



# Maria Bauer

Kräuter - Grüne Naturkosmetik - Energie - Bewegung

## Waldführungen – Waldbaden – Murauen Mureck

### **Waldpädagogik umfasst folgendes:**

naturstehender Lebensraum

Ort der gelebten Nachhaltigkeit

Ort der Stille und Geborgenheit

ein lebendiger Spielraum

die Natur als Hülle

eine erlebbare Dauer

die Bäume als Lebenssymbol



**Ort:** Murauen in Mureck

Lehrreich im Sinne von Sehen, Hören, Fühlen, Tasten, Gerüche, Wahrnehmungen für sich, Spiele, Baum/Pflanzen, Käfer, Vögel und noch vieles mehr.

### **Waldbaden**

Beim Waldbaden die Atmosphäre des Waldes genießen, alle Sinne nutzen, den Geist zu beleben und die Heilkraft des Waldes zu aktivieren. Stärkt das Immunsystem durch die Bildung von Abwehrzellen, lindert Stress und das Risiko an Burnout zu erkranken. Wirkt positiv auf die Nervenzellen für den Atem und noch vieles mehr.

**Termine:** Jeden Donnerstag um 14:00 Uhr, abwechselnd Waldbaden und Waldführung bis 29. Oktober 2020. Pro Führung bis 20 Personen. Minderst Teilnehmer – 5 Personen.

**Dauer:** 3 Stunden

**Kosten:** pro Person 6,00€

**Treffpunkt:** Rathausplatz Mureck

**Telefonische Voranmeldung:** Einen Tag vorher TELEFONISCH anmelden, Tel.: 06648908823

*www.maria-energie.at*

zertifizierte Kräuter- und Grüne Kosmetikpädagogin, zertifizierte smoveyCOACH, Energetiker, zertifizierte Waldpädagogin, Coach und Vertrauensperson in der Waldpädagogik

*Maria Bauer*