




Waldbaden Institut Schweiz präsentiert:

**Information Ausbildung
Shinrinyoku Kursleitung
für Achtsamkeit im Wald 
mit Zertifikat**



**WALDWISSEN
& ACHTSAMKEIT**

deine zukünftige Tätigkeit?

Vielen Dank für dein Interesse an der Ausbildung

zert. Shinrin-yoku Kursleitung für Achtsamkeit im Wald (Schweiz).

Gratulation: du hast dich für eine fundierte und achtsame Ausbildung entschieden. Der Aufbau am Waldbaden Institut Schweiz ist modular und erfolgt über 7 Monate. Dieser Zeitraum ist bewusst so gewählt und hat sich bewährt, damit du die notwendige Zeit für die persönliche Entwicklung hast und dein eigenes, praxistaugliches Konzept entwickeln kannst. Das Praktizieren von Achtsamkeit ist an unserer Institution nicht nur Theorie, sondern gelebter Teil der Ausbildung.

In dieser Broschüre findest du alle notwendigen Informationen. Vielleicht möchtest du uns unverbindlich an einem Kurs oder Workshop kennenlernen?

Buche sogleich ein kostenloses Kennenlern-Gespräch.

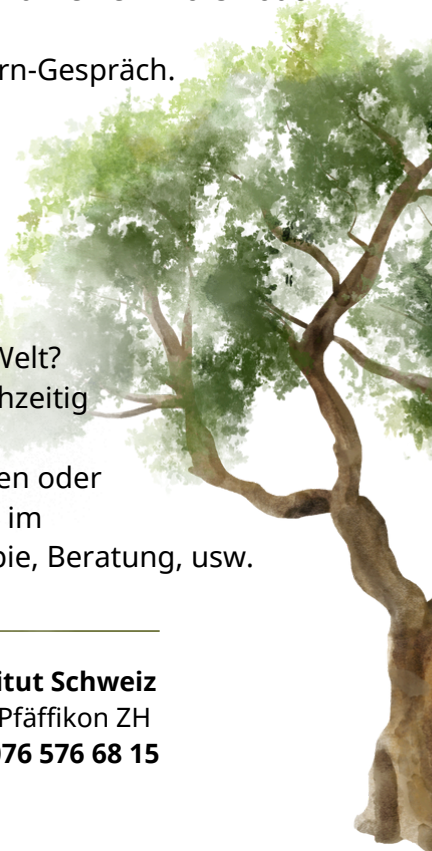
Bis bald - im Wald! *Zoe d. Loreh*

Warum eine Ausbildung?

- Du wünschst dir neue Motivation und Inspiration für dein Wirken in dieser Welt?
- Du möchtest dich verändern und gleichzeitig etwas Gutes für dich und andere tun?
- Du bist bereits in einem andragogischen oder pädagogischen Umfeld tätig, arbeitest im näheren Umfeld von Coaching, Therapie, Beratung, usw.



Shinrin-yoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15



Voraussetzungen / vor der Anmeldung

- Der 2-tägige **Weekend Workshop Shinrinryoku/Waldbaden BASIC© - Glück im Wald ERLEBEN** ist Voraussetzung, wenn du die Ausbildung absolvieren möchtest. In diesem Workshop darfst du die unterrichtete *EDSE-Methode nach Lorek* kennen lernen.
- Die Ausbildung setzt eine stabile physische und psychische Gesundheit voraus, sowie die Bereitschaft, sich auf die Ausbildungsinhalte einzulassen und Loyalität gegenüber dem Waldbaden Institut Schweiz und der Kollegschaft zu wahren.

Ziel der Ausbildung

zert. Shinrinryoku Kursleitung für Achtsamkeit im Wald

Als **zert. Shinrinryoku Kursleiter oder Kursleiterin für Achtsamkeit im Wald (Schweiz)** hast du das notwendige Wissen über **Shinrinryoku / Waldbaden**, damit du nach Abschluss der Ausbildung fundiert Kurse und Veranstaltungen mit dem Fokus Shinrinryoku / Waldbaden sowie Achtsamkeit im Wald planen, erstellen und durchführen kannst.

Du kannst Gruppen oder einzelne Personen professionell anleiten und platzierst dich auf dem Markt oder einer Institution mit einem authentischen Angebot



Shinrinryoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15

Während der Ausbildung

- Du nimmst an der Ausbildung auf eigene Verantwortung teil.
- Für das Zertifikat ist die Teilnahme an den Modulen 1-6 von mind. 80% der Präsenzzeit Bedingung. Solltest du krankheitshalber verhindert sein, kannst du die verpassten Lerninhalte gegen einen Aufpreis nachholen.
Informiere dich vorgängig über die Bedingungen.
- Zwischen den Modulen 1-6 beschäftigst du dich mit dem Selbststudium, erstellst verschiedene Praxisnachweise und nimmst an den Zoom Sitzungen teil.
- Du erbringst alle verlangten Praxisnachweise.
- Prüfung Praxisteil: kurze Präsentation und zwei Lehrproben mit schriftlicher Vorbereitung im Modul 6.
- Prüfung Theorieteil: Verfassen einer schriftlichen Arbeit gemäss Vorgaben.

Nach der Ausbildung

- Wenn du es wünschst, wirst du auf der Netzwerk-Webseite des *Waldbaden Instituts Schweiz* verlinkt.
- Du erhältst die Möglichkeit zu Weiterbildungen.
- Am jährlichen Treffen der Kursleitenden pflegen wir den Austausch und du profitierst von spannenden Inputs und Vorträgen.
- Du erhältst ein Zertifikat.



Aufbau der Ausbildung



Blühen | Modul 6

Blühen | Modul 5

Wachsen | Modul 4

Wachsen | Modul 3

Wachsen | Modul 2

Wurzeln bilden | Modul 1

Shinrin Yoku / Waldbaden BASIC©

separat buchen



ShinrinYoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15

Umfang / Dauer

Ausbildung insgesamt 16 Tage (322 UE* / 242 h)

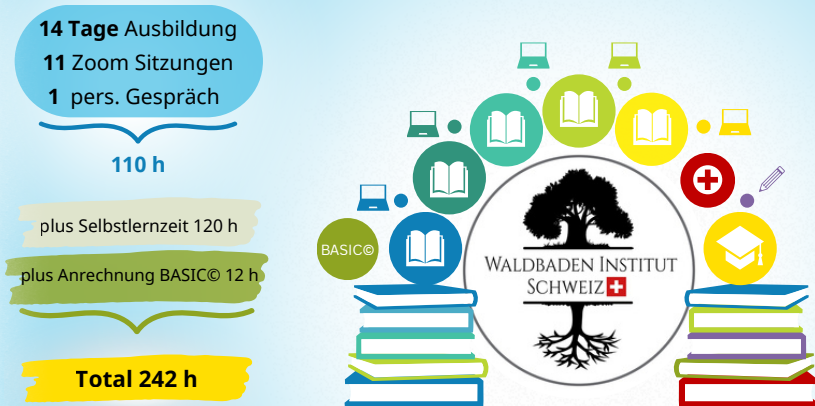
Die Ausbildung dauert **Total 16 Tage**.

Diese setzen sich wie folgt zusammen:

- **2 Tage** Weekend Workshop Shinrinyoku / Waldbaden BASIC© (16 UE / 12 h)
- 6 Ausbildungsmodule, verteilt auf **12 Tage Präsenz** plus **2 Tage Online** (Total 146 UE / 110 h)
- Selbststudium (Total 160 UE / 120 h)

Das Selbststudium findet jeweils zwischen den einzelnen Modulen statt und beinhaltet diverse Praxisnachweise, welche termingerecht eingereicht werden müssen.

**Erklärung: wir weisen sowohl UE (1 UE entspricht 45 Minuten) wie auch Stunden aus.*



Shinrinyoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15

Kosten

Im Ausbildungspreis inbegriffen:

- Modul 1 (5 Tage Präsenz)
- Modul 2 (1 Tag Online)
- Modul 3 (2 Tage Präsenz)
- Modul 4 (1 Tag Online)
- Modul 5 (3 Tage Präsenz)
- Modul 6 (2 Tage Präsenz)

Die Ausbildungsmodule werden
als Einheit gebucht. Modul 1
kann am Stück oder wöchentlich
(5x) absolviert werden.

- Begleitung während dem Selbststudium durch regelmässige stattfindende Zoom Sitzungen
- schriftliches und individuelles Feedback zu deinen schriftlichen Arbeiten
- schriftliches und individuelles Feedback zu deiner Präsentation
- Skript und umfangreiche Unterlagen, welche du in der Praxis anwenden kannst
- eine Stunde persönliches Gespräch
- Tools und Tipps



Wichtig: Der Weekend Workshop Shinrinyoku / Waldbaden BASIC© - Glück im Wald ERLEBEN

muss separat gebucht werden und ist in den obigen Kosten **nicht enthalten**.

Finde jetzt die aktuellen Daten für den Weekend Workshop unter diesem QR Code.



Shinrinyoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15

Leitung Ausbildung

Zoë Daniela Lorek

- Leitung Waldbaden Institut Schweiz
- Inhaberin Shinrin Yoku Schweiz
- Autorin
- cert. Forest Therapy Guide (INFTA)
- zert. Kursleiterin für Waldbaden (DE)
- Ausbilderin mit eidg. FA
- dipl. Bewegungspädagogin (BGB / SBTG) und Yogalehrerin
- dipl. Psychomotoriktherapeutin (HfH)
- diverse Weiterbildungen in ZRM, Trauma, Bewegungsanalyse, u.a.
- über 35 Jahre Unterrichtserfahrung als Kursleiterin und Dozentin für div. Verbände und Institutionen sowie Schulen im Ausbildungsbereich



Zoë D. Lorek ist Ausbilderin (eidg. FA) mit langjähriger Unterrichtserfahrung und kann auf ein breites Fachwissen aus Psychologie, Pädagogik, Andragogik und Selbstmanagement-Techniken zurückgreifen.

Sie verfügt über einen sehr authentischen Zugang zu Körper und Psyche und weiss aus eigener Erfahrung, was Resilienz bedeutet und wie sich Kraft und Stärke aufbauen lassen.

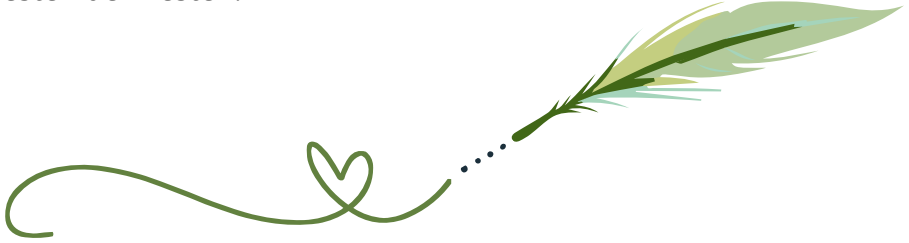
Ihr Unterricht ist geprägt von Respekt gegenüber den Menschen und der Natur. Ihr Ansatz ist ressourcenorientiert und achtsam.



ShinrinYoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15

Das Team

Kompetente Fachkräfte sind das Herzstück jeder exzellenten Institution. Am Waldbaden Institut Schweiz lehren daher die Besten der Besten:



- Modul 3: Madeleine Mosimann für *Qi Gong / Tai Ji*
- Modul 5: Erich Gyr für alles rund um *Waldwissen, Bäume und Jagd*
- Modul 5: Fachkräfte für das *Erste-Hilfe-Outdoor Zertifikat*
- Modul 6: Christine Spiri als *Expertin für das Zertifikat*.



Erich Gyr
Ausbilder mit eidg. FA
Förster
Dozent



Madeleine Mosimann
Qi Gong Lehrerin
Dozentin



Christine Spiri
Expertin



Fachperson
Erste Hilfe



Shinrin-yoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15



Die **Weiterbildung** zur Kursleiterin Waldbaden kann ich weiterempfehlen.
Zoë D. Lorek ist eine kompetente, sehr engagierte und herzliche Mentorin.
Die Inhalte der Weiterbildung sind gut auf die Anforderungen als Kursleiterin Waldbaden abgestimmt.

Auch mit meinem Vorwissen zur Natur gab es viele spannende und lehrreiche Inhalte.
Persönlich habe ich sehr von der Weiterbildung profitiert.
Ich fühle mich nun bereit mein eigenes Konzept im Bereich Waldbaden anzubieten.

Michelle



Die **Ausbildung** zur Waldbaden Kursleiterin am **Waldbaden Institut Schweiz** ist sehr zu empfehlen. Die Inhalte sind umfassend und vielfältig.

Neben Theorie und Praxis zum Thema Shinrin Yoku / Waldbaden werden auch sehr viele Informationen zu den Themen Kommunikation, Marketing und Waldwissen vermittelt.

Zentral sind auch die Kurs- und Lektionenplanung sowie verschiedene Unterrichtsmethoden. Die zur Verfügung gestellten Werkzeuge können direkt genutzt werden, dadurch kann das Gelernte praktisch umgesetzt werden.

Die Begleitung durch Zoë D. Lorek erlebte ich als einfühlsam, inspirierend und motivierend.

Evelyne Nicolet, WaldbadenRheintal



Shinrinryoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15



Platz für deine Notizen



Shinrin-yoku | Waldbaden Institut Schweiz
Wallikerstrasse 44 | CH-8330 Pfäffikon ZH
www.achtsamkeitimwald.ch | 076 576 68 15



hol dir jetzt deine Infos



www.achtsamkeitimwald.ch



+41 (0) 76 576 58 15



kontakt@achtsamkeitimwald.ch