



Ein Wochenende im Wald – Deutsche Waldtage

13.09.2023 Vom 15. bis zum 17. September finden die Deutschen Waldtage, initiiert vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL), statt. Unter dem Motto „Gesunder Wald. Gesunde Menschen!“ laden Forstleute, Waldbesitzer:innen und Organisationen gemeinsam mit lokalen Akteur:innen bundesweit Bürger:innen zu Veranstaltungen in die Wälder ein. Auch die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW) beteiligt sich bundesweit mit vielfältigen Angeboten.

Ein Großteil der Angebote widmet sich dem Thema „Waldbaden – erleben mit allen Sinnen“. Seit den 1980-er-Jahren wurde zunächst in Japan und Korea der Wert der Wälder für die Psyche erkannt und systematisch erforscht. Der frühere Waldspaziergang – heute oft Waldbaden genannt – ist ein bewusster und achtsamer Aufenthalt im Wald. Beim Waldbaden geht es darum, sich mit allen Sinnen auf den Wald einzulassen, die Natur zu beobachten, die Geräusche zu hören, die frische Luft zu atmen und die Waldatmosphäre zu genießen. Dieser Gesundheitstrend wird zunehmend in der therapeutischen Praxis integriert, indem Techniken wie Meditation, Atemübungen, Achtsamkeitspraktiken oder Yoga gut integriert werden können.

Die Palette der Mitmachangebote reicht von der Familienwanderung über Radtouren bis hin zu Führungen zu verschiedenen Themen des Waldes wie Waldwandel, Leistungen des Waldes oder Waldabenteuer für Kinder, so dass für jeden etwas dabei ist. Unter [deutsche-waldtage.de](https://www.sdw.de) finden Sie alle Veranstaltungen der Deutschen Waldtage 2023. Die Veranstaltungen der SDW finden Sie unter <https://www.sdw.de/waldfuehrungen>

Hintergrund

Jedes Jahr am dritten Septemberwochenende finden die Deutschen Waldtage mit zahlreichen Veranstaltungen in ganz Deutschland statt, um auf aktuelle Themen rund um den Wald aufmerksam zu machen. Die Deutschen Waldtage vermitteln anschaulich Wissen, schaffen Akzeptanz für Naturschutz und Forstwirtschaft und bieten Gelegenheit zum Austausch mit Expert:innen.

Pressekontakt:

Sabine Krömer-Butz
Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW)
Dechenstraße 8
53115 Bonn
Tel.: 0228 945983-5
Mail: sabine.kroemer-butz@sdw.de

Über die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW):

Am 5. Dezember 1947 wurde die SDW in Bad Honnef gegründet und ist damit einer der ältesten Naturschutzverbände in Deutschland. Heute engagieren sich in den 15 Landesverbänden rund 25.000 Mitglieder aktiv für den Wald. Waldbezogene Bildung für Kinder und Jugendliche sowie Schulungen für Erzieher:innen und Lehrkräfte bilden gemeinsam mit dem aktiven Waldschutz und -erhalt den Schwerpunkt der Arbeit.