

Termine

Vereinbaren Sie gerne Ihren Wunschtermin mit uns.

Ort

Landschaftsinformationszentrum Wasser und Wald Möhnesee e.V., Brünigser Straße 2, 59519 Möhnesee

Treffpunkt: „Wanderparkplatz Günner Hude“ (auch über GoogleMaps zu finden)

Leitung

Nicola Rätsch (Zertifizierte Waldpädagogin)

E-Mail: n.raetsch@liz.de

Zielgruppe

Die „Waldökologie und Gesundheit“-Programme richten sich an alle interessierten Gruppen mit Teilnehmer*innen im Alter von 2 bis 99 Jahren.

Anmeldung

Im Liz Möhnesee, telefonisch unter 02924/84110 oder per E-Mail an post@liz.de.

Kosten

Teilnahmegebühr für Veranstaltungen ab dem „Wanderparkplatz Günner Hude“:
für Kinder/Jugendliche für 90min-Programme 4,50€, für 120min-Programme 5€, für 240min-Programme 6€ und für Erwachsene generell 6,50€. Bei Kinder- und Jugendgruppen sind zwei Erwachsene frei.

Mindestbeiträge für Kleingruppen: Kita 65€, Schulklassen 75€, Erwachsenengruppen: 85€.
Der Wochenendzuschlag beträgt 25€.

Anfahrt

Informationen zur Anreise zum Liz finden Sie unter:

<https://www.liz.de/startseite>



Impressum

Landschaftsinformationszentrum (Liz)

Wasser und Wald Möhnesee e.V.

Bildmaterial: Kinder im Laub: jasmin-schlimm-thierjung.de, Waldboden: wildbret.de, Wald: Liz

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier/Blauer Engel



Neue Liz-Programme: „Waldökologie und Gesundheit“



Es handelt sich um ein von der SUE NRW gefördertes Projekt.



„Waldökologie und Gesundheit“

Das Thema „Wald und Gesundheit“ ist gerade in heutiger Zeit mit der hohen medialen Überreizung, ständiger Erreichbarkeit, wenig Bewegung sowie einem hohen Stresslevel ein wichtiges Thema für viele Menschen.

Viele Kinder leiden schon unter den genannten Faktoren und zeigen bereits früh Verhaltensauffälligkeiten und Gesundheitsprobleme.

Der Wald bietet viele gesundheitsfördernde Ressourcen. So ist er ein Erlebnis- und Bewegungsraum, fordert und fördert die Sinneswahrnehmungen, bietet gesunde Nahrungsquellen und kann auch als Entspannungs- und Erholungsraum dienen.

Lernen Sie mit unseren Aktionen diese tollen Eigenschaften besser zu nutzen!

Unsere neuen „Waldökologie und Gesundheit“-Programme:

Plitsch platsch, ist Wasser nur nass? (Kita, 90 min.)

Forschend entdecken wir mit allen Sinnen das Element Wasser an einem Waldbach. Wir untersuchen, was dort alles los ist und welche Rolle der Boden für das Wasser spielt. Auch wird spielerisch erkundet, wie der Wasserkreislauf funktioniert und welche Bedeutung das Wasser für die unterschiedlichen Lebewesen und für die Gesundheit von uns Menschen hat.
Los geht's - hinein ins kühle Nass!

Voll dabei mit allen Sinnen (Kl. 1-2, 90 min.)

Mit allen Sinnen, so wie Maxi Maulwurf und Uli Uhu, erkunden wir den Wald. Wir erforschen, indem wir genau hinhören, hinsehen und erfühlen, was uns im Wald umgibt. Auch erfahren wir, wie sich Tiere und Menschen an ihre Umgebung angepasst haben. Doch Achtung, unsere Sinne sind sehr empfindlich und überall lauern Gesundheitsgefahren. Lasst uns etwas dagegen tun!

Der Wald hält uns gesund (Kl. 3-4, 150 min.)

Hier wird gebaut, gelaufen, wahrgenommen und entschleunigt, was das Zeug hält. Der Wald unterstützt uns tagtäglich dabei gesund und fit zu bleiben, was Ihr erkennt, wenn wir den Wald gemeinsam genauer unter die Lupe nehmen!
Lasst Euch im Wald begeistern und überraschen!

Mein Freund der Baum (Sek I, Kl.5-7, 120 min.)

Oft sehen wir den Wald vor lauter Bäumen nicht... Damit das nicht so bleibt, finden wir in einem tollen Baum einen neuen Freund, mit dem wir gemeinsam einige Abenteuer bestehen. Was haben die Bäume eigentlich mit uns Menschen zu tun und wie unterstützen sie alle Lebewesen auf der Erde? Kommt mit, um diese und viele weitere spannende Fragen zu klären!

Die Sonne – der Ursprung allen Lebens (Sek I, Kl.8-10, 120 min.)

Die Bedeutung der Sonne für die Stoffkreisläufe des Waldes, wer genau daran beteiligt ist und welchen Nutzen dies für Tiere und Pflanzen hat, wird in den unterschiedlichen Waldaktionen untersucht. Auch die Rolle des Menschen, Gesundheitsgefahren für Wald und Mensch, sowie deren Vermeidung, werden betrachtet.
Seid dabei und werdet bessere Waldversteher!

Im Kreislauf der Natur (Sek II, Kl.11-13, 150 min.)

Wir erkunden praktisch unterschiedliche Waldfunktionen und erfahren Vieles über deren Auswirkungen auf uns Menschen und unsere Gesundheit. In einer Gruppenarbeit werden Themen wie z.B. CO₂-Speicherfähigkeit von Bäumen und Nahrung aus dem Wald erarbeitet. Dabei verstehen wir, wie wir mit unserem Handeln unsere Gesundheit und unsere Erde schützen können. Werdet aktiv!

Der Arnsberger Wald wirkt (Erwachsene, Senioren, 120 min.)

Dass der Wald den Menschen guttut, ist seit Jahrhunderten bekannt. Warum dies so ist, wird in dieser Aktion erlebt und auch wissenschaftlich untermauert. Es werden unterschiedliche Methoden vorgestellt, im Wald gemeinsam aktiv zu sein, damit Krankheiten vorzubeugen und dem persönlichen Wohlbefinden Gutes zu tun.
Los geht's - der Arnsberger Wald wartet auf Sie!