

Was unser Darm mit Ängsten & Co. zu tun hat

Kursnummer 26Z131750

Beginn Donnerstag, 12.03.2026, 18:30 - 20:00 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, 415

Dozent Ute Akbar

Kursentgelt 7,00 €

Unser Darm ist nicht nur bedeutsam für die Verdauung. Wie revolutionäre wissenschaftliche Erkenntnisse belegen konnten, beeinflusst er auch entscheidend unsere Psyche. Umgekehrt sind Stress und psychische Belastungen toxisch für unseren Darm.

Gewinnen sie Einblicke in die faszinierende Kooperation zwischen Darm und Psyche und erfahren Sie, wie sich durch einfache Strategien Psyche und Darm gleichermaßen wirksam stärken lassen.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

12.03.2026 18:30 - 20:00 Uhr VHS Studienhaus, 121

[zur Kursdetail-Seite](#)

Was unser Darm mit Ängsten & Co. zu tun hat

Kursnummer 26Z131750

Beginn Donnerstag, 12.03.2026, 18:30 - 20:00 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, 415

Dozent Ute Akbar

Kursentgelt 7,00 €

[zur Kursdetail-Seite](#)