



Regenerationspfad



DER REGENERATIONSPFAD IM BIOSPHÄRENPAK WIENERWALD

BIOSPHÄRENPAK WIENERWALD

Mit einer Fläche von 1.050 km² erstreckt sich der Biosphärenpark Wienerwald über 51 niederösterreichische Gemeinden und 7 Wiener Gemeindebezirke. Rund 815.000 Menschen sind in dieser von der UNESCO ausgezeichneten Modellregion für nachhaltige Entwicklung beheimatet. BewohnerInnen und BesucherInnen schätzen die biologische und kulturelle Vielfalt der Region, die als Naherholungsangebot einer Großstadt in dieser Dimension wohl einzigartig ist. Der Biosphärenpark Wienerwald unterstützt im Rahmen der Bildungsarbeit den Regenerationspfad in Tullnerbach.

Fotos: Patricia Lechner, Regina Reiter, Gernot Waiss

Fragen Sie uns!

Für Rückfragen und Buchungswünsche kontaktieren Sie bitte:
Österreichische Bundesforste AG
Forstbetrieb Wienerwald
Regina Reiter
T +43 664 819 75 15
A-3002 Purkersdorf | Pummergeasse 10-12
T +43 2231 633 41-7171 | F +43 2231 633 41-7109
biosphaerenpark@bundesforste.at | www.bundesforste.at



Klimaneutrale Produktion
Erneuerbare Energie
Nachhaltiges Papier
Pflanzenölfarben



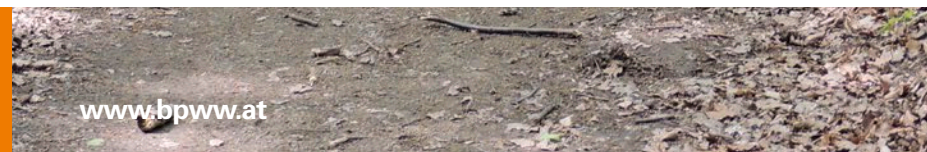
**ÖSTERREICHISCHE
BUNDESFORSTE**



Dieses Produkt entspricht dem Österreichischen Umweltzeichen für schadstoffarme Druckprodukte (UZ 24), UZ-Nr. 715
Grasl FairPrint, Bad Vöslau, www.grasl.eu



Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen



www.bpww.at

REGENERATION UND ANREGUNG IM WALD

Wir trimmen uns im beruflichen und privaten Alltag darauf, möglichst in jeder Situation die Ideallinie zu nehmen. Was einerseits Erfolg bringt, kostet andererseits enorme Kraft und führt zu großer Anspannung. Fehlt uns dann noch die Zeit für Erholungsphasen, werden unsere Akkus bedrohlich leer.

Sie selbst sind aufgerufen, sich damit auseinanderzusetzen, was Sie wieder ins Gleichgewicht bringen kann.



ENTDECKEN UND ERLEBEN SIE DIE POSITIVE WIRKUNG VON WALD UND NATUR AUF IHR WOHLBEFINDEN.



Zum Festhalten Ihrer Impressionen steht Ihnen ein begleitendes Skriptum zur Verfügung, das durch Ihre Notizen zum persönlichen Leitfaden wird, der Ihnen künftig beim Genießen des Alltags helfen soll.

WALD UND NATUR ALS LEBENSBEREICHUNG

Blicken Sie von Ihrem Platz im Wald auf das kleine Biotop und hören dabei Anregungen zum Thema Zeit. Kosten Sie die Momente auf den Holzliegen aus und verinnerlichen Sie sich, was Sie im Leben genießen können.



Um dafür die positive Wirkung des Waldes zu nutzen, wurde im Biosphärenpark Wienerwald ein spezieller Pfad entwickelt. Als TeilnehmerIn der begleiteten Führung in einer Kleingruppe begeben Sie sich auf eine leicht begehbare, rund 2 km lange Wegstrecke.

Im Wechselspiel mit anregenden Elementen aus der Waldpädagogik erfahren Sie Möglichkeiten, die eigene Lebenssituation aus einem veränderten Blickwinkel zu betrachten, aber auch Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst zu entwickeln.



Dauer: Rund 3,5 bis 4 Stunden
(je nach Teilnehmeranzahl, max. 6 Personen)

Individuelle Terminvereinbarung ab 3 Personen

Ausrüstung: Wetterfeste Kleidung

Wo: Raum Untertullnerbach

Genauer Treffpunkt: Bekanntgabe bei Anmeldung

Gute öffentliche Erreichbarkeit