

# MÄNNERGESUNDHEIT

Liebe Jungs,  
Männer und auch Frauen  
im Kreis Paderborn,

kennen Sie den Movember? Nein – kein Druckfehler. Der Movember ist eine Kampagne, bei der sich jedes Jahr im November Männer in der ganzen Welt einen Schnurrbart (engl. moustache) wachsen lassen. Das Ziel dieser Aktion ist es, die Männergesundheit stärker ins öffentliche Bewusstsein zu rücken und Spenden zu sammeln. In Deutschland hat diese Bewegung bislang allerdings nur wenig Anhänger. Statt den Paderborner Männern Haare auf der Oberlippe sprießen zu lassen, haben wir, die Arbeitsgruppe Männergesundheit der Kommunalen Gesundheitskonferenz im Kreis Paderborn, uns dafür entschieden, eine Männergesundheitswoche anzubieten.

Jeden Tag gibt es ein Angebot, das unterschiedliche Aspekte unserer Gesundheit behandelt – Geist und Körper, von A wie AIDS bis Y wie Yoga. Wir starten am 3. November passend am „Weltmännertag“.

Ich lade Sie herzlich ein, die Angebote unserer Männergesundheitswoche zu nutzen.



Prof. Dr. med. Dr. phil. Martin Hörning  
Leiter der Arbeitsgruppe

**Eine Gemeinschaftsaktion der  
Arbeitsgruppe „Männergesundheit“ und  
der Kommunalen Gesundheitskonferenz  
unter Vorsitz von Landrat Manfred Müller**

**Leitung:**

**Professor Dr. Dr. Martin Hörning**

**Beteiligte Institutionen u.a.:**

AIDS-Hilfe Paderborn e.V., AOK, Barmer GEK, Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, Forum Jungearbeit, IKK classic, Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen, Abteilung Paderborn, KIM-Soziale Arbeit e.V., Kreis Paderborn, St. Vincenz-Krankenhaus - Klinik für Kinder und Jugendmedizin

**Ansprechpartnerin:**

Margot Becker

Tel.: 05251/ 308 288

Email: [beckerm@kreis-paderborn.de](mailto:beckerm@kreis-paderborn.de)

**Impressum:**

Kreis Paderborn  
- Der Landrat -  
Aldegreverstraße 10 – 14  
33102 Paderborn  
Tel.: 05251 308 0

[www.kreis-paderborn.de](http://www.kreis-paderborn.de)



**Aktionswoche  
zur Männergesundheit**

**- 3. bis 9. November 2012 -**



  
**Kreis  
Paderborn**

## Programm

### Samstag, 3. November 2012

Schatzsuche zum Thema

HIV und AIDS

- Geocaching in Paderborn
- PositHIVes Denken (GC3XMWZ)

Genaue Koordinaten und Information unter: [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com), (suchen Sie nach: PositHIVes Denken (GC3XMWZ))

### Montag, 5. November 2012

Gesundes Kochen für Männer in der Kochgruppe der Aids-Hilfe

Ort: : AIDS-Hilfe Paderborn e.V.  
Friedrichstr. 51, 33102 Paderborn

Zeit: 19.00 bis ca. 22.00 Uhr

Anmeldung: AIDS-Hilfe Paderborn,  
Thorsten Driller, 05251/280 298,  
info@paderborn.aidshilfe.de

Kosten: 5 Euro

### Dienstag, 6. November 2012

Yoga für Männer -  
Information und Einführung  
mit praktischen Übungen

Referent: Jochen Hunold-Berle,  
Diplom Sozialarbeiter

Ort: KIM-Forum,  
Detmolder Str. 21, 33102 Paderborn  
Zeit: 16.30 bis 17.30 Uhr

## Programm

Anmeldung: MännerBeratung  
KIM-Soziale Arbeit e.V.  
Tel: 05251 – 506 77 11  
mitzubringen: bequeme Kleidung

im Anschluss von 18.00 bis 19.30 Uhr findet ein VHS-Kurs „Yoga für Männer“ statt. Anmeldungen sind über die VHS Paderborn vorzunehmen.

### Mittwoch, 7. November 2012

MännerBeratung der KIM-Soziale  
Arbeit Paderborn e.V.  
- Eröffnung mit Vorträgen und Infostand,  
Kunst + Musik

Männer + Beratung  
Referent: Prof. Dr.med. Dr. phil. Martin Hörning  
Katholische Hochschule NRW, Abt. Paderborn  
Zeit: 14.00 Uhr

KIM-Männer-Beratung  
Referent: Reinhard Kersting, Geschäftsführer  
Zeit: 14.30 Uhr

Täterhilfen HG  
Referent: Klaus Eggerding  
Zeit: 15.00 Uhr

Männer-Dialog  
Referent: Jochen Hunold-Berle  
Zeit: 16.30 Uhr

Themenräume  
u.a. Männer u. Stress, Burnout, Kreativität  
Zeit: 17.00 Uhr

Die Heldenreise des Mannes  
Referent: Walter Mauckner  
Zeit: 18.00 Uhr

Ort: KIM-Forum Detmolder Str. 21,  
33102 Paderborn

## Programm

### Donnerstag, 8. November 2012

Depressionen – worüber man(n) nicht spricht -  
Vortrag mit anschließender Diskussion

Referent: Dr. med. Ulli Polenz,  
Facharzt für Allgemeinmedizin

Ort: IKK classic, Klingender Str. 24-26,  
33100 Paderborn

Zeit: 19.30 bis 21.00 Uhr

Anmeldung: Gesundheitsamt, Margot Becker,  
Tel.: 05251/308 288

### Freitag, 9. November 2012

Männerherzen schlagen anders? -  
Vortrag und Möglichkeit der Besichtigung  
der neuen Abteilung der Kardiologie und  
des Herzkatheterlabors

Referent: Dr. med. Andreas Schärtl,  
Chefarzt der Kardiologie des  
Brüderkrankenhauses St. Josef, Paderborn

Ort: „Cafe Ambiente“ im Brüderranken-  
haus St. Josef, Husenerstr. 46, 33098 Paderborn  
Zeit: 19.00 bis 21.00 Uhr

### Während der Woche:

Kunstaussstellung:  
Kunst im Strafvollzug „Erlaubte Fluchten“  
Gezeigt werden Bilder, vorzugsweise Acrylmale-  
rei auf Leinwand, von inhaftierten Männern der  
JVA Bielefeld

Ort: Katholische Hochschule NRW,  
Leostraße 19, 33098 Paderborn, Ebene 4  
Zeit: Mo.-Fr. von 9.00 bis 17.00 Uhr