

Bauchgefühl mit Wissenschaft: Warum der Darm mehr ist als ein Verdauungsorgan

Unser Darm ist viel mehr als nur ein Verdauungsorgan – er ist ein komplexes Ökosystem, das entscheidend für unser Immunsystem, unsere Stimmung und unser Wohlbefinden ist.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie das Mikrobiom, die Gemeinschaft der Darmbakterien, mit unserer Ernährung zusammenwirkt und wie bewusste Ernährung zu einem gesünderen Leben beiträgt.

Erfahren Sie, wie bakterienfreundliche Ernährung, regionale Lebensmittel und ein bewusster Blick auf Produktionsprozesse zu einem ganzheitlich gesunden Lebensstil beitragen können.

Änderungen vorbehalten.

Information

Kursdauer:	3 Einheiten
Kursbeitrag:	22,00 €
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Bäuerinnen und Bauern, Interessierte, Konsumentinnen und Konsumenten

Verfügbare Termine

04.11.2025 09:30,

Beginn	04.11.2025 09:30
Ende	04.11.2025 12:30
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	3523/1
Trainer:in	Katrin Fischer, MSc Ing. Dipl.-Päd. Gabriele Sekot
Termin 1	04.11.2025, 09:30 - 10:00 Uhr
Termin 2	04.11.2025, 10:00 - 12:00 Uhr
Termin 3	04.11.2025, 12:00 - 12:30 Uhr

28.01.2026 09:00, Aigen-Schlägl

Ort	Aigen-Schlägl
Beginn	28.01.2026 09:00
Ende	28.01.2026 12:00
Örtlichkeit	Cafe Jauker, Schlägler Hauptstraße 14, 4160 Aigen-Schlägl
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	3523/2
Trainer:in	Katrin Fischer, MSc Ing. Karin Kainberger
Termin 1	28.01.2026, 09:00 - 09:30 Uhr
Termin 2	28.01.2026, 09:30 - 11:30 Uhr
Termin 3	28.01.2026, 11:30 - 12:00 Uhr