TERMINE
02.09.2027

ZEIT
09:00 - 16:15 Uhr
8 Unterrichtsstunden

ORT
Diakonische Akademie
für Fort- und Weiterbildung e.V.
Bahnhofstr. 9
01468 Moritzburg

ZIELGRUPPE
Mitarbeitende in Einrichtungen der Eingliederungshilfe und Sozialpsychiatrie sowie Interessierte

REFERENTINNEN
Nicole Casper
Heilpraktikerin für Psychotherapie

ANSPRECHPARTNER/IN
Stefanie Wildenhain
Tel.: 035207 843-50
E-Mail: info@diakademie.de

KOSTEN
140,00 Euro für Mitglieder
185,00 Euro für Nichtmitglieder

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächs. Landtags beschlossenen Haushaltes. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der EEB Sachsen statt.

BERUFL. WEITERBILDUNG

Wenn der Bauch denkt - Mikrobiom und psychische Gesundheit

Die Hirn- Darm- Achse ist die zentrale Verbindung zwischen Denken, Fühlen und Handeln. Der Stoffwechsel in unserem Körper ist ein so vielschichtiger Prozess, der die medizinische Forschung beschäftigt, aber auch immer mehr im Bereich des Befindens und Verhaltens an Aufmerksamkeit gewinnt. Die Zusammenhänge zwischen Stoffwechsel und psychischer Gesundheit werden zunehmend thematisiert - bis hin zu Diätplänen in Therapieverfahren.

Dieses Seminar zeigt die Ursachen für ein Ungleichgewicht des Mikrobioms im Darm auf und gibt gleichzeitig Lösungen, um einfach und nachhaltig psychisch gesund leben zu können.
Gerade in der Teilhabe ist dieses Thema eine wichtige Grundllage, denn eine Darmgesundheit lässt auch ungewünschte Aspekte wie Ängste und Disstress abgeschwächter auftreten oder gar verschwinden. Diese Thematik ist für die zeitgemäße Eingliederungshilfe hilfreich, um auch in der Esskultur neue Wege zu beschreiten, die in anderen Ländern bereits erfolgreich umgesetzt werden.

Inhaltliche Schwerpunkte

- Bedeutung der Hirn-Darm-Achse
- Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen
- Bedeutung und Relevanz von Darmgesundheit und Psyche
- Esskultur
- Bezug zur Eingliederungshilfe / Begleitung von Menschen mit Unterstützungsbedarf

Hier geht es direkt zur Kursanmeldung ›