



Vortrag & Forum

Natürliche Resilienz – Wie Natur auf unser Nervensystem und unsere Gesundheit wirkt

Datum: Donnerstag, 22. Oktober 2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Ort: Nationalparkamt, Laustraße 8, Bad Wildungen

Referentin: Dr. med. Kristin Köhler, Geschäftsführerin VERDE GESUND

Mentale Erschöpfung und chronischer Stress fordern heraus. Doch wie greifen ökologische und menschliche Gesundheit ineinander?

Die Ärztin und Expertin, Dr. med. Kristin Köhler, informiert in einem interaktiven Vortrag, wie gezielte Natur-Interventionen unser Nervensystem regulieren und Gesundheit nachhaltig fördern können. Sie stellt die Methode der NBSR® (Natur-basierte Stressreduktion) vor und lässt das Publikum die Wirkung der Natur mit allen Sinnen erfahren – ganz unmittelbar, auch im geschlossenen Raum. Wie wirkt der Nationalpark als Lebensraum und welche Impulse hält eine naturbasierte und öko-systemische Erweiterung unseres Gesundheits-verständnisses für unseren Alltag bereit?

Über die Meetings-ID in Ihrer Webex-App oder über den Link im Internet ist die Teilnahme auch online möglich. Über die genannte Kennnummer nehmen Sie live am Vortrag teil. Bei Störungen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung: 05621 9040-151

Kennnummer: 2731 695 3656, Passwort: vdMkJb32Jp7

Link zur Teilnahme via Webex: <https://hessen.webex.com/hessen/j.php?MTID=mf38f7c7238c14d51b9d6c8ab721ac5bb>

