LQB: Crashkurs Waldbaden

Sich einen ganzen Tag lang im Wald verwöhnen lassen und gleichzeitig Tools erlernen, wie Entspannung im Wald für sich selbst und für Gruppen mit einfachen Mitteln umgesetzt werden kann? Das geht!

Am Freitag 16.04.2027, dreht sich im Bregenzer Stadtwald alles darum, wie wir gesund bleiben, was uns gesund macht und wie uns der Wald dabei unterstützen kann. Die Teilnehmer:innen lernen an diesem Tag einfache waldpädagogische Methoden kennen, die das Walderlebnis verstärken, erhalten spannende Einblicke in das Waldökosystem, lernen die unterschiedlichen „Bewohner“ des Waldes kennen und erfahren, was uns der Wald zum Thema Resilienz erzählt. Wissen um Ernährung und Heilkraft aus dem Wald steht am Mittag im Zentrum, wenn es darum geht, die im Wald gesammelten Waldkräuter gemeinsam auf offenem Feuer zu einer schmackhaften Neunkräutersuppe zu verkochen.

Der Tag soll erprobte gesundheitsfördernde Maßnahmen im Wald vorstellen und bietet Handwerkszeug, um neue Projekte bzw. eine persönliche Auszeit im Wald zu planen.

Referentin: Mag. Karin Müller-Vögel (systemische ausgebildete und zertifizierte Waldpädagogin, Öffentlichkeitsarbeiterin und freie Journalistin)

Treffpunkt: Treffpunkt und Ende beim Parkplatz gegenüber der Vorarlberger Landesbibliothek (Fluherstraße 4, 6900 Bregenz)

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	8 Einheiten
Kursbeitrag:	90,00 € Kursgebühr gefördert (Wohnsitz Vbg.) 150,00 € Kursgebühr ungefördert Land Vorarlberg
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität, Natur und Garten, Forst- und Holzwirtschaft
Zielgruppe:	alle Waldinteressierten, Urlaub und SaB Anbieter:innen, Kräuterpädagog:innen, touristische Anbieter:innen, Naturvermitteler:innen, Naturliebhaber:innen, Waldbesitzer:innen (es ist keine landw. Betriebsnummer erforderlich)
Mitzubringen:	Trinkflasche, Sitzkissen, wetterfeste Kleidung und waldtaugliches Schuhwerk, Verpflegung aus dem Rucksack (gerne auch etwas für das gemeinsame Mittagsbuffet, wir kochen eine Neunkräutersuppe auf offenem Feuer)

Verfügbare Termine

16.04.2027 09:00, Bregenz

Ort	Bregenz
Beginn	16.04.2027 09:00
Ende	16.04.2027 17:00
Örtlichkeit	Waldschule Bodensee, am Ende der Thalbachbergstrasse, 6900 Bregenz
Information	Ländliches Fortbildungsinstitut Vorarlberg, Tel 05574/400-191, lfi@lk-vbg.at
Kursnummer	8-0005138
Trainer:in	Mag. Karin Müller-Vögel
Veranstalter	Ländliches Fortbildungsinstitut Vorarlberg

© 2026 - lfi.at