# **Chronisch krank durch Stress im Nervensystem**

Kursnummer	261GVD020		
Beginn	Dienstag, 17.02.2026, 19:00 - 21:00 Uhr		
Dauer	1 U-Tage		
Kursort	Online-Kurs		
Gebühr	5,00 €		
Teilnehmer	0 - 99		
Kursleitung	Nina Köhler		

## Kursbeschreibung:

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie das Nervensystem funktioniert, warum der Vagusnerv für unsere Gesundheit so wichtig ist und welche Zusammenhänge zu chronischen Erkrankungen bestehen. Kleine alltagstaugliche Übungen zeigen, wie Sie Ihr Nervensystem positiv beeinflussen können. Ziel ist ein besseres Verständnis, wie Körper und Seele zusammenwirken - und wie Sie selbst zu mehr Balance beitragen können.

#### Ziel des Kurses

Verständnis der Thematik- Erlernen neuer Tools- Hilfe zur Selbsthilfe

### Methoden:

Wissensvermittlung Kleine Übungen

## **WICHTIG**

Diese Veranstaltung findet im Rahmen des "Digital Dienstag" statt. Für diese besonderen Kurse gilt eine Durchführungsgarantie und findet schon ab einer Anmeldung statt. Ermäßigungen sind für dieses Kursformat nicht möglich.

## Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
17.02.2026	19:00 - 21:00 Uhr	Online-Kurs