

„Kerlgesund“ mit der BKK

Stadthagen. Männer leben durchschnittlich fünf Jahre weniger als Frauen. Mangelnde Vorsorgeuntersuchungen und ein riskanter Lebensstil sind oft für gesundheitliche Probleme verantwortlich. Mit einem Erlebnissporttag für Männer am Sonnabend, 6. Juni, möchte der Kreissportbund Schaumburg (KSB) von 10 bis 17.30 Uhr in der BKK24 in Obernkirchen gezielt auf das Thema „Männergesund“ aufmerksam machen und Tipps für ein gesünderes Leben geben.

Obwohl Krankenkassen zahlreiche Kurse zur Gesundheitsförderung anbieten, deren Schwerpunkte auf Bewegung, gesunder Ernährung und

Stressvermeidung liegen, werden diese Angebote zum Großteil eher von Frauen genutzt. Durch Vorträge und Workshops sollen Männer bei „Kerlgesund“ mit Blick auf ihre Gesundheit sensibilisiert werden. Außerdem wird ihnen die Möglichkeit geboten, in ungezwungenem Rahmen aktiv zu werden, neue Sportarten auszuprobieren und Erfahrungen auszutauschen.

Die Teilnahme kostet zehn Euro pro Person, inklusive Verpflegung. Anmeldungen nimmt Marco Vehling für den Kreissportbund unter (05721) 9930962 sowie per E-Mail an fsj@ksb-schaumburg.de entgegen. mak