

Einladung

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir, Bürgerimpulse e.V., freuen uns, Sie zu unserem nächsten Vortrag einladen zu dürfen. Ein ganz neues Thema, aber wieder hochaktuell.

Professor Dr. Iris-Tatjana Kolassa von der Abteilung für Klinische und Biologische Psychologie der Universität Ulm wird referieren zum Thema:

**„Stress geht unter die Haut und in die Zelle:
Was die Gesellschaftspolitik für gesunde Bürger tun kann und sollte“**

Ort: Studio der Sparkasse Ulm, Hans-und-Sophie-Scholl-Platz 2 (Neue Mitte), 89073 Ulm
Datum: Donnerstag, 26.9.2019
Uhrzeit: 19:00 Uhr

Belastungen durch chronischen, exzessiven und traumatischen Stress kumulieren über die Lebensspanne und erhöhen in einer Dosis-Wirkungsbeziehung das Risiko für psychische und körperliche Erkrankungen. Auf molekularer Ebene führt Stress zu einem Mehr an zellulären Schädigungen durch oxidativen Stress und chronische Entzündungsprozesse, die letztlich den bioenergetischen Stoffwechsel der Zellen in unserem Körper beeinflussen. Die Mitochondrienmedizin wird im ganzheitlichen Verständnis von psychischer wie körperlicher Gesundheit in Zukunft eine immer wichtigere Rolle einnehmen. Körperliche Aktivität, stützende soziale Beziehungen, positive Freizeitaktivitäten, gesunde Ernährung und Schlaf sind Resilienzfaktoren und therapeutische Wirkfaktoren, die die stress-assoziierten biomolekularen Pfade beeinflussen und sollten in der gesellschaftspolitischen Gestaltung wichtiger Lebensräume noch mehr Beachtung finden, bspw. in der Schule, im Studium und in der Arbeitswelt.

Wir hoffen, Ihr Interesse geweckt zu haben und bitten Sie, sich aus organisatorischen Gründen unter <https://www.buergerimpulse.de/sprich-mit/anmelden/> anzumelden. Der Eintritt ist frei.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und verbleiben

mit freundlichem Gruß

Reinhard Knüppel