



NaturZeit
Saar

Pressemitteilung Ausstellung Wald-im-Puls

Interaktive Ausstellung „Wald-Im-Puls“

Waldatmosphäre bewusst erleben und etwas für die Gesundheit tun

In Zeiten einer raschen Technisierung und Digitalisierung, die uns Menschen fordert und in zu großer Intensität insbesondere die Gesundheit belastet, suchen immer mehr Menschen nach Ausgleich, Entspannung, Entschleunigung, Wohlfühlen, Zufriedenheit, Glück, Zukunft und Lösungen. Natur und insbesondere Wald ermöglichen uns, genau das (wieder-) zu entdecken und finden.

„Wald-im-Puls“ ist viel mehr als ein Spaziergang oder eine Wanderung. Neuere Studien zeigen, wie vielseitig Natur und Wald präventiv und therapeutisch auf unsere Gesundheit wirken. Genau diese Hintergründe und Zusammenhänge zeigt die Ausstellung in anschaulicher Weise. Farben, Düfte, Geräusche, Geschmack, Strukturen und Flächen werden erfahrbar gemacht. Wie entstehen sie? Wie wirken sie? Wie beeinflussen sie unser Immunsystem? Welche Zusammenhänge bestehen? - Nach dem Besuch der Ausstellung sehen Sie „Wald“ mit anderen Augen – versprochen.

Waldentdecker, Waldfreunde, Suchende, Neugierige sind herzlich willkommen. Gerne öffnen wir auch für Schulklassen, Gruppen oder Teams sowie Menschen mit körperlichen und geistigen Einschränkungen.

Die Ausstellung „Wald-im-Puls“ wurde mit viel Sachkunde von der Deutschen Akademie für Gesundheit und Waldbaden ins Leben gerufen und wird bundesweit gezeigt, zuletzt im „Haus der Nachhaltigkeit“ in Johanniskreuz, Rheinland-Pfalz. Fachkundige Natur-Resilienz-TrainerInnen der Akademie betreuen die Ausstellung und begleiten Sie auf Wunsch.

Eröffnung: Sonntag, 11.09.22, 10 Uhr

Öffnungszeiten: Sonntage
02.10. und 09.10.: 10 – 16 Uhr
montags: 10 – 12 Uhr und 15 bis 17 Uhr
donnerstags: 15 bis 17 Uhr
Die Ausstellung ist kostenfrei zu besichtigen.

Außerhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung für:
Firmenteams, Gruppen, Vereine und Schulklassen



NaturZeit
Saar

Ansprechpartner vor Ort sind

Jutta Eich, Mail: juttaeich@t-online.de, Tel.: 0178 8258766

Uwe Bernhardt, Mail: uwe.bernhardt.saar@t-online.de. Tel.: 0177 6875789

Informationen: <https://waldbaden-akademie.com/ausstellung-wald-im-puls/>

Veranstaltungen mit Sondertarifen aus Anlass der Wald-im-Puls Ausstellung

- | | |
|---------------------------------|---|
| Mi., 14.09.22,
10 – 12 Uhr | Natur-Resilienz-Training: „Ich beschreibe mein Ziel.“
Ort: Saarbrücken, Halde Grühlingsstrasse
Treffpunkt bei Anmeldung, Unkostenbeitrag: 7,50 € |
| Mi., 21.09.22
16 – 17:30 Uhr | Waldbaden – Shinrin Yoku für Erwachsene
Ort und Treffpunkt: Altenkessler Wald, Friedhofsparkplatz
Unkostenbeitrag: 7,50 € |
| Mi., 22.09.22,
10 – 12 Uhr | Natur-Resilienz-Training: „Selbst-wirksam-keit entwickeln“
Ort: Saarbrücken, Halde Grühlingsstrasse
Treffpunkt bei Anmeldung, Unkostenbeitrag: 7,50 € |
| Sa, 24.09.22
14 – 15:30 Uhr | Waldbaden – Shinrin Yoku für Erwachsene
Ort: Hotel Rabenhorst, Homburg mit anschließender Einkehrmöglichkeit
Treffpunkt Parkplatz am Hotel Rabenhorst, Am Rabenhorst 1, 66424 Homburg, Unkostenbeitrag: 7,50 € |
| So, 25.09.22
11 – 12:30 Uhr | Waldbaden – Shinrin Yoku für Erwachsene
Ort: Hotel Rabenhorst, Homburg mit anschließender Einkehrmöglichkeit
Treffpunkt Parkplatz am Hotel Rabenhorst, Am Rabenhorst 1, 66424 Homburg, Unkostenbeitrag: 7,50 € |
| So, 02.10.22
11 – 12 Uhr | Waldbaden- Shinrin Yoku mit Kindern in Begleitung Erwachsener
Ort: wird noch bekannt gegeben
Treffpunkt bei Anmeldung, Unkostenbeitrag: 7,50 € |
| Mi, 12.10.22
16 – 17 Uhr | Waldbaden – Shinrin Yoku mit Kindern in Begleitung Erwachsener
Ort: wird noch bekannt gegeben
Treffpunkt bei Anmeldung, Unkostenbeitrag: 7,50 € |



NaturZeit
Saar

Sa, 15.10.22
9 – 16 Uhr

Lebenskraft stärken - Natur-Resilienz-Training

Ort: Hotel Rabenhorst, Homburg mit Einkehrmöglichkeit zu Kaffee und Kuchen ab 16 Uhr (nicht im Preis enthalten), Mittag mit eigener Lunchbox / Picknick
Treffpunkt Parkplatz am Hotel Rabenhorst, Am Rabenhorst 1, 66424 Homburg, Unkostenbeitrag: 69 €

Do, 20.10.22
15 – 17:15 Uhr

Waldbaden – Shinrin Yoku für Kinder in Begleitung Erwachsener

Ort: VHS, Püttlingen, Ritterstrasse
Anmeldung über VHS Püttlingen

Fr, 21.10.22
16 – 18:15 Uhr

Waldbaden – Shinrin Yoku für Erwachsene

Ort: VHS, Püttlingen, Ritterstrasse
Anmeldung über VHS Püttlingen

Ausstellungsort:

Rathaus Altenkessel, Gerhardstrasse 7, 66126 Saarbrücken
Parkplätze: Rund ums Rathaus vorhanden