



gesunde 
gemeinde



Stadtgemeinde
Gmünd
in Kärnten

Der gereizte Darm Einfache Wege zu mehr Darmgesundheit

Blähungen, unklare Bauchschmerzen und andere Beschwerden sind weit verbreitet – doch die Ursachen bleiben oft unklar.

Was beeinflusst unsere Darmgesundheit wirklich? Welche Rolle spielen Ernährung, Stress und Lebensstil? Und was können wir selbst tun, um unser Wohlbefinden spürbar zu verbessern?

Erfahren Sie, wie Sie Ihren Darm gezielt unterstützen können, welche einfachen Maßnahmen im Alltag helfen und warum ein gesunder Darm eine zentrale Rolle für Ihre gesamte Gesundheit spielt.

TERMIN:

Mittwoch, 08.04.2026

UHRZEIT:

19:00 Uhr

REFERENT:

Dr. Stefan Leitner

Facharzt für Innere Medizin mit Spezialisierungen auf Endokrinologie & Stoffwechsel, sowie Gastroenterologie & Hepatologie, (St. Kanzian)



VERANSTALTUNGSORT:

Lodronsche Reitschule Gmünd

KOSTEN:

Eintritt frei

Dieser Vortrag findet auf Initiative der „Gesunden Gemeinde“ Gmünd in Kärnten statt und wird von der Unterabteilung Gesundheitsförderung des Landes Kärnten finanziell unterstützt.