

Workshop *Männer zwischen Übergewicht und Fitnesskult*

Wie ich als Mann gut für meine Gesundheit sorgen kann und warum ich es oft nicht tue

Beginn/Termin:

Samstag, 25.02.2012
von 9.30 bis 17.00 Uhr

(Mittagspause
von 13.00 - 14.00 Uhr)

Kosten: 85.- €

(pro Person)

Kontakt-Telefonnummer:

Dr. Martin Weiß-Flache
0951-9163142

Anmeldung bis spätestens

Donnerstag, 16.02.2012

Bankverbindung:

Dr. Martin Weiß-Flache
Sparkasse Bamberg
BLZ: 770 500 00
Konto-Nr.: 302034509

Zielgruppe:

Alle interessierten Männer

Inhalt:

Gesundheit und Fitness sind Werte, die seit einigen Jahren Hochkonjunktur haben und auch für Männer wird das Thema „Gesundheit“ immer bedeutsamer, wenn man der Zeitschrift „Men's health“ Glauben schenken darf.

Der Workshop bietet Männern die Gelegenheit, sich mit dem eigenen Gesundheitsbewusstsein und -verhalten auseinanderzusetzen. Dabei werden folgende Themenfelder angesprochen:

- Der erste Männergesundheitsbericht - Hintergrundinformationen zur Männergesundheit
- Konkurrenz, Karriere, Kollaps - traditionelle männliche Sozialisation und Männergesundheit
- „... und bist Du nicht willig, so brauch ich Gewalt“ - die Zurichtung des männlichen Körpers auf Leistung
- „Ein echter Mann kann immer?“ - Mythen männlicher Sexualität
- „Wie der Vater, so der Sohn?“ - Vorbilder für mein Gesundheitsverhalten
- „Gut zu mir mit meinem Körper“ - Wie ich mein Gesundheitsverhalten verändern kann

Methoden:

- Vortrag
- Diskussion
- Selbsterfahrung
- Gruppenarbeit

Leitung:

Dr. Martin Weiß-Flache

(Jahrgang 1966)

Dr. theol., Weiterbildung in Transaktionsanalyse (DGTA), Männerforscher,
Lebens- und Organisationsberater in eigener Praxis, Ethikdozent in der Altenpflegeausbildung

www.weiss-flache.de

