

Die Vortragsreihe „Gehirn für alle“ mit der Neurowissenschaftlerin Dr. Manuela Macedonia widmet sich aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und Methoden der Gehirnforschung.

## **Make love not war –**

### **Warum das Gehirn gegen Krieg ist**

**DO 12.3.2015, 18:30**

In diesem Vortrag erfahren Sie, was im Gehirn von Menschen passiert, die durch Kriegsgeschehen traumatisiert sind und inwiefern diese Belastung ihre Gene verändert, sodass psychisches und physisches Leid auch an Generationen vererbt wird, die den Krieg gar nicht erlebt haben. Im Gegensatz dazu ist Liebe Balsam für unser Gehirn und macht aus uns im Laufe der Generationen nicht nur glückliche, sondern auch intelligente Wesen.

## **Stress im Gehirn**

**DO 23.4.2015, 18:30**

In den letzten Jahren wurde viel über die Auswirkungen von Stress auf die Gesundheit gesprochen. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie seelische Belastungen und negative emotionale Erfahrungen die Neurochemie des Vorderhirns verändern und auf der Verhaltens-ebene zu Depressionen und Burn-out führen. Erläutert wird auch, wie Alter und Geschlecht mit der Widerstandsfähigkeit gegenüber Stress zusammenhängen.

## **Glück im Gehirn**

**DO 7.5.2015, 18:30**

Die Suche nach Glücksgefühlen ist der Motor, der uns das ganze Leben lang antreibt: die Wahl von FreundInnen, PartnerInnen, Beruf werden davon beeinflusst. Empfinden wir keine Freude mehr, versuchen wir die Situation zu verändern – auf der Suche nach weiterem Glück. In diesem Vortrag erfahren Sie, welche

Strukturen, Netzwerke und Botenstoffe im Gehirn Glück und Unglück „generieren“ und warum sich Menschen in der Wahrnehmung und dem Erleben von Glück voneinander unterscheiden.

## **Anti-Aging für das Gehirn**

**DO 1.10.2015, 18:30**

Unser Gehirn braucht Bewegung und die richtige Ernährung, aber auch geistige Anstrengung und soziale Beziehungen, die notwendig sind, um das „System“ auf Trab zu halten. Erfahren Sie in diesem Vortrag wie das Gehirn altert und wie sich Verfallserscheinungen wie Alzheimer auf unsere geistigen Fähigkeiten auswirken. Danach werden praktische Maßnahmen besprochen: Welche Bewegung ist notwendig, welche Ernährung sollte man meiden und was hält unser Gehirn gesund? Und warum ist ein erfülltes Sozialleben wichtig, um geistig fit zu bleiben?

## **Rausch und Gehirn:**

### **Warum keine Droge harmlos ist**

**DO 12.11.2015, 18:30**

Egal welche Droge wir benutzen – wir suchen dieses „Glück“ nicht mehr auf gesunde Weise, sondern stellen uns auf das Rauschgift ein. Leider verändern Drogen den Stoffwechsel und somit auch die Funktionen des Gehirns. Neue Studien zeigen, dass selbst „harmlose“ Substanzen zu Beeinträchtigungen unseres geistigen Potentials führen und psychische Krankheiten auslösen können. Erfahren Sie, warum es besser ist, darauf zu verzichten.