



**2023 INTERNATIONAL
MEN'S HEALTH WEEK**
#menshealthweek



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**

Konzeptidee Männergesundheitswoche vom 12. bis 18. Juni 2023

Warum nicht jetzt, wann dann?

FOKUS:

Men's Sheds – Männer Treffpunkte: Alternativen gegen die Einsamkeit von älteren Männern

ZIELE: jedes Bundesland beteiligt sich in irgendeiner Form an der Männergesundheitswoche

- das Gesunde Städte Netzwerk wird frühzeitig mit einbezogen
- wir wollen alle Akteure auf Kommunal- und/oder Bundeslandebene erreichen, die im Bereich (Männer-)Gesundheit tätig sind
- wir führen wieder eine Hybrid-Veranstaltung durch (zum Auftakt am 12. Juni)
- mindestens 5 Kommunen richten eine Familien-Veranstaltung, z.B. Wanderung aus (am 17. und/oder 18. Juni in Verbindung mit einer Spendenaktion)
- Vorstellung von Männer-Treffpunkten in Deutschland und im Ausland
- Finden von einem oder mehrerer Sponsoren, um eine nachhaltige MGW gestalten zu können (Finanzierung sicherstellen)

VERANSTALTUNG

- Thema 1: Werkstätten/ Schuppen für ältere Menschen/ Men's Sheds
- *Men's Sheds in Bamberg seit 2016*
- *Men's Sheds in Bremen seit 2022*
- *Werkstätten für ältere Menschen gegen Einsamkeit in Bochum, Konzept 2022*
- *Men's Sheds in UK / oder Irland*
- Thema 2: Ausbildung und Tätigkeit von Gesundheitscoachs für Men's Sheds
- *Vorschläge und Initiativen zur Qualifizierung von Gesundheitscoachs*

AKTIONSTAGE (für Social-Media-Kampagne)

- Mittwoch, 14. Juni – Weltblutspendetag
- Donnerstag, 15. Juni – Tag der Macht des Lächelns
- Freitag, 16. Juni – Tag der Verkehrssicherheit
- Samstag, 17. Juni – Mobil ohne Auto
- Sonntag, 18. Juni – Tag des Picknicks

EMPFEHLUNGEN für Schwerpunktsetzung durch Kommunen

- Diskussion von Vorschlägen gegen die Vereinsamung im Alter
- Förderung von Aktivitäten mit der ganzen Familie
- Stärkung des Wohlbefindens und der psychischen Gesundheit von älteren Männern
- Verzahnung von Selbsthilfegruppen und Men's Sheds in Kommunen
- Aufmerksamkeit für Aktionen gegen Einsamkeit älterer Männer
- Betonung der internationalen Zusammenarbeit

SPENDENWANDERUNG

Kontakte: bardehle@stiftung-maennergesundheit.de, rahl@stiftung-maennergesundheit.de

Wir freuen uns über Ihre Anregungen und Mitwirkung!