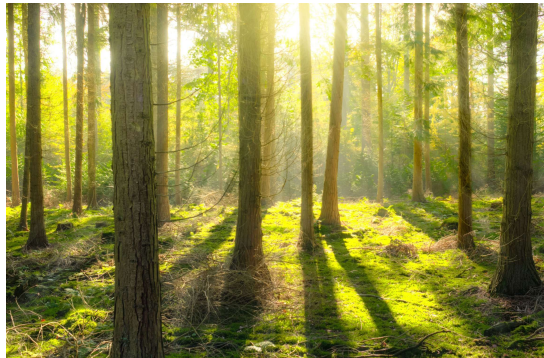




## Baden mal anders...

Liebe Mitglieder

Für dieses besondere Erlebnis braucht ihr weder Badeanzug noch Handtuch, sondern Alltagskleidung und Schuhwerk für einen Spaziergang im Wald – ja genau dort, wo all die Bäume wohnen. Andrea Pacovsky lädt uns nämlich zum **Waldbaden** ein. Bäume, die metaphorischen Pfeiler der Erde, schenken uns Sauerstoff und Ruhe – wenn wir sie richtig fühlen können. Genau das wird uns Andrea mit verschiedenen Achtsamkeits- und Atemübungen ermöglichen. Diejenigen von euch, die diese andere Art von Meditation, die Körper, Geist und Seele harmonisch vereint, kennenlernen möchten, treffen sich am

**Donnerstag, den 1. Oktober 2026, um 13.50 Uhr (bis 16.00 Uhr)  
beim Hallenbad MuttENZ, Baslerstrasse 89, 4132 MuttENZ**

**Anmeldung mit Angabe der Handynummer** per E-Mail an U. Carrer [ucarrer.basel@fragile.ch](mailto:ucarrer.basel@fragile.ch) oder telefonisch (061 271 15 70), **bis am 25. September 2026.**

Angehörige sind herzlich willkommen und dürfen gerne am Waldbaden teilnehmen. Für die Teilnahme solltet ihr in der Lage sein, ein bis zwei Stunden in einem angepassten Tempo im Wald unterwegs zu sein. Selbstverständlich machen wir zwischendurch Pausen und gehen auf eure individuellen Bedürfnisse ein. Das Waldbaden findet nur bei guter Witterung statt. Ob es durchgeführt werden kann, erfahrt ihr einen Tag im Voraus.

Das FRAGILE Handy ist einen Tag vor und während des Anlasses erreichbar.  
**ACHTUNG** wir haben eine neue Nummer: **077 283 70 77.**

Wir freuen uns auf euch. Herzliche Grüsse

FRAGILE Basel  
Vorstand und Geschäftsstelle