

Waldtherapie

www.wertgebung.ch

Der Wald fördert die Gesundheit von
Körper, Geist und Seele.
Dies ist nicht etwa eine neue Erkenntnis aus der
Wissenschaft, sondern wurde bereits vor
über hundert Jahren in vielen Waldkliniken
im ganzen Alpenraum angewendet.

Wer die Kraft und den Spirit des Waldes nutzen lernt,
erhält nicht nur für die körperliche Gesundheit einen
starken Helfer, sondern auch für
die Psyche und die Seele.

Der heilende Aufenthalt im Wald ist vielen Menschen
durch Ängste verwehrt. Eine kompetente und erfahrene
Begleitung bringt das Vertrauen und
wirkt diesen Ängsten entgegen.



Waldtherapie

Ist nicht Natur- oder Erlebnispädagogik im Wald, denn Waldtherapie beinhaltet Selbstfindung und Selbstheilung. Die Waldtherapie nützt die Stille, die sauerstoffreiche Luft und den weiten Raum des Waldes zum Ausgleich und zur Kontemplation.

Ein zentrales Anliegen ist es, mit Hilfe der Waldlandschaft, die Balance zu finden, und somit ein starkes Werkzeug zur Selbsthilfe zu Verfügung zu stellen.

Waldtherapie ist für Einzel- und Gruppenarbeit ausgerichtet. Als Waldtherapeut zeige ich Menschen die seelischen Energiequellen in der Natur und begleite sie auf dem Weg zu mehr innerer und äusserer Ruhe.



Seit meiner Jugend bewege ich mich in vielen Lebensräumen der Natur. Als Höhlenforscher, Hochseesegler und Waldläufer lernte ich und lerne heute noch aus der Natur Kraft zu schöpfen. Die Ausbildung zum Naturheilpraktiker und Wanderleiter (Trainer C in Deutschland) gab mir das Rüstzeug, auch in der Theorie.

www.wertgebung.ch
Andreas Rohner, Waldtherapeut
Rindergasse 2, 4310 Rheinfelden
Tel. +41 (0)79 462 05 06