

# 1. WALDNESS®.Destination Europas



KinderUniAlmtal & WALDNESS® im Almtal – Wald.Aktiv.Programm für begleitende Eltern, Großeltern ... und für alle, die die heilsame Wirkung des Waldes erleben möchten

Treffpunkt für alle Programmpunkte: 9:00 Uhr – pünktlich - NMS Scharnstein  
WALDNESS®.Infostand

Dauer der Programmpunkte : 9:15 – 11:45 Uhr

Kosten: 10,00 Euro pro Veranstaltung,

Zahlungsmöglichkeit: Bar vor Ort (bitte genauen Betrag mitbringen)

Ausstattung: Bequeme wetterfeste Kleidung und bequeme rutschfeste Schuhe.

Das Wald.Aktiv.Programm für Erwachsene findet nur bei Schönwetter statt.

## Anmeldung:

Tourismusverband Traunsee-Almtal

Tourismusbüro Almtal

Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal

Tel.: +43 7616 8268

E-Mail: [waldness@traunsee-almтал.at](mailto:waldness@traunsee-almтал.at)

Maximale TN-Zahl pro Programmpunkt: 20 Teilnehmer



Tourismusverband  
Almtal-Salzkammergut  
+43 7616 / 8268

# 1. WALDNESS®.Destination Europas



*Schmecktakuläres Almtal präsentiert seinen Themenschwerpunkt: „Net Fisch, net Fleisch“ bei seinen Partnerbetrieben:*

- 1. WALDNESS®.Ressort Hochberghaus – Grünau im Almtal/Kasberg  
[www.hochberghaus.at](http://www.hochberghaus.at)  
täglich geöffnet
  - WALDNESS®.Resort Romantikhotel Almtalhof – Grünau im Almtal  
[www.almталhof.at](http://www.almталhof.at)  
Täglich abends geöffnet, Freitag, Samstag und Sonntag auch mittags geöffnet
  - D'EInkehr am Fluss –Grünau im Almtal  
[www.deinkehr.at](http://www.deinkehr.at)  
Donnerstag Ruhetag
  - Gasthof Forellenhof Wieselmühle –Grünau im Almtal  
[www.wieselmuehle.at](http://www.wieselmuehle.at)  
täglich geöffnet
  - Bierhotel Ranklleiten – Pettenbach  
[www.ranklleiten.com](http://www.ranklleiten.com)  
Freitag Ruhetag
- Weitere Informationen auf [schmecktakulaeres.almтал.at](http://schmecktakulaeres.almтал.at)



Tourismusverband  
Almtal-Salzkammergut  
+43 7616 / 8268

# 1. WALDNESS®.Destination Europas



## Forschen im Almtal

Die Verhaltensbiologin Didone Frigerio hat mit ihrem Team die App „Forschen im Almtal“ entwickelt. Mit dieser können Kinder, Jugendliche und Erwachsene ohne Vorwissen Teil der wissenschaftlichen Forschung werden. ([www.tips.at](http://www.tips.at))

**WALDNESS®.Tipp:** Die App lässt sich am besten bei einem Besuch des Cumberland Wildparks testen!

Die App ist über Google Play und im App Store kostenlos verfügbar:

(„Forschen im Almtal“ , Spotteron)

Citizen Science Projekt der Konrad-Lorenz-Forschungsstelle KLF

<https://klf.univie.ac.at/de/citizen-science/>

Der Cumberland Wildpark Grünau ist täglich von 9:00 bis 17:00 geöffnet:

[www.wildparkgruenau.at](http://www.wildparkgruenau.at)



Tourismusverband  
Almtal-Salzkammergut  
+43 7616 / 8268

# 1. WALDNESS®.Destination Europas



Mittwoch 10. Juli 2019  
WALD.Wyda am Almfluss mit  
WALDNESS®Coach Kerstin Diensthuber

Bei einer geführten Waldbaderoute am Almfluss gibt es eine Einführung in das Joga der Kelten. Wyda nennt sich diese ganzheitliche Bewegungslehre, bei der Geist, Körper und Seele eine Einheit bilden. Übersetzt bedeutet Wyda - durch den Schleier gehen.

Wyda stellt einen Weg dar, der mit den keltischen Druiden in Verbindung gebracht wird und in den Kneipp-Curhäusern (Bad Kreuzen und Bad Mühlacken) fachlich fundiert aufgearbeitet wurde und wird.

Heute wird Wyda angewandt, um Reizüberflutungen und die Hektik des Alltags hinter sich zu lassen. In diesem Kurzseminar lernen Sie einfach und sofort anwendbare Übungen, die die Wahrnehmung schärfen und das Konzentrationsvermögen verbessern können.



Tourismusverband  
Almtal-Salzkammergut  
+43 7616 / 8268

# 1. WALDNESS®.Destination Europas



Donnerstag 11. Juli 2019  
Vormittag in der Waldschule mit  
WALDNESS®Meister und Oberförster  
Fritz Wolf

Oberförster und Jäger Ing. Fritz Wolf vermittelt mit Feingefühl und Verantwortung die vielfältigen positiven Auswirkungen von Wald auf uns Menschen.

Fritz Wolf betreibt die Almtaler Waldschule gemeinsam mit seinem Sohn Christoph Wolf und ist zertifizierter Waldpädagoge und Ausbilder von mehr als 1000 Waldpädagogen in Österreich und Deutschland, Sensenmählehrer, Natur-, Landschafts- und Almführer und österreichischer Waldbotschafter. Er gewährt Einblick in die hohe Kunst der Waldbewirtschaftung, die aufgrund ihrer Tradition nicht vom Naturschutz spricht, sondern über Generationen zeigt, wie Umwelt und Ökonomie in beispielhafter, herzeigbarer Weise praktiziert werden.

Eine intensive Naturzeit im Wald.

Ein Programm im Rahmen von Naturschauspiel.at



Tourismusverband  
Almtal-Salzkammergut  
+43 7616 / 8268

# 1. WALDNESS®.Destination Europas



Freitag 12. Juli 2019  
WALD.Kneippen und Waldbaden  
mit WALDNESS®Coach Maria Hageneder

Beim Waldbaden am wunderschönen Almfluss lernen Sie die 5 Säulen von Kneipp (Wasser, Pflanzen, Bewegung, Lebensordnung, Ernährung) kennen und anwenden.

Ein Programm im Rahmen von Naturschauspiel.at

*Waldbaden* (Shinrin-yoku), meistens übersetzt als Einatmen der gesunden Waldatmosphäre während eines Waldspaziergangs, ist in Japan seit mehr als 20 Jahren Teil eines gesunden Lebensstils. Der Aufenthalt im Wald wirkt auf vielen Ebenen positiv auf unsere Gesundheit: das Immunsystem wird gestärkt, Stresshormone werden abgebaut und die Schlafqualität verbessert sich.

Informationen zum buchbaren  
WALDNESS®.Aktivurlaub finden Sie unter:  
[www.waldness.at](http://www.waldness.at)



Tourismusverband  
Almtal-Salzkammergut  
+43 7616 / 8268