

LEBENSART
LEBEN MIT WEITBLICK

BUSINESS ART
WIRTSCHAFT MIT WEITBLICK

LEBENSART
REISEN

 lebensart
verlag

Suche 



[LEBENSART MAGAZIN](#)
[ABO & SHOP](#)
[NEWSLETTER](#)
[DIE AKTUELLE FRAGE](#)

Wald und Gesundheit: neue Buchtipps

24.04.2017:

Literaten und Gesundheitsforschung haben den Wald entdeckt. Wir stellen Ihnen die neuen Bücher zum Thema vor

Bäume auf die Dächer, Wälder in die Stadt

Conrad Amber, Kosmos Verlag

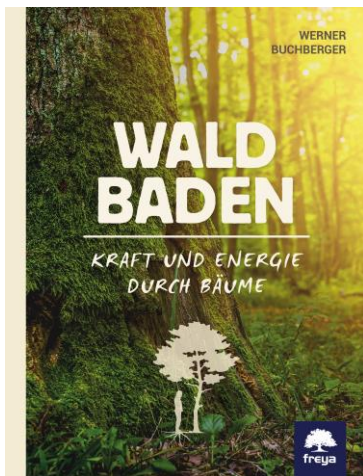


Jeder Wald, jeder neu gepflanzte Baum ist ein wichtiger Beitrag zu einem besseren Leben auf unserem Planeten. Conrad Amber wirbt dafür, sich für eine nachhaltige Zukunft einzusetzen. Am Beispiel von 30 ganz konkreten Ideen zeigt er, wie einfach es sein kann, im eigenen Umfeld etwas zu verändern. Denn mehr Grün ist fast überall vorstellbar und realisierbar: in der Stadt, auf dem Hausdach und an Straßen. Ein

optimistisches und inspirierendes Lesebuch für alle, die anpacken und gleich morgen aktiv werden möchten. www.kosmos.de

Waldbaden. Kraft und Energie durch Bäume

Werner Buchberger, Freya Verlag



Es ist die Sehnsucht nach dem Ursprünglichen, nach unseren Wurzeln, die den Wald als Ort der Erholung und des Kraftschöpfens so populär macht. Der Autor, als Förster in stetem Kontakt mit dem Wald, bringt uns die heilende Wirkung der Bäume auf den Menschen nahe. Er taucht dabei tief in die feinstoffliche Welt von Mutter Natur ein. Eine Fülle an Übungen mit Bäumen im grünen Ökosystem öffnet Geist und Körper für heilende und helfende Informationen. www.waldbaden-heilenergie.at

Keine Zeit für Burnout – Acht Anregungen zum Perspektivenwechsel mithilfe von Wald und Natur

Regina Reiter, Literareon-Verlag



Regina Reiter will mit ihrer Erlebnispädagogik Lust auf Wald und Natur machen – und damit das Wohlbefinden steigern. Sie erzählt von ihren eigenen Erlebnissen im Wald, die ein jeder selbst nachvollziehen und ausprobieren kann. Schrittweise regen die Übungen zum aktiven Nachdenken über sich selbst an und helfen dabei, künftig besser auf schwierige Momente des Lebens vorbereitet zu sein.

www.literareon.de

Twittern



[Kommentieren](#) (0) Kommentare