

Was unser Darm mit Ängsten & Co. zu tun hat

Kursnummer 26Z131751

Beginn Donnerstag, 24.09.2026, 18:30 - 20:00 Uhr

Dauer 1 Termin

Ort VHS Studienhaus, Raum 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

24.09.2026 18:30 - 20:00 Uhr VHS Studienhaus, Raum 415

[zur Kursdetail-Seite](#)