



Bewerbung "Wald + Kirche – nachhaltig und spirituell"

Schicken Sie uns Ihre Bewerbung gerne in digitaler Form per E-Mail an: waldpreis@ekkw.de.

Für postalische Einsendungen gilt die Adresse: Landeskirchenamt der EKKW
Dezernat für Bau und Liegenschaften
Wilhelmshöher Allee 330
34131 Kassel

Ihre Rückfragen richten Sie bitte gleichfalls an: waldpreis@ekkw.de.

Einsendeschluss ist der 30. September 2022 (Datum des E-Mail-Eingangs bzw. des Poststempels)

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Allgemeine Angaben zur Bewerbung

Name des/der Bewerbers*in
Evangelische Kirchengemeinde Weißenborn
Ansprechpartner*in
Pfarrer Rüdiger Pütz
Adresse
Schulstraße 2, 37299 Weißenborn
Telefon
05659-611
Fax

Mail
ruediger.puetz@ekkw.de
WWW



Das Projekt/die Initiative

Name des Projektes/der Initiative
"Wald erfahren – mit allen Sinnen"

Leiter*in/Verantwortliche*r des Projektes/der Initiative
Ludger Arnold, Karl-Ulrich Körstel, Rüdiger Pütz

Ort des Projektes/der Initiative
"Waldtherapiezentrum" Weißenborn

Geschätzte Gesamtkosten des Projektes/der Initiative
Keine Kosten

Seit wann gibt es Ihr Projekt/Ihre Initiative, wie ist der derzeitige Stand und wie lange soll es dauern?
Die Idee stammt aus dem Jahr 2018 und wird seit 2019 umgesetzt.
Sie ist auf dauerhafte Umsetzung angelegt

Wer ist an dem Projekt/der Initiative beteiligt? (z. B.: Engagierte; Hauptamtliche; Kooperationspartner)
Beteiligt und engagiert sind neben der Kirchengemeinde, die von Anfang an eingebunden war, die Gemeinde Weißenborn, der Heimatverein Weißenborn, Hessenforst, 'Waldbademeister' Karl-Ulrich Körstel und der Waldbesitzer.

Wie wird Ihr Projekt/Ihre Initiative finanziert? (z. B.: Spenden; Kollektenmittel)
Die kirchlichen Veranstaltungen bzw. die Veranstaltungen in Kooperation wurden und werden ehrenamtlich durchgeführt.



Grundidee und Konzept des Projekts/der Initiative // ca. 2400 Zeichen

Das Projekt der Kirchengemeinde "Wald erfahren -mit allen Sinnen" entstand in enger Anlehnung und Abstimmung mit der Gemeinde Weißenborn als hier die Idee aufkam, in einem Waldstück in Ortsnähe eine Möglichkeit zu schaffen, WALD bewusster zu erleben.

Es sollte eine Gelegenheit geschaffen werden, durch „Möblierung“ mit einfachen Sitzgelegenheiten und Liegen am Ort zu verweilen und den Wald mit all seinen Sinneseindrücken aufzunehmen: das Blätterrauschen, das leise Rascheln der Ameisen auf ihrem Bau, den Himmel mit ziehenden Wolken oder auch die unterschiedlichen Eindrücke beim Befühlen der Baumrinden.

Unter Anleitung eines „Waldbademeisters“, Karl-Ulrich Körstel ist Kursleiter für Waldbaden und Achtsamkeit im Wald, gibt es die Möglichkeit, diese Erfahrungen zu vertiefen und in Gruppen zu erleben. Für die Region kam hinzu, dass durch die Trockenheit und den Borkenkäferfraß große Fichtenbestände abgestorben sind und gefällt werden mussten. Dies war und ist vor dem Auftrag zur „Bewahrung der Schöpfung“ ein herausragendes und forderndes Thema für die Kirchengemeinde,

Daraus entstand die Idee diesen Ort – „Waldtherapiezentrum“ – mit zu benutzen.

Die „Schöpfung bewusst zu erleben, um sie zu bewahren“ war Ziel und Aufgabe zugleich. Daraus ergaben sich in den Gesprächen im Kirchenvorstand und mit den Kooperationspartnern verschiedene

Veranstaltungsformate, die entweder hauptsächlich von der Kirchengemeinde verantwortet werden (Gottesdienste, Konfitage, u.a.) unter Einbeziehung der Partner oder Beteiligung der Kirchengemeinde bei Veranstaltungen der Koop-partner (z.B.. „Waldbaden“ des Evang. Forum Werra-Meißner, Andacht zur Hüttenwanderung, „Waldbaden“ für die Dorfsenioren, u.a.).

Durch die gute Zusammenarbeit mit dem zuständigen Revierförster war immer auch die fachliche Beratung gesichert, um die notwendigen Erklärungen für Biotopzusammenhänge geben zu können.

Besonders wichtig war und ist allen Beteiligten die Nachhaltigkeit des Projektes, das heißt, dass es auf Dauer angelegt ist!



Informationen zum Projekt/zur Initiative // pro Frage 800 Zeichen

Welche Kontaktflächen bietet Ihr Projekt/Ihre Initiative im Hinblick auf die vielfältigen Themen, Leistungen und Herausforderungen des Ökosystems Wald?

Durch die unterschiedlichen Veranstaltungsformate: z.B. - Gottesdienste am / im Wald, - offene oder gezielte „Waldbadeangebote“ (für die Seniorenbewegung Weißenborn, die KiGa-Teams Weißenborn und Sontra, Ergotherapiepraxis, Evang. Forum Werra-Meißner), Konfirmandentage - werden ganz viele verschiedene Menschen angesprochen, sich vertieft mit Aspekten des Themas „Wald“ zu beschäftigen. Durch Hessen-Forst und den Geo-Naturpark FrauHolleLand werden die Themen fachlich unterstützt und auch weit gestreut. Da es insgesamt auf Dauer angelegt ist, bemühen wir uns „Traditionen“ zu schaffen – etwa durch einen jährlichen Gottesdienst „beim Waldbaden“. Dadurch, dass das „Waldtherapiezentrum“ gut erreichbar, ausgeschildert und frei zugänglich ist, wird es sehr häufig von Spaziergängern genutzt – besonders die „Möblierung“ erdret sich großer Beliebtheit. So wird ein vertiefter Zugang, eine größere Aufmerksamkeit – ganz nebenbei – erreicht.

Inwiefern gestalten Sie in Ihrem Projekt/Ihrer Initiative Elemente einer Bildung für nachhaltige Entwicklung im Themenfeld Wald und Forst?

Die Themen von BNE spielen in allen Veranstaltungen in unterschiedlichen Darstellungsformen eine wichtige Rolle und stellen immer den sachlichen Hintergrund dar. Besonders bei Jugendlichen steht der Bildungsauftrag eher im Vordergrund – immer unterstützt durch den Spaß an der Natur, in der Natur.

Zuletzt im September wurde für die Konfirmanden des Kooperationsraumes Herleshausen-Ringgau-Weißenborn ein Konfi-Studentag durchgeführt in der leitenden Kooperation von Pfr. Rüdiger Pütz, Revierförster Eckhard Rogée (HessenForst), Karlo Wieditz, Datterode (Berufsschullehrer und Initiative „Kinder- und Jugendwald Datterode“) und Ludger Arnold (Studiendirektor i.R.). Durch eine Lehrerfortbildung an der Adam-von-Trott Schule in Sontra wurden weitere Multiplikatoren erreicht.

Welche Zugänge zu spirituellem Erleben ermöglicht Ihr Projekt/Ihre Initiative?

Welche neuen Wege zur Förderung der Ausstrahlung kirchlichen Wirkens sollen erschlossen werden?
„Waldbaden“ bietet einen neuen spirituellen Zugang, das Thema Wald und die Bedeutung der Schöpfung intensiv zu begreifen und wahrzunehmen. Durch unterschiedliche Übungen kann so der Aufenthalt im Wald Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen und Senioren Naturerfahrungen vermitteln, die dazu beitragen, die Schöpfungs- und Verantwortungsthematik zu erleben. Die dabei entwickelte Haltung der gesteigerten Aufmerksamkeit und Achtsamkeit führt zu vertiefter Selbsterkenntnis und zu neuen Erfahrungen und Erkenntnissen im Umgang mit der Natur.

In welcher Weise fördert Ihr Projekt/Ihre Initiative Kooperation und Engagement? Wie verwirklicht es darin den Grundsatz der Gemeinwesenorientierung?

Da das „Waldtherapiezentrum“ von der Gemeinde und dem Heimatverein Weißenborn getragen wird, sind alle Veranstaltungen hier immer für das gesamte Gemeinwesen angelegt (und durch Gäste auch darüber hinaus). Die enge Kooperation bei allen Veranstaltungen kann nur durch das Engagement mehrerer geleistet werden: vom Transport der notwendigen Tische und Bänke über die Zubereitung eines Imbiss bis zur Mitgestaltung der Gottesdienste.

Waldbadeübungen sind geeignet, gruppodynamische Prozesse und vor allem das aktive Miteinander zu fördern.

Wie motiviert Ihr Projekt/Ihre Initiative, den Wald in seiner Bedeutung und Vielfalt wahrzunehmen? Wie erzielt es kontextbezogen eine möglichst große Ausstrahlung in die Öffentlichkeit?

Die Termine und Veranstaltungen werden jeweils durch Flyer, Hinweise im Gemeindebrief, Ankündigungen in der Heimatzeitung und den Internetauftritt der Gemeinde Weißenborn bekannt gemacht.

Dabei wird darauf geachtet, dass sowohl in den Ankündigungen als auch in der Berichterstattung die Inhalte klar beschrieben und erläutert werden. Damit ist jeder Bericht auch eine Darstellung von Zusammenhängen des Ökosystems Wald und seiner Bedeutung.

Eine weitere Motivationsmöglichkeit wird genutzt durch Infostände: z.B. bei der Hüttenwanderung und bei der am 2. Oktober bevorstehenden Jubiläumsveranstaltung „50 Jahre Gemeinde Weißenborn“ .

Dabei wird im direkten Gespräch informiert und eingeladen!



Zusätzlich zum Formular eingereichte Unterlagen:

(Dateien größer als 10 MB stellen Sie uns möglichst über einen Download-Link zur Verfügung, senden uns diese über WeTransfer [max. 2 GB kostenlos versendbar] oder ähnliche Dienste oder schicken uns eine DVD mit kopierfähigen Dateien. Fotos bitten wir nach Möglichkeit in digitaler Form einzureichen, vorzugsweise im jpg-Format.)

Hier bitte Zahl und Art der Anlagen (z.B. 2 Zeitungsartikel, 5 Fotos, 2 Flyer) und ggf. einen Download-Link eintragen:

| |
|---|
| 7 Zeitungsartikel |
| 7 Gemeindebriefbeiträge |
| 1 Liedzettel |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |
| Klicken oder tippen Sie hier, um Text einzugeben. |

Einverständnis zur Verwendung von Texten und Bildmaterial / Teilnahmebedingungen Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Mit der Einreichung Ihrer Bewerbungsunterlagen erklären Sie sich einverstanden, dass im Falle einer Auszeichnung Texte und Bildmaterial Ihrer Bewerbung für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit im Zusammenhang mit der Vergabe des Wald-Preises zeitlich unbegrenzt in Online- und Offline-Medien verwendet werden dürfen oder zur Gestaltung von Werbematerial für den Wettbewerb (wie z. B. Flyer) verwendet werden dürfen. Texte können von der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck zum Zwecke der Veröffentlichung redaktionell überarbeitet werden.

Einwilligung abgebildeter Personen

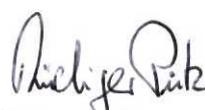
Wenn Sie uns Filme oder Fotos zusenden, auf denen Personen wiedererkennbar abgebildet sind, gehen wir davon aus, dass Sie die Einwilligung der abgebildeten Personen eingeholt haben, dass die Fotos/Filme wie oben beschrieben durch uns verwendet werden dürfen. Vergleichbares gilt für Audioaufnahmen.

Die von Ihnen bei der Bewerbung angegebenen Daten werden von der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck zur Durchführung des Wald-Preises verwendet. Mehr Informationen zu Erhebung und Verarbeitung Ihrer Daten durch uns erhalten Sie unter waldpreis@ekkw.de.

Mit der Einreichung Ihrer Bewerbungsunterlagen erkennen Sie die Teilnahmebedingungen des Wald-Preises an.

Weißenborn, den 29. September 2022

Ort, Datum


Unterschrift



Besinnlich

Waldbaden soll bald
in Weißenborn möglich sein

Seite 16



www.lokalo24.de ■ ESW_16 **MARKT**

27.03.2019

Erstes Waldbaden

Weißenbörner und Rambacher beim Schnuppertag

■ **Weißenborn.** Nur Weißenbörner und Rambacher waren zum ersten Waldbaden mit Volker Mehl eingeladen. Bei recht kaltem aber trockenem Wetter fanden 20 Interessierte den Weg zum ersten BADE - Schnuppertag in den Wald von Ludger Arnold auf den Rinkenberg.

„An dieser Stelle herzlichen Dank für das zur Verfügung stellen des Waldstücks über

zen jedes Jahr die angelegten Wege des Nationalen Erholungswaldes von Akasawa. Südkorea legt Forest Bath Parks in der Nähe von Städten an, und im hügeligen Norden entstanden fünf große Natural Recreation Forests. Nun entsteht solch eine Erholungsraum auch in Weißenborn, denn Waldbaden ist nicht nur eine Trendercheinung, sondern wird zukünftig

Es soll verschiedene Angebote rund um das Thema Wald und Entschleunigung geben, dafür werden eigens Bewohner/innen aus dem Dorf von Volker Mehl als Waldbademeister/in und Entschleunigungsbegleiter ausgebildet. Der voraussichtlich nächste Termin am 16. Juni wird öffentlich beworben und dort werden dann auch Interessierte aus nah fern herzlich



Zum ersten Schnuppertag „Waldbaden“ waren nur Weißenbörner und Rambacher eingeladen.

Foto: Privat

einen Gestattungsvertrag zur beidseitigen Absicherung“, sagt Bürgermeister Thomas Mäurer.

Shinrin-yoku ist japanisch für Wald(luft)bad. Das japanische Landwirtschaftsministerium führte Shinrin-yoku schon Anfang der achtziger Jahre ein und förderte ein millionenschweres Forschungsprogramm, um die medizinische Wirkung des Waldbadens nachzuweisen. Vor zwölf Jahren eröffnete dann das erste Zentrum für „Waldtherapie“, und japanische Universitäten bieten inzwischen eine fachärztliche Spezialisierung in „Waldmedizin“ an. Bis zu fünf Millionen Japaner nut-

ein fester Bestandteil ganzheitlicher Therapien sein. Davon sind Bürgermeister Thomas Mäurer und Ayurveda Therapeut und Buchautor Volker Mehl überzeugt.

willkommen sein. Um die Investitionen in Liegen, Wegweiser und Hinweisschilder leisten zu können, werden aktuell Förder- und Stiftungsgelder angefragt.



Waldbaden soll künftig Bestandteil ganzheitlicher Therapien sein

Foto: Privat

Der Entschleunigungswald ist eröffnet

Weißenborn – In der heutigen schnelllebigen Zeit fällt es vielen Menschen schwer, ausreichend zu entspannen. Doch nur wer sich regeneriert, kann auch innovativ sein und etwas leisten. Um dazu einen Beitrag zu erbringen, gibt es in der Gemeinde Weißenborn nun die Möglichkeit des Waldbadens. „Dem Wald und der Natur muss mit deutlich mehr Respekt begegnet werden, denn der Wald ist essentiell für den Menschen, für die Sauerstoffproduktion und auch als Nahrungs- und Rohstoffquelle“, sagt Volker Mehl, Buchautor, Ayurveda-Koch und Konzeptgeber für die Entschleunigungsregion. Betrete man den Wald, tauche man in eine besondere Atmosphäre ein – und diese könne als Erholungsraum und zur Heilung nachweislich genutzt werden, erklärt Volker Mehl.

Der weitgereiste Mehl initiierte das Weißenbörner Projekt. Der „Erstkontakt“ erfolgte im Jahr 2011, als Mehl einen Kochkurs in Weißenborn anbot. „Die Idee mit dem Waldbaden schließlich konkretisierte sich in 2016.

Früher wurde so etwas eher belächelt, aber mittlerweile ist die Wirkung wissenschaftlich belegt“, erklärt Bürgermeister Thomas Mäurer, der allen Helfern und Förderern einen großen Dank ausspricht. Um das Projekt auf den Weg zu bringen, musste zunächst ein passendes Grundstück gefunden werden. Ludger Arnold aus Weißenborn hatte für das Vorhaben die passende Waldfläche, und mit der Unterzeichnung eines Gestattungsvertrags wurde dieses genehmigt. Für die Umsetzung des Projekts wurde der Heimatverein Weißenborn unter der Leitung von Gerd Morgenthal beauftragt. Mittlerweile ist der Heimatverein auch der Träger für das Waldtherapiezentrum Weißenborn. Jeder ist willkommen, den Entschleunigungswald einmal selbst auszuprobieren. Zu finden ist die Fläche nahe dem Parkplatz zwischen Weißenborn und dem Schlierbachswald auf dem Bergchlösschen. Hinter einer eigens aufgestellten Informationstafel befinden sich mehrere Liegen, auf denen entspannt werden kann. Die Tafel selbst liefert Informationen zum Waldbaden und eine Kurzanleitung zur Atemmeditation. Finanziert und gefördert wurde das Projekt von der Sparkassen-Stiftung. „Das ist ein ganz besonderes Projekt und darf nicht kommerziell sein,

Seite 47

sondern es ist für jeden da“, sagt Andrea Stöber. Auch die Sparkasse Werra-Meißner

zeigte sich begeistert von der Idee und unterstützte das Projekt finanziell.

Von Esther Junghans – Werra Rundschau



EXTRA **KURZ**

Waldbad in Weißenborn

Weißenborn. Am Samstag, 31. August, ab 14 Uhr wird in Weißenborn der Entschleunigungswald eröffnet. Bis 17 Uhr sind stündlich verschiedene Aktionen angebo-

ten. Weißenborn und dem Schlierbach, oder man fährt von der Männerwerkstatt an der Kirche mit einem Shuttle Bus zum Entschleunigungswald.

Ausgangspunkt ist entweder direkt vor Ort am Parkplatz „Bergschlösschen“ zwischen

An der Männerwerkstatt gibt es Gegrilltes, gesunde Suppen, Getränke und Gespräche.

Einen Ort der Erholung geschaffen

Entschleunigungswald bei Weißenborn ist eröffnet

Weißenborn – In der heutigen schnelllebigen Zeit fällt es vielen Menschen schwer, ausreichend zu entspannen. Doch nur wer sich regeneriert, kann auch innovativ sein und etwas leisten. Um dazu einen Beitrag zu erbringen, gibt es in der Gemeinde Weißenborn nun die Möglichkeit des Waldbadens.

„Dem Wald und der Natur muss mit deutlich mehr Respekt begegnet werden, denn der Wald ist essentiell für den Menschen, für die Sauerstoffproduktion und auch als Nahrungs- und Rohstoffquelle“, sagt Volker Mehl, Buchautor, Ayurveda-Koch und Konzeptgeber für die Entschleunigungsregion. Betrete man den Wald, tauche man in eine besondere Atmosphäre ein – und diese könne als Erholungsraum und zur Heilung nachweislich genutzt werden, erklärt Volker Mehl. Der weitgereiste Mehl initiierte das Weißenbörner Projekt. Der „Erstkontakt“ erfolgte im Jahr 2011, als Mehl einen Kochkurs in Weißenborn anbot. „Die Idee mit dem Waldbaden schließlich



Sind begeistert: Ursel Mäurer, Elfriede Born, Marion Gläser, Sieglinde Schneider und Astrid Wagner-Pütz bei der Waldbad-Premiere in Weißenborn.

FOTO: ESTHER JUNGHANS

spannt werden kann. Die Tafel selbst liefert Informationen zum Waldbaden und eine Kurzanleitung zur Atemmeditation.

Finanziert und gefördert wurde das Projekt von der Sparkassen-Stiftung. „Das ist ein ganz besonderes Projekt und darf nicht kommerziell sein, sondern es ist für jeden da“, sagt Andrea Stöber. Auch die Sparkasse Werra-Meißner zeigte sich begeistert von der Idee und unterstützte das Projekt finanziell.

Weitere Bilder zu diesem Thema finden Sie unter [werra-rundschau.de](#)

Umsetzung des Projekts wurde der Heimatverein Weißenborn unter der Leitung von Gerd Morgenthal beauftragt. Mittlerweile ist der Heimatverein auch der Träger für das Waldtherapiezentrum Weißenborn.

Jeder ist willkommen, den Entschleunigungswald einmal selbst auszuprobieren. Zu finden ist die Fläche nahe dem Parkplatz zwischen Weißenborn und dem Schlierbachswald auf dem Bergschlösschen. Hinter einer eisernen Absperrung befindet sich ein Informationsstand, auf dem Sie liegen, auf denen ent-

konkretisierte sich in 2016. Früher wurde so etwas eher belächelt, aber mittlerweile ist die Wirkung wissenschaftlich belegt“, erklärt Bürgermeister Thomas Mäurer, der allen Helfern und Förderern einen großen Dank ausspricht.

Um das Projekt auf den Weg zu bringen, musste zunächst ein passendes Grundstück gefunden werden. Ludwig Arnold aus Weißenborn hatte für das Vorhaben die passende Waldfläche, und mit der Unterzeichnung eines Gestattungsvertrags wurde dieses genehmigt. Für die

WERRA RUNDschau
22.08.2019

Ein inspirierendes Erlebnis: Das Waldtherapiezentrum in Weißenborn

Die Sehnsucht nach Natur, Ruhe und Frieden wird gestillt



Weißenborn. Seit Spätsommer 2019 hat die Gemeinde Weißenborn einen Anziehungspunkt mehr: Das Waldtherapiezentrum lädt dazu ein, die Sehnsucht nach Natur, Ruhe und Frieden zu stillen. Auf die Idee gekommen, solch einen Ort zu schaffen, war der preisgekrönte Buchautor und bundesweit bekannte Ayurvedakoch Volker Mehl. Er beschäftigt sich mit den Themen Entschleunigen, Auszeiten nehmen und Regeneration. Der Weitgereiste fand in Weißenborn ein Stück Wald, das die optimalen Voraussetzungen für ein Waldtherapiezentrum mitbrachte. Ludger Arnold, Eigentümer des Waldstückes auf dem Rinkenberg, gefiel die Idee. Er befürwortete die Nutzung, ein Gestattungsvertrag wurde abgeschlossen. Und auch Bürgermeister Thomas Mäurer war von

Anfang an begeistert, ein Waldtherapiezentrum entstehen zu lassen. Finanzielle Unterstützung leistete die Sparkassenstiftung Werra-Meißner. So schloss sich der Kreis, es konnte losgehen. Seit September letzten Jahres zieht es viele Menschen hierher: Holzlegen laden zum Entspannen ein. Auf einer Tafel wird beschrieben, was Waldbaden ist, welche Wirkung dieses Naturerlebnis hat und es gibt eine kleine geführte Atemmeditation. Erkenntnisreich stellen viele Besucherinnen und Besucher fest, dass dem Wald und der Natur mit deutlich mehr Respekt begegnet werden muss. Er ist essentiell für den Menschen, für die Sauerstoffproduktion und auch als Nahrungs- und Rohstoffquelle von großer Bedeutung. Wer den Wald betritt, taucht ein in eine



besondere Atmosphäre. Ob und wie dieser Erholungsraum zum persönlichen Wohlbefinden beiträgt oder sogar Selbstheilungskräfte in Gang setzt, das muss jeder für sich selbst herausfinden.

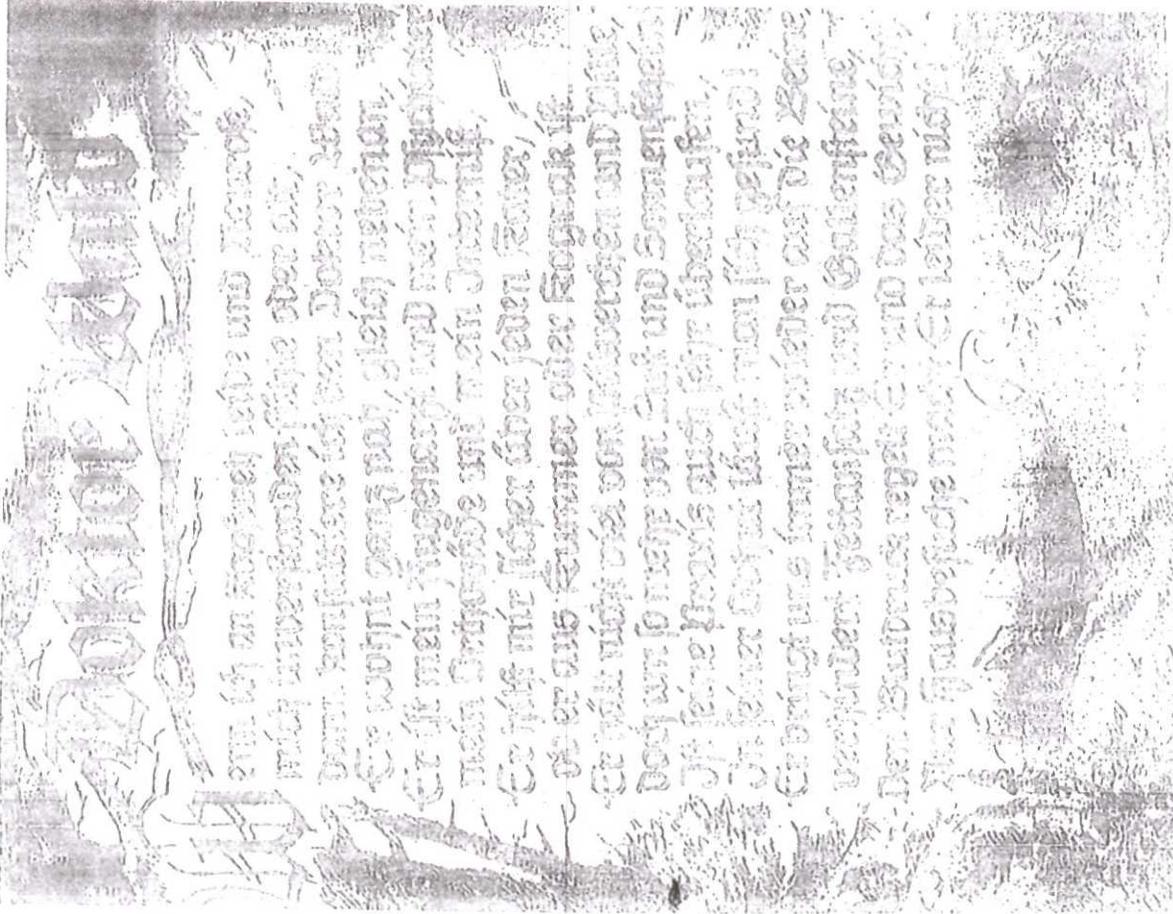
Das japanische Landwirtschaftsministerium führte Shinrin-yoku schon Anfang der achtziger Jahre ein und förderte ein millionenschweres Forschungsprogramm, um die medizinische Wirkung des Waldbadens nachzuweisen. Vor zwölf Jahren eröffnete dann das erste Zentrum für „Waldtherapie“, und japanische Universitäten bieten inzwischen eine fachärztliche Spezialisierung in „Waldmedizin“ an. Bis zu

fünf Millionen Japaner nutzen jedes Jahr die angelegten Wege des Nationalen Erholungswaldes von Aka-sawa. Südkorea legt Forest Bath Parks in der Nähe von Städten an, und im hügeligen Norden entstanden fünf große Natural Recreation Forests.

Der bekannte Buchautor und Ayurveda Koch Volker Mehl führt gelegentlich in das Waldbaden, in die Meditation, in die Kraft des Waldes und in die Bewegung im Wald ein. Nähere Informationen und die Seminarangebote von Volker Mehl erhalten Sie unter: www.volker-mehl.de oder Tel: 05659-302



... ein besonderes Fundstück!!



Ich an Kochbuch Leibe und Ziererei,
Nicht anderhanden Süße oder Süß,
Denn Konfektüre ist von Doktor Adam,
Er wohnt ganz nah, gleich nebenan,
Er ist mein Jugendarzt und mein Pfandkater,
Mein Arztwunde mit mein Juchzruf,
Er hilft mir Löcher über jeden Keimer,
Ob er aus Kummer oder Regenak ist,
Er hält nicht viel von Mäheren und Mühe,
Doch um so mehr von Gut und Samenfaß,
Ist seine Hezys auch sehr überlaufen,
In seiner Dofur läßt man sich gesund!
Er bringt uns immer wieder auf die Zeme,
Verhindert Festschlag und Gudenfene,
Den Baudruck regelt Er und das Geuich,
Zus Sprachbafche mach Er leider nicht!

Beim Aufräumen von älteren Unterlagen fand sich ein Gedicht, das Frau Lischewski der „Chronikgruppe“ als Kopie hatte zukommen lassen, das aber nicht für die Chronik verwendet wurde.

Gerade in diesen Zeiten macht es uns aber darauf aufmerksam, dass wir das Glück haben, den „Dr. Wald“ vor der Haustür zu haben und damit die Möglichkeit, die Kräfte der Natur zu genießen und dabei selbst Kraft zu schöpfen!! Spaziergänge in der Natur sind gerade nicht verboten !!

Das Gedicht wird meistens ohne Autorenangabe dargestellt; deshalb habe ich ein wenig gesucht und herausgefunden, dass es 1986 von dem Förster Helmut Dagenbach (13.12.1929 - 03.10.2013) geschrieben und veröffentlicht wurde.

Man sieht also, dass der Wald als Kraft - und Ruhequelle schon lange bekannt ist!!!

(Nach den Coronabeschränkungen soll es dann auch wieder Aktionen zum „Waldbaden“ geben.)

Ludger Arnold

Brücke zum Nachbarn Gemeindebrief

Nr. 505

April 2020

1986 von dem Förster Helmut Dagenbach (13.12.1929 - 03.10.2013) geschrieben und veröffentlicht



Alle Beiträge

Vorberichte

Was war los

Outdated



Aktuell **Unsere Kirche** **Kindergarten** **Gemeindeleben** **Musik** **Bestattung**

Nov 18

WALDBADEN / BETRIEBSAUSFLUG DER KiTA



Als ich zuerst davon gehört habe – „Betriebsausflug Ende September zum Waldbaden“, da begann ich gleich zu frieren. Ist es im September nicht viel zu kalt dafür?

Aber hinter dem „Waldbaden“ verbarg sich etwas ganz anderes und unerwartetes.

Im Waldtherapiezentrum (Groß-) Weißenborn tauchten wir am frühen Morgen in den Wald ein. Unter kompetenter Anleitung entdeckten wir Wald noch einmal ganz neu – mit allen Sinnen. Und wir durften erleben, wie gut man im Wald zur Ruhe kommen kann. Jede(r) machte sich auf die Suche, nach besonders schönen Orten, wir konzentrierten uns auf das Atmen und erfüllten barfuß den Waldboden, wir gestalteten phantasiereiche Orte für die die Waldwichtel und lauschten den Geräuschen aus der Natur.

Dieser Betriebsausflug war nicht nur Erholung und Stärkung für das Kindergartenteam – er war zugleich auch Weiterbildung für die Waldwochen mit den Kindern!

Axel Aschenbrenner



Was war los

Aktuelle Beiträge

Alle ansehen

Gottesdienst am Bergschlößchen

beim Waldbaden / im Entschleunigungswald Weißenborn



Seit einem Jahr – 31. August 2019 – sind wir in Weißenborn eingeladen zum Waldbaden im „Entschleunigungswald“.

Gut genutzt wird dieses besondere Angebot in unserer Nähe.

Nun werden wir dort Gottesdienst feiern.

am **Samstag, dem 19. September '20 um 17 Uhr**

Herzliche Einladung!

Wir freuen uns auf ihr / euer Kommen

zum **„Klappstuhl“!!-gottesdienst**

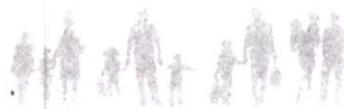


Brücke zum Nachbarn Gemeindebrief



Gottesdienst am Bergschlößchen





Waldbaden in Weißenborn: Mit allen Sinnen in die Atmosphäre des Waldes eintauchen

Ausgabe 03
2. Jg. 2021

Jetzt terminierte Waldbadeeinheiten buchen

Weißenborn. Obwohl jede Art von Natur nachweislich unsere Gesundheit und unser Wohlfühl fördert, hat der Aufenthalt in einem Wald etwas Besonderes. "Wo immer es Bäume gibt, sind wir gesünder und glücklicher", schreibt dazu der japanische Arzt und Forscher Qing Li in seinem Buch „Forest Bathing: How Trees Can Help You Find Health and Happiness“.

Das Gesundheitsgeheimnis des Waldes scheint vor allem in zwei Dingen zu liegen: der dort höheren Sauerstoffkonzentration im Vergleich zu einer städtischen Umgebung und dem Vorhandensein von pflanzlichen Botenstoffen, den so genannten Terpenen. Natürliche Öle und Harze, die Teil des pflanzlichen Abwehrsystems gegen Bakterien, Insekten und Pilze sind, verstärken diese Wirkung. Immergrüne Bäume - Kiefern, Zedern, Fichten und Tannen sind die größten Produzenten dieser Botenstoffe, so dass alleine der bloße Aufenthalt in einem Wald große gesundheitliche Vorteile mit sich bringt. Stress, Angst, Depressionen und Wut werden abgebaut, das Immunsystem wird gestärkt, die Herz-Kreislauf- und

Stoffwechselfunktionen verbessert und das allgemeine Wohlbefinden gesteigert.

Die Japaner haben für den Aufenthalt im Wald im Jahr 1982 sogar einen eigenen Begriff geprägt: **Shinrin-Yoku**, japanisch für „Baden im Wald“. Was dahinter steht ist, mit allen Sinnen in die Stille und Unberührtheit des Waldes einzutauschen.

Mit dem Weißenbörner „**Entschleunigungs Wald**“ folgt die Gemeinde diesem Prinzip. Unter der Anleitung des erfahrenen Kursleiters für Waldbaden-Achtsamkeit, Karl-Ulrich Körtel, erleben Besucherinnen und Besucher in sogenannten „Waldbade-Einheiten“, was es heißt, den Wald achtsam wahrzunehmen, die beruhigende Wirkung der Waldluft zu spüren und bei gezielten Entschleunigungsübungen den Körper zur Ruhe kommen zu lassen. „Das gemeinsame Erleben in der Gruppe hat darüber hinaus auch eine positive Wirkung auf das Sozialverhalten und die Interaktionsfähigkeit“, beobachtet Körtel dabei immer wieder.

„Weißenborn ist ein Ort zum Durchatmen und zum

Entspannen. Wir liegen inmitten des nordhessischen Berglands, im grünen Band Deutschlands. In den Waldbade-Einheiten von Karl-Ulrich Körtel lernen die Teilnehmer, alle Sinne für die Schönheit der Natur um uns herum zu öffnen – sie riechen, schmecken, fühlen den Wald und laden innerhalb kürzester Zeit ihre Batterien wieder auf“, so Thomas Mäurer, Bürgermeister der Gemeinde Weißenborn.

Die terminierten Waldbade-Einheiten dauern 2,5 Stunden, kosten 18 €/Person und starten jeweils um 10:00 Uhr. Treffpunkt ist der Parkplatz an der Landesstraße L3300 zwischen Eschwege und kurz vor Weißenborn (bei den Koordinaten 51.133910 / 10.099296)

Grundsätzlich gilt, dass die Veranstaltungen bei jedem Wetter stattfinden, außer bei Sturm und Gewitter. Wir empfehlen zum Waldbaden festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Bekleidung sowie ausreichend Getränke und bei Bedarf einen Snack. Bitte bedenken Sie auch, dass bei diesen Veranstaltungen keine Toiletten vorhanden sind.



Unsere aktuellen Waldbade-Termine für 2021 sind:

Mi, 23.10.
Sa, 23.10.
Mi, 10.11.
Sa, 04.12.
sowie am Sa, 18.12.
mit einem Weihnachts-Special ab 14:00 Uhr.

Die Höchstteilnehmerzahl liegt bei 8 Personen/Termin. Für Gruppen, Firmen und Vereine erstellen wir gerne ein individuelles Angebot.

Anmeldung und Anfragen:
Gemeinde Weißenborn
Kirchplatz 1
37299 Weißenborn
Tel. 05659 302
info@gemeinde-weissenborn.de

oder direkt bei dem Kursleiter für „Waldbaden-Achtsamkeit im Wald“
Karl-Ulrich Körtel
Telefon 0176 47984807
infoimwald@gmx.de





Nr. 519

Brücke zum Nachbarn Gemeindebrief



September 2021

**Andacht zum Thema „Tierschutz“
am 05. September 2021**

Wissenswertes

Artikel zum Titelbild „Andacht - Thema Tierschutz“

„Tierschutz ist eine Erziehung zur Menschlichkeit“

Am Sonntag, 05.09.2021, veranstalteten in Weißenborn Pfarrer Pütz, Ludger Arnold, der Landfrauenverein Weißenborn und das Gleichstellungsbüro des Werra Meissner Kreises unter der Leitung von Thekla Rotermund-Capar und der Sängerin und Künstlerin Anke Conrad eine gelungene Veranstaltung.

Beginn war um 17.00 Uhr auf dem neu gestalteten Kirchplatz. Nach der Andacht durch Pfarrer Pütz, der das Thema biblisch veranschaulichte, richtete Präses Ludger Arnold die Sichtweise auf die weltliche Anschauung mit Beispielen des Tierwohls, dem Überfluss und dem dringenden Bedarf an Bewusstseins-schaffung- und Änderung.

Von Frau Anke Conrad wurde die Veranstaltung musikalisch begleitet und bildlich dargestellt. Frau Rotermund-Capar vermittelte viele Gedanken und Informationen über den Umgang mit Menschen und Tieren.

„BRÜCKE zum NACHBARN“

Nr. 519

September 2021



„Waldgottesdienst mit Taufe“

- Gott gab uns Atem**, damit wir leben.
Er gab uns Augen, dass wir uns sehn.
Gott hat uns diese Erde gegeben,
dass wir auf ihr die Zeit bestehn. 2x
2. Gott gab uns Ohren, damit wir hören.
Er gab uns Worte, dass wir verstehn.
Gott will nicht diese Erde zerstören.
Er schuf sie gut, er schuf sie schön. 2x
3. Gott gab uns Hände, damit wir handeln.
Er gab uns Füße, dass wir fest stehn.
Gott will mit uns die Erde verwandeln.
Wir können neu ins Leben gehn. 2x

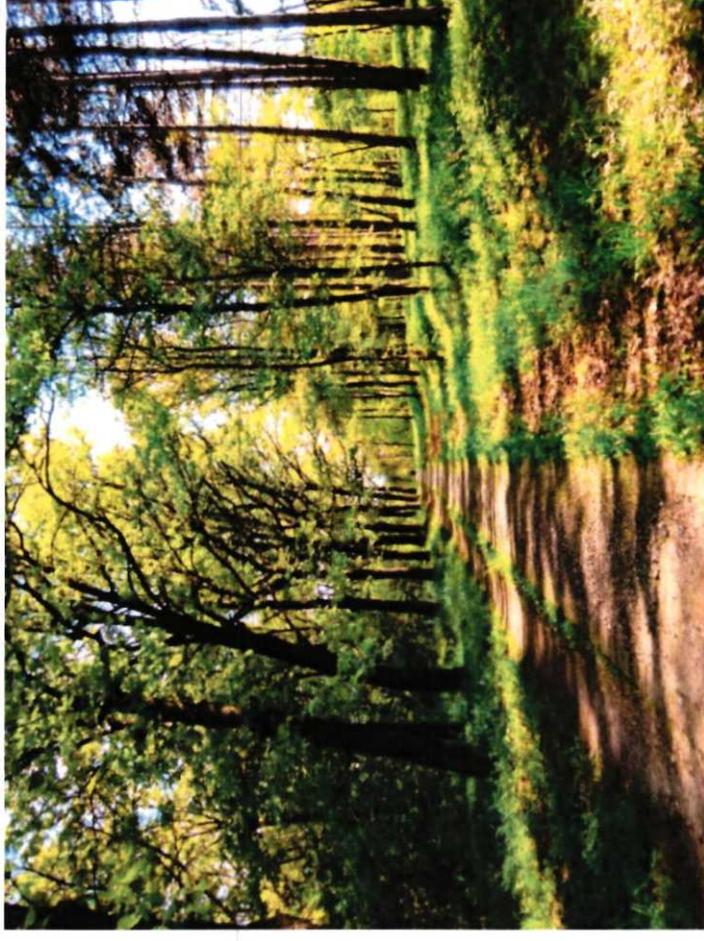
Mit der Erde kannst du spielen, spielen wie der Wind im Sand
und du baust in deinen Träumen dir ein buntes Träumeland.
Mit der Erde kannst du bauen, bauen dir ein schönes Haus,
doch du solltest nie vergessen: Einmal ziehst du wieder aus.

Refr.: Eine Handvoll Erde, schau sie dir an. Gott sprach einst: Es
werde! Danke daran. 2x

Auf der Erde kannst du stehen, stehen, weil der Grund dich hält,
und so bietet dir die Erde einen Standpunkt in der Welt. In die Erde
kannst du pflanzen, pflanzen einen Hoffungsbaum, und er schenkt
dir viele Jahre einen bunten Blümentraum.
Refr.

Auf der Erde darfst du leben, leben ganz und jetzt und hier, und du
kannst das Leben lieben, denn der Schöpfer schenkt es dir.
Unsre Erde zu bewahren, zu bewahren, das was lebt, hat Gott dir
und mir geboten, weil er seine Erde liebt.
Refr.

Gottesdienst beim Waldbaden 3. Juli 2022 – 10.30 Uhr



Freuet euch der schönen Erde, denn sie ist wohl wert der Freud.

O was hat für Herrlichkeiten unser Gott da ausgestreut,
unser Gott da ausgestreut!

2) Und doch ist sie seiner FüÙe reich geschmückter Schemel nur,
ist nur eine schön begabte, wunderreiche Kreatur,
wunderreiche Kreatur.

3) Freuet euch an Mond und Sonne und den Sternen allzumal,
wie sie wandeln, wie sie leuchten über unserm Erdental,
über unserm Erdental.

4) Und doch sind sie nur Geschöpfe von des höchsten Gottes Hand,
hingesät auf seines Thrones weites, glänzendes Gewand,
weites, glänzendes Gewand.

5) Wenn am Schemel seiner FüÙe und am Thron schon solcher
Schein, o was muss an seinem Herzen erst für Glanz und Wonne
sein, erst für Glanz und Wonne sein.

1) **Geh aus, mein Herz, und suche Freud** in dieser lieben
Sommerzeit an deines Gottes Gaben; schau an der schönen
Gärten Zier und siehe, wie sie mir und dir sich ausgeschmücket
haben, sich ausgeschmücket haben.

2) Die Bäume stehen voller Laub, das Erdreich decket seinen Staub
mit einem grünen Kleide; Narzissus und die Tulipan, die ziehen sich
viel schöner an als Salomonis Seide, als Salomonis Seide.

7) Der Weizen wächst mit Gewalt; darüber jauchzet jung und alt
und rühmt die große Güte des, der so überfließend labt und mit so
manchem Gut begabt das menschliche Gemüte,
das menschliche Gemüte.

14) Mach in mir deinem Geiste Raum, dass ich dir werd ein guter
Baum, und lass mich Wurzel treiben. Verleihe, dass zu deinem
Ruhm ich deines Gartens schöne Blum und Pflanze möge bleiben,
und Pflanze möge bleiben.

Psalm 104

Lobe den Herrn, meine Seele!

Herr, mein Gott, du bist sehr herrlich;

du bist schön und prächtig geschmückt.

Licht ist dein Kleid, das du anhast.

Du breitest den Himmel aus wie einen Teppich;

der du das Erdreich gegründet hast auf festen Boden,

dass es bleibt immer und ewiglich.

Du feuchtest die Berge von oben her,

du machst das Land voll Früchte, die du schaffest.

Du lässtest Gras wachsen für das Vieh

und Saat zu Nutz den Menschen,

dass du Brot aus der Erde hervorbringst,

dass der Wein erfreue des Menschen Herz

und sein Antlitz glänze vom Öl

und das Brot des Menschen Herz stärke.

Die Bäume des Herrn stehen voll Saft,

die Zedern des Libanon, die er gepflanzt hat.

Dort nisten die Vögel, und die Störche wohnen in den Wipfeln.

Herr, wie sind deine Werke so groß und viel!

Du hast sie alle weise geordnet, und die Erde

ist voll deiner Güter.

Es warten alle auf dich,

dass du ihnen Speise gebest zu seiner Zeit.

Wenn du ihnen gibst, so sammeln sie;

wenn du deine Hand aufst, so werden sie mit Gutem

gesättigt.

Verbirgst du dein Angesicht, so erschrecken sie;

nimmst du weg ihren Odem, so vergehen sie und

werden wieder Staub.

Du sendest aus deinen Odem, so werden sie geschaffen,

und du machst neu die Gestalt der Erde.

Die Herrlichkeit des Herrn bleibe ewiglich,

der Herr freue sich seiner Werke!

Lobe den Herrn, meine Seele! Hallelujah!

WERRA-RUNDSCHAU

Donnerstag, 7. Juli 2022

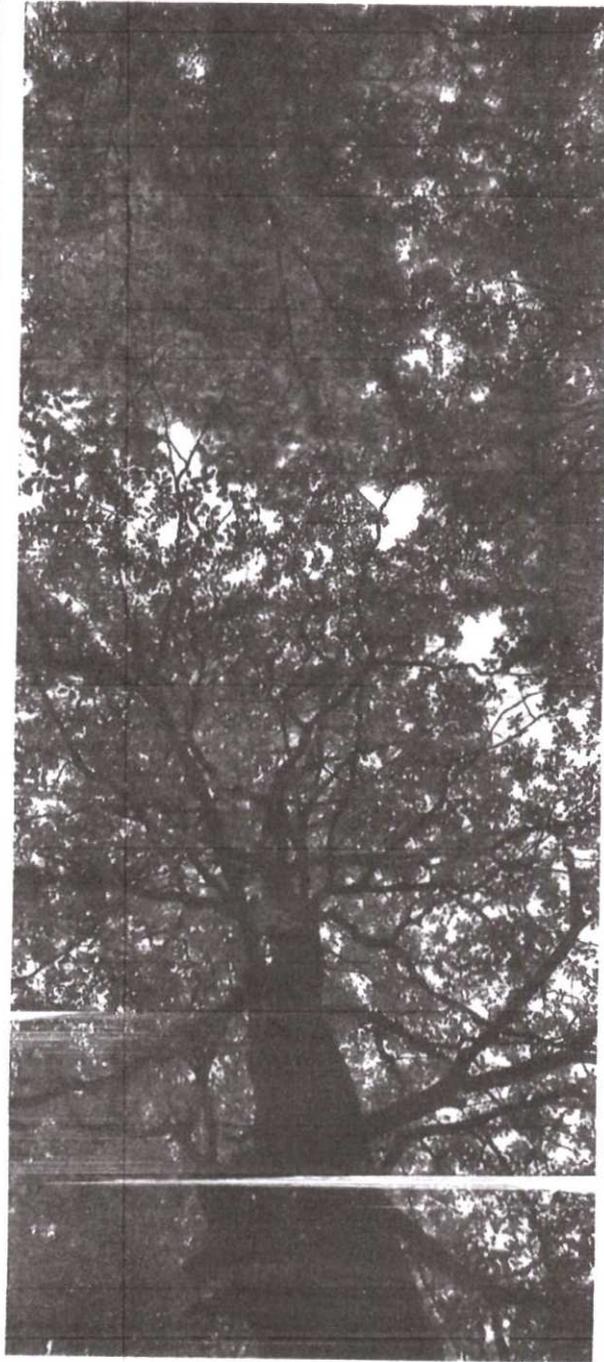
saniwohl
IHR SAMTÄTSHAUS VOR ORT
Ihre Meisterwerkstatt für
Orthopädie-Schul技术
37269 Eschwege; Tel. 05651-3377088
Marktplatz 32
37242 Bad Sooden-Allendorf;
Kirchstr. 60; Tel. 05552-5288792
38251 Bad Herzfeld;
Breitenstr. 29; Tel. 06621-4010541

Saubere Arbeit zum fairen Preis
**Marco
Pathgeber**
Fachbetrieb für Malerarbeiten
Hodenhölle 27, 37299 Weißenborn
Tel. 0 56 59 / 92 32 86 · Mobil: 01 73 / 9 92 78 89

BEWERBUNGSBILDER
Spitzenqualität – von unserem Profifotograf
 Studio Lichtwert
Enge Gasse 15
37269 Eschwege
Tel. 01704807774

CARAVANKONRAD
www.caravan-konrad.de

Jetzt Mietzeiten 2022 sichern!



Den Wald mit allen Sinnen genießen

Gemeinsam mit Waldbademeister Karl-Ulrich Körtel tauchen die Teilnehmer beim Waldbaden in Weißenborn ein in den Lebensraum Wald und lassen ihn auf sich wirken. Die Wahrnehmung der Geräusche und Gerüche, der Pflanzen und Lebewesen, des besonderen Lichtes ermöglicht eine neue Betrachtungsweise

des Ökosystems Wald und wirkt entspannend. Das Walderlebnis wird durch Übungsangebote intensiviert. Im Rahmen des Themenschwerpunktes „Wald“ im Kirchenkreis Werra-Meißner lädt das Ev. Forum zur Auszeit im Wald ein.
Termin: 9. Juli von 10 bis 13 Uhr
Treffpunkt: Entschleunigungswald Weißen-

born. Auf der Landstraße 3300 zwischen Eschwege und Weißenborn, Nähe Parkplatz ist in 300 Meter Entfernung der Zuweg „Waldbaden“ ausgeschildert.

Teilnahmegebühr: 10 Euro/Teilnehmer.

Mitzubringen: Getränk; Pausensnack

Anmeldungen an: Pfarrerin Katrin Klöpfel, 0 56 54/389, katrin.kloepfel@ekkw.de

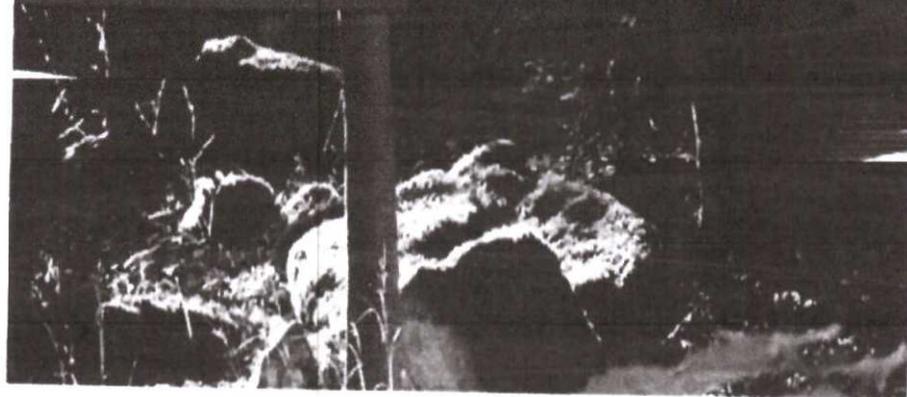
Samstag, 9. Juli 2022, 10 bis 13 Uhr

Treffpunkt: Entschleunigungswald Weißenborn, Landstraße 3300 zwischen Eschwege und Weißenborn



mit ALLEN SINNEN erleben
mit Waldbademeister Karl-Ulrich Körstel

Teilnahmegebühr 10 Euro pro Person



Anmeldung an: Pfr.in Katrin Klöpfel,
05654 389, katrin.kloepfel@ekkw.de

Wald  Kirche

evangelisches
forum
werra-meissner

Gemeinsam mit Waldbademeister Karl-Ulrich Körtel tauchen wir ein in den Lebensraum Wald und lassen ihn auf uns wirken. Die Wahrnehmung der Geräusche und Gerüche, der Pflanzen und Lebewesen, des besonderen Lichtes ermöglicht eine neue Betrachtungsweise des Ökosystems Wald und wirkt beruhigend und entspannend. Das Walderlebnis wird durch entsprechende Übungsangebote noch intensiviert. Im Rahmen des Themenschwerpunktes „Wald“ im Jahr 2022 im Kirchenkreis Werra-Meißner lädt das Ev. Forum zu dieser besonderen Auszeit im Wald herzlich ein.

Termin: 9.7.2022, 10 bis 13 Uhr

Treffpunkt: Entschleunigungswald Weißenborn
Auf der Landstraße 3300 zwischen
Eschwege und Weißenborn
Nähe Parkplatz, ca. 300m,
Zuweg ausgeschildert „Waldbaden“
Koordinaten: 51.133910/10. 099296

Teilnahmegebühr: 10 Euro pro Teilnehmer*in

Mitzubringen: Getränk; Pausensnack

Anmeldung an: Pfr.in Katrin Klöpfel, 05654/389,
katrin.kloepfel@ekkw.de