

FORTBILDUNG

„Der Einsatz von Waldbadenelementen zur Stressreduktion im pädagogischen Alltag“

Tag 1

Theorie des Waldbadens
Kennenlernen von
Waldbadenelementen

Tag 2

Stressfaktoren erkennen
und benennen
Soforthilfe Übungen im
pädagogischen Alltag
Körperübungen zur
Stressreduktion

*Optional bei gutem Wetter
(nicht Teil der Fortbildung):
Feuermachen und Essen am
Lagerfeuer*

Tag 3

Entspannungseinheit
Praxisprüfungen in
Kleingruppen
Austausch über
Umsetzung in Kita und
Schule
Abschluss



Termin:

08.09. - 10.09.2025

Ort:

Naturfreunde Haus Laacher See, Mendig

Ausbildungsleitung: Monika Schmitz

Infos und Anmeldung:

post@dieWaldmeisterin.com

www.dieWaldmeisterin.com

