



Landesforst
Mecklenburg-Vorpommern

Wald schafft Zukunft

WALDPRÄVENTION

Entdecken und erschließen Sie das Potenzial
des **Gesundheitsraums WALD**
und entwickeln Sie eigene Angebote
zur Gesundheitsförderung im und mit dem Wald.

WALDPRÄVENTION

ist ein berufsbegleitender Zertifikatskurs
der Landesforst Mecklenburg-Vorpommern
in Zusammenarbeit mit der Universitätsmedizin Rostock.

Termin | 1. April 2022 bis 30. September 2022 (Anmeldung bis zum 28. Februar 2022)

FRÜHBUCHER-Rabatt:
Sparen Sie 200 Euro bei Anmeldung bis zum 31. Dezember 2021



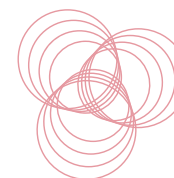
Information | Anmeldung

Internetadresse: [gesundheits.wald-mv.de](https://www.gesundheit.wald-mv.de)
Emailadresse: waldtherapie@lfoa-mv.de



Zulassung

durch die Staatliche Zentralstelle für
Fernunterricht unter der Nummer 7384721



Universitätsmedizin
Rostock



WALDPRÄVENTION

Waldprävention oder waldgestützte Gesundheitsförderung wird auch Shinrin Yoku genannt, was im Japanischen so viel wie „Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes“ bedeutet und auch mit „Waldbaden“ übersetzt werden kann.

Begleiterinnen und Begleiter für Waldprävention entwickeln zielgruppenspezifische Angebote für die Gesundheitsförderung im und mit dem Wald. In Kombination mit den positiven Wirkungen des Waldklimas auf Immunsystem und Hormonsystem und waldtypischen Sinnesreizen regen sie Entspannung und Bewegung an. Waldprävention eignet sich u.a. für Klientinnen und Klienten, die

- ▶ Stress reduzieren,
- ▶ ihr Immunsystem stärken,
- ▶ Bewegungsmangel ausgleichen sowie
- ▶ Risikofaktoren für lebensstilbedingte Erkrankungen reduzieren wollen.

BERUFSBEGLEITENDER ZERTIFIKATSKURS



Lernziel: Sie lernen, waldbasierte Programme zur allgemeinen Gesundheitsförderung und Prävention zu planen, durchzuführen und zu evaluieren. Sie lernen, Klientinnen und Klienten für gesundheitsförderliche Verhaltensweisen zu sensibilisieren – insbesondere in Bezug auf die Risikofaktoren „Stress“ und „Bewegungsmangel“.

Zielgruppe: Der Zertifikatskurs ist offen für alle interessierten Berufsgruppen. Er richtet sich insbesondere an



- ▶ „grüne“ Berufe wie Förster*innen, die ihr Waldwissen für Angebote der Gesundheitsförderung nutzbar machen wollen,
- ▶ Pädagog*innen wie Umweltbildner*innen und Waldpädagog*innen, die ihr pädagogisches Wissen mit praktischer gesundheitlicher Prävention in der Waldumgebung verknüpfen wollen,
- ▶ Gesundheitsberufe, die ihre Angebote um waldbasierte Programme erweitern möchten sowie
- ▶ Berufsgruppen im Wellness und Freizeitbereich, die professionelle Präventionsmaßnahmen im Wald anbieten möchten.

Um am berufsbegleitenden Zertifikatskurs **WALDPRÄVENTION** teilnehmen zu können, benötigen Sie einen Berufsabschluss oder einen Hochschulabschluss im Geltungsbereich der Europäischen Union bzw. einen gleichwertigen Abschluss (nach Zentralstelle für ausländisches Bildungswesen ZAB).



Inhalte:

- ▶ **Modul 1:** Einführung und Grundlagen der Waldprävention
- ▶ **Modul 2:** Ökosystem Wald
- ▶ **Modul 3:** Gesundheitsförderung und Prävention
- ▶ **Modul 4:** Didaktik und Programme in der waldgestützten Gesundheitsförderung / Waldprävention
- ▶ **Modul 5:** Praktisches Arbeiten mit Klientinnen und Klienten + Kommunikation / Gruppenprozesse
- ▶ **Zusatzmodule:** Landart / Kunst im Wald
Einführung in den Methodenkoffer
Arzneipflanzen des Waldes
- ▶ **Modul 6:** Abschlussprüfung



Sie entwickeln und erproben ein eigenes waldbasiertes Programm zur allgemeinen Gesundheitsförderung und Prävention für eine spezifische Zielgruppe. Sie erhalten wertvolles Feedback von Ihren Dozentinnen und Dozenten und den anderen Teilnehmenden. Sie lernen, eigene waldbasierte Programme zur allgemeinen Gesundheitsförderung und Prävention professionell in die Praxis umzusetzen.



Konzept: Sie lernen nach dem Blended-Learning-Konzept in einer Kombination aus (z.T. onlinegestützten) Selbstlernphasen, Präsenzseminaren und Exkursionen.



Abschluss: Nach erfolgreichem Bestehen der mündlichen Gruppenprüfung und des schriftlichen Erprobungsberichts erhalten Sie das Zertifikat „Begleiter für Waldprävention“.

Berufliche Perspektiven:

Begleiterinnen und Begleiter für Waldprävention arbeiten im Kontext von Prävention und Gesundheitsförderung. Grüne und pädagogische Berufsgruppen verknüpfen ihr Fachwissen mit Theorie und Praxis allgemeiner Gesundheitsförderung. Gesundheits- und Wellnessberufe erweitern ihr Spektrum.



Termine:

1. April 2022 bis 30. September 2022
(Anmeldung bis zum 28. Februar 2022)



Präsenzblock 1:

8. bis 12. April 2022 (Module 1+2+5 anteilig)

Präsenzblock 2:

10. bis 12. Juni 2022 (Modul 3)

Präsenzblock 3:

1. bis 3. Juli 2022 (Modul 4+5)

Zusatzmodule:

14. Mai 2022 (Arzneipflanzen des Waldes)

6. August 2022 (Methodenkoffer)

4. September 2022 (Landart/Kunst im Wald)

Prüfung:

24. September 2022 (Modul 6)

Terminänderungen vorbehalten



Veranstaltungsort:

Europäische Akademie Mecklenburg-Vorpommern e.V.
Eldenholz 23
17192 Waren / Müritz

Investition: Die Teilnahmegebühr beträgt 3.500 Euro. Darin enthalten sind sämtliche Lehrmaterialien und Lehrveranstaltungen sowie Prüfungen. Eine Ratenzahlung ist möglich.



Beratung und Information

Landesforst Mecklenburg-Vorpommern
Lisa Boehnke: 0 38 43 / 856 67-20
Email: waldtherapie@lfoa-mv.de
Internetadresse: gesundheit.wald-mv.de



Anbieter: Der Zertifikatskurs WALDPRÄVENTION wird von der Landesforst Mecklenburg-Vorpommern in Zusammenarbeit mit Gesundheitsexpertinnen und Gesundheitsexperten der Universitätsmedizin Rostock angeboten.

Die Landesforst Mecklenburg-Vorpommern ist eine rechtsfähige Anstalt des öffentlichen Rechts in Mecklenburg-Vorpommern. Ihre Aufgaben sind der Schutz und die Mehrung des Waldes und die nachhaltige Sicherung seiner sozialen, ökonomischen, ökologischen und kulturellen Funktionen.

Mit dem Zertifikatskurs unterstützt die Landesforst Mecklenburg-Vorpommern zukünftige Begleiterinnen und Begleiter für Waldprävention, den Wald nachhaltig für die Prävention und Gesunderhaltung zu erschließen und Klientinnen und Klienten für diesen besonderen Raum und seinen Schutz zu sensibilisieren.