Event Planer

2024/2025

Denke immer daran, dass es nur eine wichtige Zeit gibt:

Heute.
Hier.
Jetzt.

Tolstoi

Anerkannte Bildungsurlaube 2024

Dozenten: Sabine Dörr (*Bildungsträger*) und Team

04.03. - 08.03.2024
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
Vogelsbergdorf Herbstein D.F.

08.04. - 12.04.2024
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

22.04. - 26.04.2024
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut! VHS
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.

13.05. - 17.05.2024
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut
Vogelsbergdorf Herbstein S.D.

03.06. - 07.06.2024
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut! VHS
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

05.08. - 09.08.2024
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

19.08. - 23.08.2024
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

02.09. - 06.09.2024
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
CasaVita Eschwege D.F.

16.09. - 20.09.2024
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg S.D.

23.09. - 27.09.2024
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön S.D.

07.10. - 11.10.2024
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes! VHS
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

07.10. - 11.10.2024
Seelenschmeichler - Durch achtsame Fotografie zur inneren Balance Neu
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

21.10. - 25.10.2024
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

11.11. - 15.11.2024
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg T.K.

18.11. - 22.11.2024
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön S.D.

"Mach doch mal wieder Urlaub!"

Anerkannte Bildungsurlaube 2025

09.12. - 13.12.2024
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön
S.D.

13.01. - 17.01.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön
S.D.

20.01. - 24.01.2025
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg
T.K.

20.01. - 24.01.2025
Gesundzeit! Buchingerfasten trifft auf Natur-Resilienz
Neu
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg
S.D. + C.B.

17.02. - 21.02.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut
Vogelsbergdorf Herbstein
R.J.

17.02. - 21.02.2025
Seelenschmeichler - Durch achtsame Fotografie zur inneren Balance
Neu
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg
S.D. + J.H.

10.03. - 14.03.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf
R.J.

10.03. - 14.03.2025
Gesundzeit! Buchingerfasten trifft auf Natur-Resilienz
Neu
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg
S.D. + C.B.

17.03. - 21.03.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
VHS
Volkshochschule in Lich
S.D.

24.03. - 28.03.2025
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
Vogelsbergdorf Herbstein
D.F.

31.03. - 04.04.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg
S.D.

07.04 - 11.04.2025
Seelenschmeichler - Durch achtsame Fotografie zur inneren Balance
Neu
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf
J.H.. + R.J.

05.05. - 09.05.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
VHS
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg
S.D.

12.05. - 16.05.2025
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön
T.K.

19.05. - 23.05.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Vogelsbergdorf Herbstein
S.D.

"Mach doch mal wieder Urlaub!"

Anerkannte Bildungsurlaube 2025

02.06. - 06.06.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Vogelsbergdorf Herbstein S.D.

28.07. - 01.08.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

04.08. - 08.08.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf S.D.

18.08. - 22.08.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön S.D.

01.09. - 05.09.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön S.D.

15.09. - 19.09.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut
Vogelsbergdorf Herbstein S.D.

22.09. - 26.09.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes! VHS
Volkshochschule in Lich S.D.

06.10. - 10.10.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut!
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf XX

06.10. - 10.10.2025
Seelenschmeichler - Durch achtsame Fotografie zur inneren Balance Neu
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg J.H. + S.D.

03.11. - 07.11.2025
Gesundzeit! Buchingerfasten trifft auf Natur-Resilienz
Seminarhotel Jakobsberg Grünberg C.B+S.D

10.11. - 14.11.2025
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
CasaVita in Eschwege D.F.

17.11. - 21.11.2025
Den Stürmen des (Berufs) Lebens standhalten! Resilienz
Vogelsbergdorf Herbstein T.K.

24.11. - 28.11.2025
Waldbaden - Shinrin Yoku; Der Wald als Therapeut
Vogelsbergdorf Herbstein S.D.

01.12. - 05.12.2025
Life Balance und die heilsame Kraft des Waldes!
Genussgasthof Fuldaquelle Gersfeld - Rhön S.D.

"Mach doch mal wieder Urlaub!"

Zertifizierte Weiterbildungen nach AZAV und als Bildungsurlaub anerkannt

"...weiter bilden..."

11.03. - 16.03.2024	**22.07. - 27.07.2024**	**12.08. - 17.08.2024**	**04.11. - 09.11.2024**	**03.02. - 08.02.2025**
Ausbildung Kursleiter*in **Shinrin Yoku; Entspannungs-pädagogik in der Natur (Gruppen und Teams)**	Ausbildung Kursleiter*in **Shinrin Yoku; Entspannungs-pädagogik in der Natur (Gruppen und Teams)**	Ausbildung zum*r **Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen**	Ausbildung zum*r **Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen**	Ausbildung Kursleiter*in **Shinrin Yoku; Entspannungs-pädagogik in der Natur (Gruppen und Teams)**
Berggasthof Schotten - Hoherodskopf	**Berggasthof Schotten - Hoherodskopf**	**Seminarhotel Jakobsberg Grünberg**	**Seminarhotel Jakobsberg Grünberg**	**Berggasthof Schotten - Hoherodskopf**

07.04. - 12.04.2025	**13.10. - 18.10.2025**	**07.12. - 12.12.2025**
Ausbildung zum*r **Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen**	Ausbildung Kursleiter*in **Shinrin Yoku; Entspannungs-pädagogik in der Natur (Gruppen und Teams)**	Ausbildung zum*r **Resilienztrainer*in mit dem Schwerpunkt: Achtsamkeit und Resilienz im betriebl. Gesundheitswesen**
Seminarhotel Jakobsberg in Grünberg	**Berggasthof Schotten - Hoherodskopf**	**Seminarhotel Jakobsberg Grünberg**

Dozentin: **Sabine Dörr**

**Bildungsgutscheine*
**Bildungsschecks möglich*

zertifiziert nach SGB III und AZAV durch HZA

SHINRIN YOKU - WALDBADEN

in Grünberg

- Impulsreiche (R)Auszeit
- Achtsamzeit
- Ich-Zeit

*Treffpunkt: Waldparkplatz an der Theo - Koch - Schule in Grünberg

• 27.03.2024	17 bis 20 Uhr	Frühlingshafte Waldentspannung
• 20.06.2024	19 bis 22 Uhr	Abendliche Waldentspannung
• 02.08.2024	19 bis 22 Uhr	Abendlicher Sommerwald "Einfach mal hängenlassen"
• 28.09.2024	14 bis 17 Uhr	Waldbaden Herbstwinde - "Frische Luft und neue Gedanken"
• 23.11.2024	14 bis 17 Uhr	Kühl und Heiß; Waldimpulse und Teezeremonie

SHINRIN YOKU-HERZENSPFADE

Tagesworkshop von 10 - 17 Uhr

im Grünberger Brunnental

- Mit der Kraft der Natur die Selbstheilungskräfte aktivieren
- Neue Wege gehen - Gedankenkarussell stoppen
- Mit Optimismus Herzensthemen angehen

23.03.2024

29.09.2024

VHS in Lich: 3 Tages-Seminar

Resilienz und Achtsamkeit - der Schlüssel zur inneren Balance

- **14.06. - 16.06.2024**
- **29.11. - 01.12.2024**
- **21.03. - 23.03.2025**
- **26.09. - 28.09.2025**

Gruppenevents

auf Anfrage

- **Teambuildung**
- **Prävention**
- **Entspannung**
- **Mentale Stärke**
- **Förderung von**
- **Kindern und Jugendlichen**

Das Leben und die Arbeit wunderbar und wandelbar

Mit Kompetenz und

Sie wünschen sich

- Einen besseren Umgang mit hohen Anforderungen und Erwartungen
- Eine höhere Stressresistenz
- Starke mentale Widerstandskraft
- Mehr Achtsamkeit und Selbstfürsorge
- Ein Mehr an Wohlbefinden
- Einen "Koffer" voll mit Präventions- und Entspannungsmethoden
- Mehr Bewusstsein und Gelassenheit im privaten und beruflichen Leben

...in und mit der Natur..

Mobil 0176 600 188 53

DEINE (R)AUSZEIT

Reloaded Gesundheitsprävention • Coaching

Sabine Dörr

www.reloaded.coach • sabine.doerr@reloaded.coach

Stand 3/2024