LFI-ZERTIFIKATSLEHRGÄNGE ...

…sind eine anspruchsvolle Bildungsmaßnahme zur Höherqualifizierung in der Erwachsenenbildung.
Sie schließen bei einer positiven Bewertung und Erfüllung von 80 % Anwesenheit mit der Erlangung eines Zertifikats ab. Voraussetzung ist ein Mindestalter von 18 Jahren.

TERMINE

Die Termine für die aktuelle Bildungssaison finden Sie auf der LFI-Website tirol.lfi.at.

INFORMATION/ANMELDUNG

LFI-Kundenservice

Brixner Straße 1 | 6020 Innsbruck
T +43 5 92 92-1111
E lfi-kundenservice@lk-tirol.at

tirol.lfi.at facebook.com/lfi.tirol
instagram.com/lfi_tirol

GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

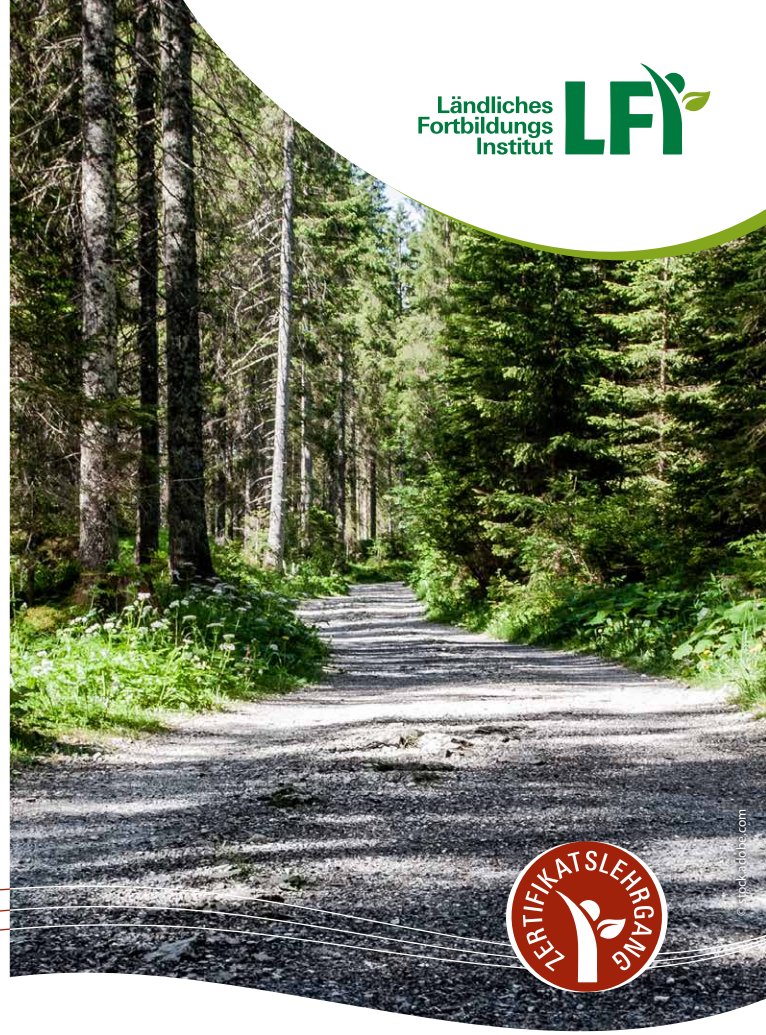
ADPRICO.AT – DIE MARKENMACHER | gedruckt auf PEFC Papier
V01/2020

LÄNDLICHES FORTBILDUNGSINSTITUT (LFI) TIROL

Brixner Straße 1 | 6020 Innsbruck
T +43 5 92 92-1100 | **F** DW 1199
E lfi@lk-tirol.at

tirol.lfi.at

Ländliches Fortbildungs Institut LFI



LFI Tirol

Zertifikatslehrgang

Waldbaden

Die Kraft des Waldes nutzbar machen

Ihr Wissen wächst

tirol.lfi.at

ZERTIFIKATSLEHRGANG WALDBADEN

WAS BEDEUTET DER BEGRIFF WALDBADEN?

„Shinrin-yoku“ heißt: „das Einatmen der Waldatmosphäre“, kurz übersetzt „Waldbaden“.

Waldbaden – also das Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes – ist als aktive Beschäftigung in Asien entstanden. Man weiß, dass Achtsamkeitsübungen in Waldgebieten die Erholungsfähigkeit ganz besonders fördern können.

Ausgehend von der ehemals klassischen Sommerfrische stehen bei der Entwicklung von Waldbaden-Angeboten der Mensch und die Natur im Mittelpunkt. Der Aufenthalt im Wald kann uns wieder wahrnehmen und spüren lehren. Es geht darum, zur Ruhe zu kommen und so wieder Kraft für den Alltag zu schöpfen.

ZIEL DES LEHRGANGS

Absolvent:innen erhalten ein grundlegendes Wissen über Waldökologie und „Waldwirkungen“ und die dazu passende Vermittlungsmethodik zur Waldbade-Begleitung. Sie können Waldbaden-Angebote erstellen und erfolgreich durchführen.

MÖGLICHE BESTÄTIGUNGSFELDER

- Im Rahmen von Veranstaltungen und Workshops Gäste bei Eigenerfahrung begleiten
- Teilakteur:in eines übergeordneten Tourismusangebotes
- Waldbaden-Botschafter:innen in ihrer Region

NUTZEN FÜR DIE TEILNEHMENDEN

Teilnehmende werden befähigt, eigene betriebliche oder außerbetriebliche Konzepte zu entwickeln und Veranstaltungen, Workshops usw. durchzuführen sowie neue Kunden zu lukrieren.

ZIELGRUPPE

- Waldliebhaber:innen
- Pädagog:innen
- Naturinteressierte
- Urlaub am Bauernhof-Betriebe
- Green Care-Betriebe

AUSBILDUNGSPLAN

Persönlichkeitsbildung

Gruppenzusammenführung und Teamarbeit
- Kennenlernen, Abfragen von Erwartungen
- Gruppendynamik, Merkmale einer Gruppe, Aufgaben- & Rollenverteilung

Selbstmanagement
- Selbstbild vs. Fremdbild
- Stärken- und Schwächen-Analyse
- Wer bin ich? Was zeichnet mich aus? Worin bin ich gut?
- Methoden zum Selbstmanagement und Zeitmanagement

Konfliktmanagement
- Konfliktvermeidung und Konfliktvermeidungstechniken

Problemlösungsverhalten

Waldökologie

- Biologie des Waldes
- heimische Baum- und Straucharten
- Funktionen des Waldes
- Nutzung des Waldes (Forstwirtschaft, Wirtschaft und Jagd)
- Rechtliche Aspekte (Sensibilisierung und Nachhaltigkeit)

Rechtliche Grundlagen

„Waldbaden“ – Was darf ich? Was darf ich nicht?
- Rahmenbedingungen für die touristischen Angebote
- Haftung, Schadenersatz und Versicherungen
- Wo bin ich verantwortlich?
- Wo beginnt die Rechtsverantwortung anderer?
- Haftpflichtversicherung, Unfallversicherung
- Gewerberecht

Bäuerliches Nebeneinkommen

Wald und Gesundheit

- Waldbaden (Theorie und Praxis)
- Gesundheitsaspekte
- Ökopsychologie (Grundlagen der Achtsamkeit und Naturverbundenheit)
- Möglichkeiten der praktischen Umsetzung (Beispiele):
  - Kneipp-Gesundheitsmodell: Bewegung, Ernährung, Kräuter, Wasser und Lebensordnung
  - Kräuter (Hausmittel und Räuchern)
  - Traditionell Europäische Medizin
  - Geomantie

Marketing

- Waldbaden als touristisches Angebot
- Hintergrund und touristische Einordnung
- Zielgruppen und touristische Produkte
- Zusammenhang zwischen Gesundheit und Tourismus in den Begriffen Gesundheits-, naturnaher, sanfter und nachhaltiger Tourismus.
- Mensch-Umwelt-Beziehungen in den Dimensionen Gast-Raum und Gast-Raum-Gastgeber

Projektentwicklung

Waldbaden – Von der Idee zum eigene Projekt

AUSBILDUNGSDAUER

104 Unterrichtseinheiten
Der Lehrgang ist mit 8,5 ECTS (wba) akkreditiert.