



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

Fachtagung zum Auftakt
der Männergesundheits-
woche am 12. Juni 2023

Online-Arbeitstagung
Zur Vorbereitung am
11.9.2023



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**



**Men's Sheds – Männertreffpunkte als
Alternative gegen die Einsamkeit von
älteren Männern und als
gesundheitsfördernde Maßnahme**

**Online-Nachfolgekonzferenz zu Männerschuppen
in Deutschland
Montag, 04. Dez. 2023; 14.00-17.00 Uhr**

**Prof. Dr. Doris Bardehle
Stiftung Männergesundheit, Berlin**



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



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**

Erkenntnisse der Fachtagung zur Männergesundheitswoche am 12.6.2023

1. Dr. A. Schmitz, TU Dortmund: Verschlechterung der Gesundheit nach Renteneintritt; Aktive Tätigkeiten und soziale Einbindung stärken, hohe Zufriedenheit
2. Noel Richardson, Men's Sheds in Irland: Drei Männergesundheitsstrategien haben zu einem führenden Platz bei der LE M (80,9 J.) und F geführt. Flächendeckende Men's Sheds und jetzt Sheds for Life.
3. Bernd Bauer-Banzhaf, Diakonie Bamberg: Seit 2016 gibt es den Männerschuppen als akzeptierte Einrichtung der Seniorenhilfe. Treffs "Schulter an Schulter". 700€/Monat
4. Lennart Semmler: Erprobung des Modells Männerschuppen (MARS) für DE in Bremen, inkl. Ges.förderung



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



Schwerpunkte der Online-Arbeitstagung am 11. Sept. 2023

1. Älter werden im vertrauten Wohnumfeld
2. Die bundespolitische Perspektive
3. Welchen Beitrag können Hausärzte leisten?
4. Welche sozialen Unterstützungsbedarfe entstehen im Alter?
5. Können Mehrgenerationenhäuser Männerschuppen fördern?
6. Hindernisse und neue Trends bei der Gründung von Männerschuppen
7. Welche Unterstützung benötigen Kommunen beim Aufbau von Männerschuppen?



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**



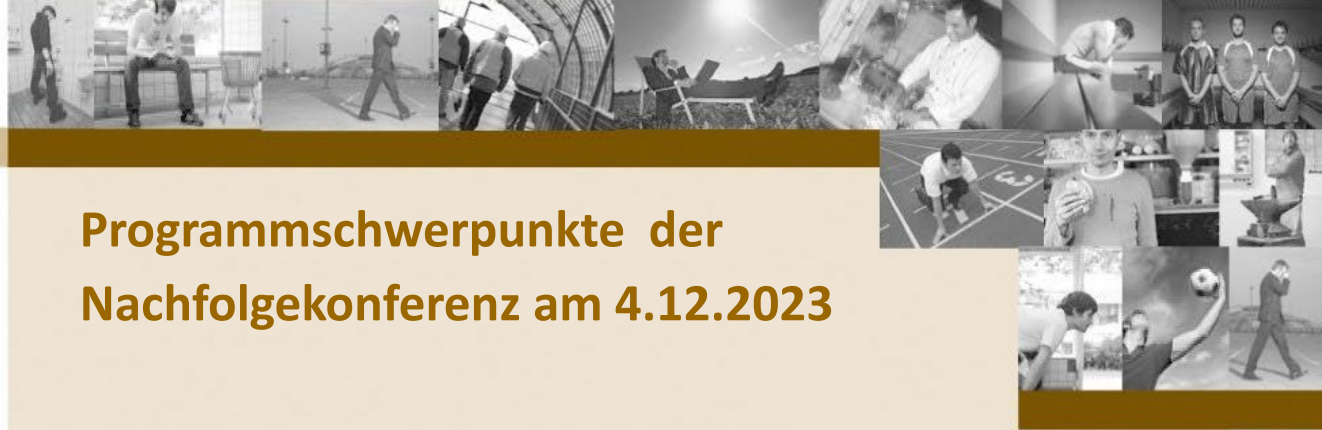
**2023 INTERNATIONAL
MEN'S HEALTH WEEK**
#menshealthweek



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**

Programmschwerpunkte der Nachfolgekonzferenz am 4.12.2023

- 1. Fortschritte bei der Gründung von Männerschuppen**
Wachsendes Interesse an weiteren Männerschuppen
- 2. Schwerpunkt Projekte**
Wie kann man aus befristeten Projekten nachhaltige Männerschuppen profilieren?
- 3. Schwerpunkt Mehrgenerationenhäuser**
Möglichkeiten von Mehrgenerationenhäusern zur Gründung von Männerschuppen
- 4. Schwerpunkt Trägerorganisationen**
Unterstützung durch Kommunen, Kirche, Verbände, Hochschulen u.ä.
- 5. Wie geht es weiter?**
Welche Fortschritte gibt es?
Welche thematischen Ausrichtungen
Öffentlichkeitsarbeit verstärken
Dachorganisation erforderlich?





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

Quelle:

https://en.wikipedia.org/wiki/Men%27s_shed

Flyer der
Stiftung



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**

Arten und Profile von Männerschuppen

1. **Handwerksprofil**
Ausführung von Reparaturen innerhalb der Kommune, vorzugsweise Holzarbeiten
2. **Gesundheitsbetontes Profil:**
zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden
3. **Bildungsprofil:**
zur Verbesserung von Fähigkeiten, mit Weiterbildungspotential
4. **Förderung von Freizeitaktivitäten**
Zur sozialen Integration und zum besseren Wohlbefinden
5. **Kommunale Männerschuppen für spezielle Gruppen:**
z. B. Veteranen, Behinderte, Migranten
6. **Mischformen von Men's Sheds**
z.B. mit Frauen, Jung und Alt





Flyer zu Männerschuppen

Arten von Männerschuppen

- 1. Handwerksprofil**
Ausführung von Reparaturen innerhalb der Kommune, vorzugsweise Holzarbeiten
- 2. Bildungsprofil**
Zur Verbesserung von Fähigkeiten, mit Weiterbildungspotenzial
- 3. Förderung von Freizeitaktivitäten**
Zur sozialen Integration und zum besseren Wohlbefinden
- 4. Gesundheitsbetontes Profil**
Zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden
- 5. Männerschuppen für spezielle Gruppen**
Veteranen, Behinderte, Männer, Migranten
- 6. Mischformen von Men's Sheds**
z.B. mit Frauen, Jung und Alt

Kontakt

Stiftung Männergesundheit
Leipziger Straße 116
10117 Berlin

www.stiftung-maennergesundheits.de



STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT

Männerschuppen (Men's sheds) in Deutschland

Das Thema Männerschuppen war Gegenstand der Internationalen Männergesundheitswoche vom 12. bis 18. Juni 2023 in Deutschland.

Erstmalig wurden sie als Möglichkeit diskutiert, der Vereinsamung von älteren Männern, z.B. nach Eintreten des Altersruhestandes entgegenzuwirken. Wir wollen eine Initiative unterstützen, die nach Erfahrungen vieler anderer Länder einen ausgesprochenen gesundheitsfördernden Aspekt hat.

Eine Übersicht belegt, dass es bereits 2016 den ersten Männerschuppen in Deutschland gab und inzwischen weitere bestehen oder sich gegenwärtig in Gründung befinden. Seit mehreren Jahren bestehende Männerschuppen werden von einer starken Initialfigur geleitet.

Inhaltliche Ansprechpartnerin:
Prof. Doris Bardehle
bardehle@stiftung-maennergesundheits.de

Anmeldung:
Juliane Rahl
rahl@stiftung-maennergesundheits.de

Den Link zur Online-Veranstaltung erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung



STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT



Flyer zu Männerschuppen

Männerschuppen

Ein Männerschuppen ist ein engagierter und einladender Treffpunkt, an dem Männer zusammenkommen und eine Vielzahl von gemeinsamen Aktivitäten unternehmen.

Männerschuppen stehen allen Männern offen, unabhängig von Alter, Hintergrund und Fähigkeiten.

(Barry Golding, 2007)



Bildquelle: <https://www.reparatur-initiativen.de/maennerschuppen-hamburg>
Download: 26.09.2023

2. Online-Konferenz zu Männerschuppen in Deutschland

Montag, 4.12.2023
14 – 17 Uhr

Programmschwerpunkte

1. Fortschritte bei der Gründung von Männerschuppen seit Juni 2023
2. Wie kann man aus befristeten Projekten nachhaltige Männerschuppen profilieren?
3. Möglichkeiten von Mehrgenerationenhäusern zur Gründung von Männerschuppen
4. Unterstützung für Männerschuppen durch Kommunen, Kirche, Verbände, Hochschulen u.ä.
5. Thematische Ausrichtung von Männerschuppen und Gesundheitsförderung
6. Einfluss von ambulanten ÄrztInnen auf Bildung und Betrieb von Men's Sheds
7. Diskussion: Wie geht es weiter?

Schritte zur Gründung eines Männerschuppens

1. Bildung einer Führungsgruppe (Steuerungsgruppe einer sich bildenden Männergruppe), Benennung einer Führungsperson als künftiger Leiter eines Men's Sheds
2. Durchführung einer kommunalen Informationsveranstaltung
3. Vorbereitung der Gründung eines Männerschuppens (MS), Meetings, Flyer, Öffentlichkeitsarbeit, Benennung eines Trägers, Erfahrungsaustausch mit anderen MS
4. Finden einer passenden Einrichtung, möglichst versichert & preiswert
5. Gründungsveranstaltung, Formalisierung: Namensgebung, Adresse, Programm. Vorzugsvariante: gemeinnütziger Verein
6. Ausstattung bei Handwerkerprofil: z.B. Schenkungen, Achten auf Gerätesicherheit
7. Registrierung der Teilnehmer. Gewährleistung der Betriebssicherheit, der Hygiene & des Gesundheitsschutzes



STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT



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

LE Männer	80+
Schweden	81,4
Malta	81,3
Luxemburg	80,7
Italien	80,6
Spanien	80,3
Irland	80,2
6 EU-Länder	79+
2 EU-Länder	78,3+
DE = 15. Platz	



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**

Lebenserwartung in DE, 2022 Differenz M/F: 4,72 Jahre

Lebenserwartung in Deutschland, 2022

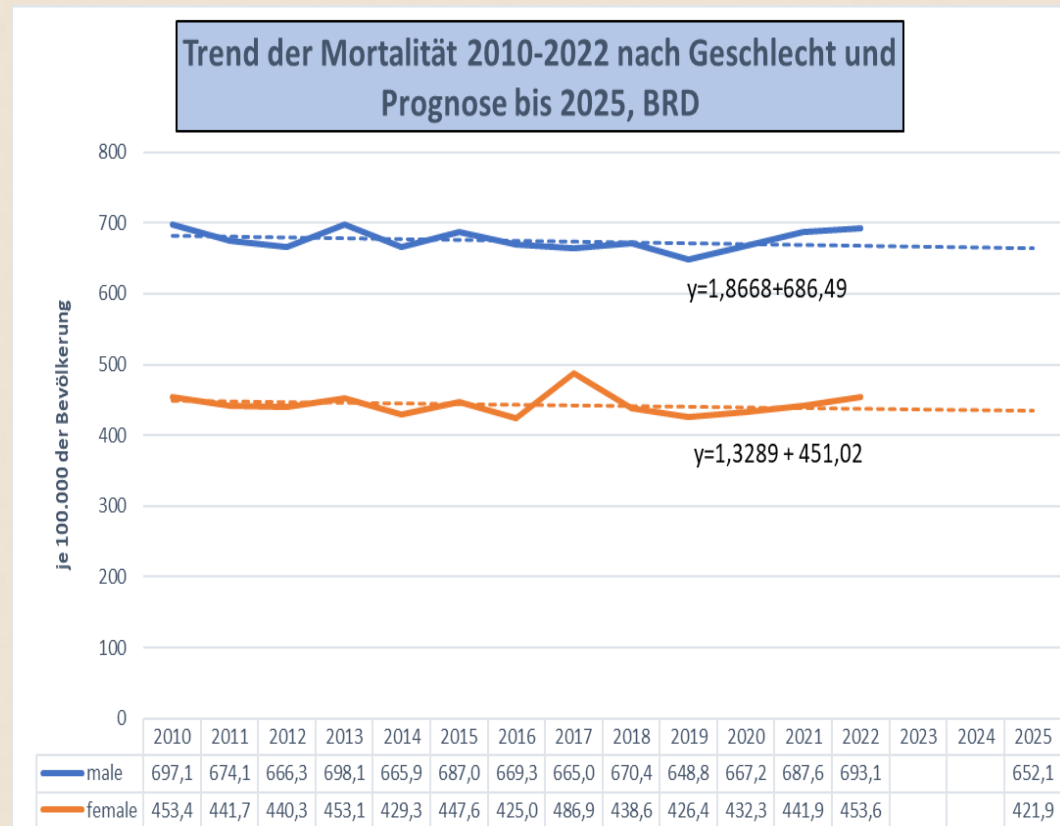
<i>Altersgruppen</i>	<i>Männer</i>	<i>Frauen</i>	<i>insgesamt</i>
<1	78,26	82,98	80,61
1-4	77,52	82,22	79,86
5-9	73,56	78,26	75,90
10-14	68,60	73,29	70,93
15-19	63,62	68,31	65,96
20-24	58,72	63,37	61,04
25-29	53,84	58,43	56,13
30-34	48,96	53,49	51,22
35-39	44,11	48,58	46,35
40-44	39,33	43,70	41,52
45-49	34,62	38,88	36,76
50-54	30,01	34,13	32,08
55-59	25,60	29,49	27,57
60-64	21,43	25,00	23,26
65-69	17,59	20,73	19,23
70-74	14,12	16,70	15,49
75-79	10,94	12,89	12,01
80-84	8,10	9,45	8,88
85+	5,69	6,46	6,17

Eigene Berechnungen nach der Chiang Methode



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

Aktuelle gesundheitliche Lage von Männern und Frauen, Anstieg der Sterblichkeit (SDR)



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**



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

Australian Men's
Sheds Association
AMSA

Irish Men's Sheds
Association IMSA

UK Men's Sheds
Association UKMSA



**STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT**

Schritte zur Gründung eines Männerschuppens

- 1. Bildung einer Führungsgruppe**
(Steuerungsgruppe einer sich bildenden Männergruppe),
Benennung einer Führungsperson als künftiger Leiter eines Men's Sheds.
- 2. Durchführung einer kommunalen Informationsveranstaltung**
- 3. Vorbereitung der Gründung eines Männerschuppens.**
Meetings, Flyer, Öffentlichkeitsarbeit, Benennung eines Trägers,
Erfahrungsaustausch mit anderen Männerschuppen
- 4. Finden einer passenden Einrichtung,**
möglichst versichert und preiswert
- 5. Gründungsveranstaltung**
Formalisierung: Namensgebung, Adresse, Programm,
Vorzugsvariante: gemeinnütziger Verein
- 6. Ausstattung bei Handwerkerprofil**
z. B. Schenkungen, Achten auf Gerätesicherheit,
- 7. Registrierung der Teilnehmer**
Gewährleistung der Betriebssicherheit, der Hygiene & des
Gesundheitsschutzes





Was ist der aktuelle Trend?

1. 2022 wurde das Kompetenznetz gegen Einsamkeit (KNE) vom Familien-Ministerium gegründet.
2. Die Bundesländer starten Initiativen gegen Einsamkeit von älteren Bürgern, aber auch für alle Altersgruppen.
3. Auf Landesebene gibt es Fachgruppen für Prävention und Gesundheitsförderung. Sie verwalten Projekte und beraten, aber die eigentliche Arbeit wird in den Kommunen relativ eigenverantwortlich durchgeführt.
4. Initiativen auf kommunaler Eben sind vielfältig. Berlin-Reinickendorf setzt Ende 2023 einen Einsamkeitsbeauftragten ein. Die bisher bekannten Männerschuppen sind kommunale Initiativen. In den Kommunen hängt es davon ab, ob eine optimale Konstellation eine nachhaltige Strategie auch für Männerschuppen begünstigt.





Bundesinitiative Mehrgenerationenhäuser (MGH)

Förderprogramme seit 2006
Wichtiger Bestandteil der sozialen Infrastruktur und
kommunalen Daseinsfürsorge

Räumliche Bündelung von Angeboten und nachhaltige
Fortschreibung

Anlaufpunkte für Begegnungen in der Kommune;
Ehrenamtliches Engagement zum Wohle der Gemeinschaft

530 Mehrgenerationenhäuser werden in DE gefördert
Ideenkonferenzen – „In Würde altern“ 2023

Das 1. Aktionsprogramm fand von 2006-2011 statt,
es folgte das Programm 2012-2016 (450 MGH)
Programm 2017-2020, die jährliche Förderung betrug 40.000 €,
Aktuelles Programm ab 2021



STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT



Männerschuppen, well-being und Gesundheitsförderung

Wie könnte Gesundheitsförderung integriert werden?

Wie können Hausärzte Männerschuppen unterstützen?

Hausärzte sehen Möglichkeit

Hausärzteverband – gegenwärtig noch nicht thematisiert

wenn Männerschuppen existieren, kann konkrete Unterstützung geleistet werden (Berlin)

Messbarer Einfluss auf die Gesundheit der Teilnehmer (shedders) durch Begleitforschung (Hochschulen)



STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT



Die Stiftung Männergesundheit fördert die Entwicklung von Männerschuppen

Männerschuppen können zur Motivation an gesellschaftlicher Teilhabe und zum Wohlbefinden von Männern, speziell von älteren Männern beitragen.

Männerschuppen können den Gesundheitszustand der aktiv einbezogenen Männer verbessern.

Männerschuppen können ein Sinnbild kommunaler Verantwortung für Lebenszufriedenheit darstellen.

Männerschuppen verkörpern sinnbildlich ein Zusammengehörigkeitsgefühl der Gesellschaft und helfen vereinsamten Männern, sich innerhalb der Kommune zu integrieren.



STIFTUNG
MÄNNERGESUNDHEIT