



**Mein Name ist Gerhard Loos.
Seit ich denken kann, arbeite ich mit
und für Menschen —
im privaten und im beruflichen Bereich.**

Auf der Grundlage meiner Jahrzehnte langer Arbeit mit Menschen in schwierigen Lebensphasen — privat und beruflich — und vieler Fort- und Weiterbildungen in Kommunikation und Psychologie arbeite ich heute schwerpunktmäßig als **Mental- und Kommunikations-experte, Coach und Berater** sowie **Supervisor** für Privatpersonen, Unternehmen und Einrichtungen.

Immer wenn es geht und es sinnvoll ist, verlasse ich bei meinen Trainings und Coachings den Raum und gehe mit den Teilnehmern hinaus in die Natur, besonders gern in den Wald. Ich habe festgestellt, dass im weiten Raum der Natur Erkenntnisprozesse meiner Teilnehmer schneller und tiefer ablaufen.

Als ein Mensch, der so oft wie möglich draußen in der Natur ist, erlebe ich immer wieder die wohltuenden Auswirkungen der Natur, besonders des Waldes, auf mich — körperlich und mental.

Heute, als zertifizierter **Waldgesundheitstrainer**, genieße ich das **Waldbaden** als Möglichkeit, Stress ab- und Energie aufzubauen sowie mein „Schutzschild“ gegen viele sogenannter Zivilisationskrankheiten zu stärken.

Mit dem Motto „**Komm mit in den Wald**“ lade ich alle dazu ein, mein Angebot **Grüne Kicks für alle** für ihre eigene körperliche und psychische Gesundheit zu nutzen.

