



Vortrag:

„Man(n) kümmert sich um seine Gesundheit! Oder etwa nicht?“

Im Vortrag wird eine Einführung in das Thema Männergesundheit vermittelt. Statistisch nutzen Männer Vorsorgeuntersuchungen seltener und reagieren häufig später auf gesundheitliche Warnsignale als Frauen. Dadurch werden viele Erkrankungen erst entdeckt, wenn sie bereits fortgeschritten sind.

Anhand aktueller Erkenntnisse aus der Präventionsmedizin zeigt der Vortrag, welche Risiken besonders häufig auftreten, welche Symptome ernst genommen werden sollten und welche Rolle regelmäßige Vorsorge für eine langfristige Herz- und Gefäßgesundheit spielt.



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.

Das Thema „Vorsorgeuntersuchungen“ kennt „jederMann“, doch bei vielen dauert es oft (zu) lange, bis die Entscheidung, aktiv zu werden, auch tatsächlich umgesetzt wird.

Der Vortrag:

- vermittelt einen Überblick über die wichtigsten Themen der Männergesundheit: Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch Risikofaktoren, psychische Erkrankungen durch Stress sowie Krebserkrankungen (z. B. Prostatakrebs),
- klärt über verschiedene Mythen auf, z. B.:
 - „Radfahren macht impotent“ – stimmt das wirklich?
 - „Männerschnupfen ist schlimmer als Frauenschnupfen“ – Fakt oder Klischee?
 - Gibt es die „männlichen Wechseljahre“?
- gibt Anregungen zum Nachdenken für zukünftige Entscheidungen, liefert praxisnahe Problemlösungen und bietet eine Plattform zum Erfahrungsaustausch.



KörperManagement®
Ihr Körper. Ihr Kapital.

Ort:

- Online via Videokonferenz
- Offline in Präsenz in einem Raum vor Ort
- Hybrid

Ausstattung:

- Online: Ohne Equipment möglich
- Offline: Beamer und Raum mit Bestuhlung

Zeit: Ca. 60 Minuten

Teilnehmendenzahl:

- Online unbegrenzt möglich
- Offline je nach Größe des Raumes
- Max. 12 Personen angeraten, um individuell handeln zu können