



JETZT BIS
22. APRIL 2026
ANMELDEN!

FORTBILDUNG

Stress im Kopf, Chaos im Bauch?

Mittwoch, 29. April 2026

Wann?

Mittwoch, 29. April 2026
15:00 - 17:30

Wo?

Online via Zoom

Thema:

Stress im Kopf, Chaos im Bauch? - Wie Ernährung, Psyche und Darm sich gegenseitig beeinflussen

Wie beeinflusst Stress unser Essverhalten? Welche Rolle spielt der Darm für unsere Psyche und warum neigen wir in belastenden Situationen häufiger zu emotionalen Ess-Entscheidungen?

Zielgruppe:

alle „Vitalküche“-Teilnehmenden

Referentin:

Anja Marchhart, Diätologin

Anmeldung:

bis Mittwoch, 22. April 2026 ausschließlich über die Website www.noetutgut.at/vitalkueche

Weitere Informationen:

„Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge GmbH

Marlene Hasenberger



0676/858 70 34352



marlene.hasenberger@noetutgut.at

Mindestteilnehmerzahl:

10 Personen

