

Powered by Breathing



Faszination Wald  
Immunboost Atmen

Wald & Atmen  
Rundum gesund



Individuell  
Teams  
Kindergarten  
Schule

FirmenEvents

Workshops 2022

Waldwissen & AtemPower

Push up your (Immun-) System!

ZukunftsWald – ZukunftsTeam

Co-Evolution – Zuhören! Der Wald spricht!

IdeenFactory – Luft nach oben!

Krisenbewältigung im Team – Back to New

Individuelle Angebote

Stressbewältigung & Burnout Prophylaxe

Trauer, Verlust, Schwere Krankheiten

**Atemwege Rhein-Neckar**

Akademie für präventive Gesundheitsförderung

0176 2222 3792

0176 7210 1736

hallo@atemwege-rhein-neckar.de

www.atemwege-rhein-neckar.de



# Powered by Breathing



Faszination Wald  
Immunboost Atmen

## Wald & Atmen Rundum gesund



### Die Luft

- Bis zu 90% weniger staub- und schadstoffbelastet als in geschlossenen Räumen und in der Stadt.
- Terpene, Botenstoffe, Shades of Green – Ihr Organismus ist optimal darauf angepasst.

### Das WaldAtmen

- Sauerstoff wird optimal im Körper verteilt. CO<sub>2</sub> optimal hinaus transportiert. Atemwege gereinigt und entspannt.
- Atmen beruhigt und belebt, klärt und inspiriert, zentriert und öffnet. Hilft anzunehmen und loszulassen.

### Mit allen Sinnen

- (Die eigene) Natur verstehen. Fühlen. Genießen.
- Gesund sein, bedeutet Harmonie. Im Menschen. Zwischen Menschen. Zwischen Mensch und Umwelt.

*Durchatmen*

In den stadtnahen Wäldern von  
Heidelberg • Mannheim • Schriesheim • Wilhelmsfeld