



De BOSBADKRING FV organiseert:

OPLEIDING BOSBAD-GIDS

Heb je zelf al de helende kracht van het bos ervaren en wil je leren hoe je anderen kan meenemen in een belevingsreis die lichaam en geest in harmonie brengt?
Dan is deze opleiding wellicht iets voor jou !

Shinrin-Yoku of bosbaden begint in onze contreien steeds meer ingeburgerd te geraken. Hoewel bosbaden op je eentje kan, is begeleiding door een bosbadgids helpend gebleken om de verbinding tussen mens en natuur te herstellen. Bosbadgidsen houden de tijd in het oog, stippelen een traject uit, brengen uitnodigingen aan in de vorm van belevingsoefeningen en smeden verbondenheid. Zo wordt elk bosbad telkens weer een pad naar meer veerkracht, (zelf)vertrouwen, rust en ruimte.

Warm aanbevolen voor alle geïnteresseerden die de opleiding nog dit jaar willen volgen; voor 2025 is namelijk geen opleiding gepland.

Inhoud

- Na een gezamenlijk bosbad gaan we na wat de vaardigheden zijn van een bosbadgids.
- Waar komt het bosbaden vandaan en hoe kwam deze praktijk tot stand?
- Wat zijn de wetenschappelijk bewezen gezondheidseffecten?
- Wat maakt dat bosbaden werkzaam is en hoe kunnen we de voorwaarden creëren voor een helende ervaring, voor onszelf als bosbadgids en voor de mensen die we op sleeptouw nemen?
- We bespreken een aantal verschillende werkvormen.
- We bekijken theoretisch en praktisch hoe we een bosbad kunnen opbouwen
- Werken met groepen en verschillende omstandigheden (seizoenen, weersomstandigheden, obstakels, omgaan met individuele deelnemers)
- Begeleiden van deelcirkels en luisterhouding
- Hoe integreer je Qi-Gong of Yoga in een bosbad?
- Op het einde van elke dag krijg je 'bos-taken' om de geleerde inhoud te integreren en een volgende opleidingsdag met de andere cursisten te delen.
- Voorbereiding en uitrusting van een bosbadgids
- Praktische oefensessies waarbij je zelf uitnodigingen uitwerkt

Voor wie? Iedereen die nieuwsgierig is naar de principes achter de werkzaamheid van het bosbaden, ook coaches, leraren, therapeuten, begeleiders in de geestelijke gezondheidszorg die een manier zoeken om de natuur te integreren in hun werk met mensen en natuurgidsen die hun wandelingen willen verrijken met een extra dimensie.

Wanneer? De 6 opleidingsdagen worden gespreid over 3 seizoenen waardoor je het bos in al zijn geuren en kleuren ervaart. Op die manier krijg je ook ruim de tijd om te oefenen en alle lesmateriaal te integreren. 25 maart, 15 april, 3 juni, 24 juni, 2 september en 8 oktober 2024. De lesdagen starten om 9.30u en eindigen om 16.30u.

Waar? De geboorteplaats van de Bosbadkring: Provinciedomein Bulskampveld, Bulskampveld 9, 8730 Beernem

Betaling en annulatievoorwaarden:

- Bijdrage: 760 euro, cursusmateriaal, frisdrank, thee en versnaperingen inbegrepen (je neemt je lunchpakket van thuis mee)
- Voorschot: 100 euro – restbetaling ten laatste op 12 maart 2024
- Maximaal aantal deelnemers: 10
- Inschrijven: graag een mailtje naar ingeborg@levenswandel.be (voor facturatie graag het BTW-nummer vermelden). Rekeningnummer Bosbadkring: BE85 7310 5819 3406.
- Bij annulatie na 12 maart 2024: voorschot wordt behouden
- Certificaat van deelname op het eind van de 6^e lesdag
- Zie ook www.bosbadenvlaanderen.com/opleidingen-voor-gidsen

Deze opleiding wordt georganiseerd door de Bosbadkring FV die begin 2024 boven de doopvont gehouden werd. Deze feitelijke vereniging werd opgericht door Ingeborg Verplancke van Levenswandel Coaching & Bosbaden <https://www.levenswandel.be/> en Steffie Vandierendonck <https://www.zinbrengers.info/> met als doel het organiseren van bosbaden en het promoten ervan, het organiseren van opleidingen, opstellen van een kwaliteitsstandaard (bosbadcharter), ondersteunen van vrijwillige bosbadgidsen en het beheer van de website www.bosbadenvlaanderen.com.

Iedere cursist die een certificaat ontvangt, wordt automatisch lid van de Bosbadkring. Zijn/haar ledenjaarbijdrage voor 2024 t.b.v. 30 euro is inbegrepen in het lesgeld.

