

Stressfrei vegan - Onlinekurs

Kursnummer 26O131791

Beginn Donnerstag, 05.11.2026, 18:30 - 20:00 Uhr

Dauer 4 Termin(e)

Ort Online

Dozent Rachele Hülsebeck

Kursentgelt 56,00 €

Ihr Stressbewältigungskurs rund um die Herausforderungen des veganen Alltags!

Massentierhaltung und Tierleid belasten Sie? Sind Sie oft die einzige vegane Person in Ihrem Umfeld? Diskussionen über Ihre Ernährung stressen Sie? Wie vegan ist vegan genug? Oder sind Sie unsicher, wie Sie Essen auf Partys oder unterwegs stressfrei planen? Sie erhalten Methoden, um mit diesen Belastungen auf Körper-, Geist- und Seelenebene umzugehen. Sie erhalten Werkzeuge für Ihren „Anti-Stress-Koffer“ und treffen andere Veganerinnen und Veganer zum Austausch. Auch nahestehende Personen sind willkommen.

Gönnen Sie sich einen ruhigen Ort, etwas zu trinken und Schreibmaterial für Ihre entspannte Teilnahme.

Nehmen Sie bequem und entspannt von zu Hause aus teil. Sie benötigen PC oder Tablet. Den Link erhalten Sie rechtzeitig vor Kursbeginn.

Dozentin: Rachéle Hülsebeck

Diese Veranstaltung führen wir in Kooperation mit der Volkshochschule Kaarst-Korschenbroich durch.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

05.11.2026 18:30 - 20:00 Uhr Online

12.11.2026 18:30 - 20:00 Uhr Online

19.11.2026 18:30 - 20:00 Uhr Online

26.11.2026 18:30 - 20:00 Uhr Online

[zur Kursdetail-Seite](#)