

Gemeinde Kalletal eröffnet Waldbaden-Pfad in Heidelberg – Förderprojekt der LEADER-Region Nordlippe

# Grün macht einfach gute Laune

Von Frank Dominik Lemke

**KALLETAL-HEIDELBECK** (WB). Das Auto parken, Zündung ausschalten und Ankommen. Zeit zum Entspannen. Die Gemeinde Kalletal hat in Heidelberg einen neuen Waldbaden-Pfad eröffnet: Zehn Stationen zum Durch-

atmen, Kraft-Tanken und achtsam sein. „Waldbaden ist die Kunst, sich mit allen Sinnen mit der Natur zu verbinden“, sagte Jörg Meier vom Bundesverband Waldbaden. Wer es sich erlaube, einfach auf die Natur zu achten, der könne sich von alltäglichen Sorgen

lösen. Hören, Riechen, Tasten, ganz bewusstes Schauen verbinde uns mit dem Natürlichen dieser Welt. Waldbaden reduziere Stress, könne den Blutdruck normalisieren und das allgemeine Wohlbefinden verbessern.

Der Pfad in Heidelberg beginnt am Parkplatz auf dem Friedhofsweg, an der Ecke Kurstraße. Eine kostenlose App für das Smartphone erläutert die kommenden Wegpunkte des Waldbadens. Wer sie an der ersten Station aufruft, hört eine freundliche Frauenstimme aus den Lautsprechern: „Wenn du im Wald angekommen bist, gönn dir eine kleine Pause“, sagt sie und lädt den Zuhörer ein, tief durchzuatmen und die Naturkulisse zu betrachten.

Das Projekt begann 2018. Damals wurde das Kalletal zur ersten Naturparkkommune in Nordrhein-Westfalen ernannt. Die ersten Ideen für ein Waldbaden-Pfad kamen auf. Vereine, Institutionen und Privatpersonen engagierten sich dafür. Die Sparkasse Lemgo spendete 2019 den Betrag von 1000 Euro. Dann nahm das Projekt deutlich Fahrt auf. Die Gemeinde beantragte Fördermittel, fand den Standort in Heidelberg. Die Revierförster bereiteten den Wald vor.

Von den insgesamt 29.000 Euro Gesamtkosten des Projekts sind 16.000 Euro mit Mitteln des Regionalbudgets der LEADER-Region



Bei der Eröffnung hängen sie symbolische Holzplättchen an den Wunschbaum des Waldpfades (von links): Projektleiterin Corinna Will, Friedel Heuwinkel vom Verband deutscher Naturparke, Jörg Meier vom Bundesverband Waldbaden und Bürgermeister Mario Hecker.

Foto: Frank Lemke



Die Zeitung „Waldbaden-Pfad in Heidelberg“ hat das NRW-Ministerium über den Europawettbewerb finanziert.

Foto: Frank Lemke



Projektleiterin Corinna Will und Kursleiter Dietrich Wisniewski sehen sich die Infotafel auf dem Parkplatz an.

Foto: Frank Lemke

Nordlippe finanziert worden. Der größte Kostenfaktor sind die App, ein Audio-Guide und die Ausbildung von Kursleitern gewesen. Zusätzliche 2000 Euro für die einmalige Zeitung „Waldbaden-Pfad in Kalletal-Heidelberg“ hat das NRW-Ministerium über den Europawettbewerb finanziert.

Der Waldbaden-Pfad steht jedem offen. Die Gemeinde Kalletal hat sieben Kursleiter für das Waldbaden ausgebildet. Katrin Ksoll ist eine von ihnen. „Ich werde hier mit Kindern auf Entde-

ckungsreise gehen“, sagte die Grundschullehrerin. In Asendorf leitet sie einen Erlebnisbauernhof. Das Waldbaden sei ideal für Menschen jeden Alters. Juliette Rolf wird Erwachsene mit in den Wald nehmen. „Das Interesse ist groß. Das Waldbaden wird Touristen und gestressten Städtern gut tun“, so die Kursleiterin.

Der Europaminister Dr. Stephan Holthoff-Pförtner hatte für die Eröffnung eine Videobotschaft aufgezeichnet: „Im Grunde verhält es mit Europa wie mit dem Naturerbe Wald. Nur wenn wir

Europa, wenn wir den Wald bewusst erleben, werden wir diese wichtigen Güter angemessen wertschätzen und uns weiterhin für ihren Erhalt einsetzen“, sagte er.

Das Waldbaden-Projekt des Kalletals sei ein leuchtendes Beispiel für ein geliebtes Europa im Alltag. Von ersten Gedanken bis zur Umsetzung hat die Gemeinde Kalletal drei Jahre daran gearbeitet. „Dank der vielen hilfreichen Hände aller Beteiligten konnten wir dieses Projekt so gut umsetzen“, sagte Bürgermeister Mario Hecker.

Vlothoe, Zeitung 30.04.2022