

Erwachen der Natur.Kraft.Plätze. Gesundheitsregion Grimmingland

www.schladming-dachstein.at/Naturkraftplaetze

Montag, 12.5.2025, 18-20 Uhr (Tag 1 von 2)

FESTHALLE IRDNING

PROGRAMM



Begrüßung und Vorstellung des Projekts

Interview der Bürgermeister Aigen, Irdning-Donnersbachtal, Stainach-Pürgg, Wörschach und
TVB Schladming-Dachstein

Der Wald als natürlicher Gesundheitsraum: Chancen für Prävention und Heilung

Wie wirkt sich ein Aufenthalt im Wald konkret auf unsere körperliche und psychische Gesundheit aus?
Wie lässt sich die gesundheitsfördernde Wirkung des Waldes wissenschaftlich belegen und in die Praxis integrieren?

Dr. Gisela Immich, Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Ludwig-Maximilians-Universität München, Fachbereich
Gesundheitsförderung und Prävention, Buchautorin und Waldtherapeutin

Natur.Kraft.Plätze.

Eintauchen in die Welt der Natur.Kraft.Plätze. – Wo? Wie? Wann?

Mag.(FH) Birgit Geieregger, Landentwicklung Steiermark, Projektumsetzung

Resonanzübungen

Gesundheit beginnt weit vor dem „Nicht-Krank-Sein“ – durch bewusste Bewegung, Atmung und Gedankenimpulse an
den besonderen Plätzen im Grimmingland. Die Resonanzübungen verbinden Körperintelligenz mit Naturwahrnehmung
und fördern so körperliches, mentales und seelisches Wohlbefinden – individuell und in der Gruppe. Inspirierende
Impulse, sinnliche Erfahrungen und gesunde Antworten sind zu entdecken – ohne Nebenwirkungen.

Sabine Schulz, Achtsamkeitstrainerin, (Tourismus-)GeomantIn und Naturcoach,
Resonanz-Wanderwege-Entwicklerin seit über 30 Jahren, Begründerin NATURESPONSE®

Z'somsteh und Austausch

bei gesunden Getränken und Kleinigkeiten



Ansprechpartnerin: Mag.(FH) Birgit Geieregger
Landentwicklung Steiermark
0676 86643754
birgit.geieregger@landentwicklung-steiermark.at



Damit wir genügend
Getränke und
Kleinigkeiten organisieren,
bitten wir um Anmeldung
[hier](#) oder per QR-Code bis
5.5.2025



SCHLADMING
DACHSTEIN

