

## Stimmungsmacher für Darm und Gehirn

Von Geburt an sind verschiedenste Darmbakterien mitverantwortlich für die Gesundheit, die Stimmung und das Verhalten.

Stimmungsschwankungen, Heißhungerattacken und Stress können ihren Auslöser im Darm haben.

Was stört eine gute Darmflora? Wie beeinflusst der Darm das Gehirn?

Hierzu erfährt man mehr, sowie zur Bauch-Gehirn-Regeneration und man lernt Übungen zur besseren Verdauung und Konzentration.

**Termin:** 7. November 2024, von 18.00 – 19.00 Uhr

Kosten: 10 €

**Anmeldung erforderlich:**

**Sybille Pfeifer, Heilpraktikerin, Mentaltrainerin (DGMT)**

**Tel: 06128 – 8600 920**