

Veranstaltungsreihe Psychosomatik

Seien es zum Beispiel unerklärliche Bauchschmerzen, permanente Übelkeit oder dauerhafte Kopfschmerzen - alles wurde mehrfach untersucht und irgendwann fällt der Satz: Das ist dann wohl psychosomatisch. Wo besteht eigentlich der Zusammenhang zwischen Psyche, Körper und dem sozialen Umfeld? Was beeinflusst uns in unserer ganzheitlichen Gesundheit? Welche Behandlungsmethoden gibt es? Diese und viele weitere spannende Fragen möchten wir mit Ihnen in dieser Vortragsreihe diskutieren.

12.02.2025 | 18 - 20:15 Uhr
VHS | Café/Bistro

Psychosomatik: Wenn die Seele den Körper krank macht, Jochen Timmermann (Facharzt für Psychosomatische Medizin, Allgemeinmedizin)

19.02.2025 | 18 - 20:15 Uhr
VHS | Café/Bistro

Wenn der Schmerz zur Krankheit wird: Die biopsychosoziale Behandlung von akuten und chronischen Schmerzen, Carina Rauterberg (Physiotherapeutin)

26.02.2025 | 18 - 20:15 Uhr
VHS | Café/Bistro

Selbstfürsorge: Vorbeugend das eigene Wohlbefinden steigern, Roswitha Jauris (Sozialpädagogin)

05.03.2025 | 18 - 20:15 Uhr
VHS | Café/Bistro

Happy Food: Wie Ernährung unser psychisches Wohlbefinden beeinflusst, Marina Siebers (Ernährungswissenschaftlerin)

12.03.2025 | 18 - 20:15 Uhr
VHS | Café/Bistro

Den eigenen Rhythmus finden: Musiktherapie in der Psychosomatik, Gudrun Bindseil (Musiktherapeutin)

Die Veranstaltungen sind kostenlos.
Weitere Informationen unter www.vhs-cuxhaven.de
oder unter www.timmermann-und-partner.de