen und durchführen.
- Teilakteur/-in eines übergeordneten Tourismusangebotes - Absolvent/-innen sind Waldbadebotschafter/-innen in ihrer Region

**Dauer des Lehrgangs:**

Umfasst insgesamt 13 Tage mit insgesamt 104 UE aufgeteilt in 6 Blockveranstaltungen von je 2 Tagen mit jeweils 8 Unterrichtseinheiten und einem Abschlusstag, mit 8 UE.

**Nähere Informationen zu diesem Lehrgang:**

Susanne Brunauer

0502595 - 3332

[susanne.brunauer@lk-salzburg.at](mailto:susanne.brunauer@lk-salzburg.at)