



19.06.2025

Waldbaden zum Feierabend an "Diers Koben"



Niedersächsische
Bingo-Umweltsiftung

Aufgepasst! Noch könnt ihr dabei sein - bei der „Woche der Natur“!

Naturbegeisterte – oder die, die es noch werden wollen – aufgepasst: In Niedersachsen findet **vom 21.06. bis 02.07.2025** die Woche der Natur statt und ihr könnt teilnehmen! Im ganzen Bundesland werden über 1.000 Veranstaltungen angeboten, die Naturerlebnisse bieten.

Eine Übersicht über die kostenlosen Angebote findet ihr auch auf:

www.bingo-umweltlotte-rie.de/woche-der-natur/veranstaltungen.

Auch wir, Heimatverein Stemmen e.V., sind dabei und bieten folgende Veranstaltungen an:

Waldbaden zum Feierabend an „Diers Koben“

Wann: Freitag, 27. Juni 2025

Beginn: 18:30 Uhr (Dauer ca. 1,5 – 2 Stunden)

Treffpunkt: „Diers Koben“, Lindenstraße / Ekelweg, 27389 Stemmen

Beschreibung:

Wir wollen unter dem Motto „Achtsam in den Feierabend“ eine kleine Einführung in das Waldbaden geben. Unter fachkundiger Leitung von Ines Stein werden die Teilnehmer begleitet. Wald tut gut und das in vielerlei Hinsicht. Der Aufenthalt in der Natur hat zahlreiche gesundheitsfördernde Effekte. Bei regelmäßiger Anwendung kann:

- Stress reduziert • das Immunsystem gestärkt • die Schlafqualität verbessert
- der Blutdruck gesenkt • das emotionale Befinden verbessert werden.

ACHTUNG! Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung möglich.

Anmeldung noch bis 24.6.2025 möglich bei:

Swantje Lünsmann, per Mail: swantje_dv@web.de

Die Woche der Natur ist eine Aktion der Niedersächsischen Bingo-Umweltstiftung (NBU) in Kooperation mit BINGO! – Die Umweltlotterie, die von vielen unterschiedlichen Organisationen und Personen aus Niedersachsen getragen wird. Diese sind für die Inhalte der Veranstaltungen verantwortlich. Zentrales Ziel ist, Naturerlebnisse zu schaffen, um die Menschen und vor allem Kinder wieder mit der Natur in Berührung zu bringen.

Die NBU ist eine vom Land Niedersachsen gegründete Umweltstiftung, deren Finanzierung aus Mitteln der Glücksspielabgabe und hierbei größtenteils aus Einnahmen durch BINGO!

Die Umweltlotterie erfolgt (www.bingo-umweltstiftung.de). Sie fördert Umwelt- und Natur-Schutzprojekte sowie Projekte zugunsten der Entwicklungszusammenarbeit und der Denkmalpflege.

Bilderbeschreibung