

Bauchgefühle: Wie das Essen unser Gehirn und unsere Gefühle beeinflusst

Donnerstag, 27. März 2025, 19.00 – ca. 20.00 Uhr
in der Wylandhalle Henggart

Referat von Prof. em. Dr. Wolfgang Langhans,
ETH Zürich Physiologie und Verhalten

Erfahren Sie, wie Ihre Ernährung das Gehirn und die Gefühle beeinflusst! In diesem spannenden Vortrag erklärt Prof. em. Dr. Wolfgang Langhans die zentrale Rolle des Darms und wie er unsere Stimmungen und kognitiven Funktionen steuert.

Unsere Ernährung ist der Treibstoff für unseren Körper und das gilt insbesondere für unser Gehirn. Was wir essen, wirkt sich direkt auf unser Wohlbefinden aus. Obwohl dieser Grundsatz vielen bekannt ist, unterschätzen wir oft, wie tiefgreifend die Auswirkungen unserer Ernährung auf das Gehirn wirklich sind.

Lernen Sie mehr über diese faszinierenden Zusammenhänge und wie Sie Ihr Wohlbefinden durch gezielte Ernährung verbessern können. Wir laden Sie herzlich ein, am 27. März 2025 in der Wylandhalle in Henggart mehr über die Verbindung zwischen Darm und Gehirn zu lernen und wie diese Erkenntnisse Ihr Leben bereichern können.

Wir freuen uns auf Sie.

Gemeinderat und
Gemeindeverwaltung Henggart



(Bauchgefühl: Der Bauch beeinflusst Gehirnprozesse, die an Emotionen wie zum Beispiel Angst beteiligt sind. Bildquelle: fotalia.com & Montage: ETH Zurich)