

Wenn die Psyche streikt, kann der Darm schuld sein / Was unser Darm mit Ängsten & Co. zu tun hat

Kursnummer 27Z131751

Beginn Donnerstag, 18.02.2027, 18:30 - 20:00 Uhr

Dauer 1 Termin

Ort VHS Studienhaus, Raum 221

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
18.02.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 221

[zur Kursdetail-Seite](#)