

Ausgabe: 21.11.22

## Titel: Männergesundheit: Männer & Vorsorge – Motivation zur eigenen Gesundheit

Inhalt der Veranstaltung	Wann und wo?
<p>Dieser Workshop geht auf die aktuelle Situation zur Gesundheit und dem Gesundheitsverhalten von Männern ein. Dabei geht der Blick vom Aktivitätsverhalten über die Lebenserwartung bis zur Darmkrebsvorsorge. Wissenschaftliche Daten werden verständlich aufbereitet und alltagsnah erläutert. Ziel ist es, Männern ein besseres Verständnis dafür zu vermitteln, dass die eigene Gesundheit kein mit dem Geschlecht verbundenes Schicksal ist, sondern sich auf vielfältige Art und Weise positiv beeinflussen lässt.</p> <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Daten und Fakten zur Gesundheit und zum Gesundheitsverhalten der Männer</li> <li>• Rolle der subjektiven Gesundheitseinschätzung</li> <li>• Veränderungen des Hormonhaushalts</li> <li>• Veränderung des Energiebedarfs &amp; Ernährungstipps</li> <li>• Körperliche Aktivität im Alter</li> <li>• Herz-Kreislauf-Erkrankungen</li> <li>• Krebsvorsorge (Prostata, Darmkrebs)</li> </ul>	<p><b>Der Vortrag findet statt am</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Mittwoch den 18.01.2023 von 10:00 bis 11:30 Uhr</b></p> <p><b>Online am Arbeitsplatz</b></p>
Referentinnen/Referenten	<p style="text-align: center;"><b>Anmeldung</b></p> <p>Bitte melden Sie sich bis zum 21.12.2022 mit dem beigefügten Anmeldeformular beim Referat LEB 24 an. Da die Teilnehmerzahl auf 15 Personen begrenzt ist, kann ggfs. nicht jeder Teilnahmewunsch berücksichtigt werden. Sie erhalten rechtzeitig vor der Veranstaltung eine Bestätigung Ihres Termins.</p> <p>Rückfragen zur Anmeldung richten Sie bitte an Sandra Höhne, Telefon 42815-3066 oder <a href="mailto:gesundheit@leb.hamburg.de">gesundheit@leb.hamburg.de</a></p> <p><b>Bitte prüfen Sie zunächst unbedingt, ob Sie über die notwendigen technischen Voraussetzungen verfügen bzw. für die Veranstaltung ein entsprechendes Gerät nutzen können:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-PC/Notebook mit Headset und Kamera</li> <li>-Stabile Internetverbindung</li> <li>-Software – Zoom</li> </ul>
<p><b>Von der AktiVital GmbH in Kooperation mit der Mobil Krankenkasse</b></p>	
Zielgruppe	
Alle Beschäftigten des LEB	