

Memorandum

Zur Weiterentwicklung von Männerschuppen / Männertreffs in Deutschland

Bedarf und Ausgangslage

Männerschuppen sind eine neue Initiative in Deutschland für den sozialen Kontakt, Austausch und Zusammenhalt älterer Männer nach dem Berufsleben. In einigen Bundesländern gibt es seit einigen Jahren Männerschuppen, die nach internationalem Vorbild erfolgreiche „Modelle guter Praxis“ für die soziale Integration älterer Männer darstellen. Als Hilfen gegen Einsamkeit und Bedeutungsverlust im Alter trotz hohem Wissen und Können, tragen sie in dieser Lebensphase zu einem größeren gesundheitlichen Wohlbefinden bei.

Bisher ist das Angebot von Männerschuppen hinsichtlich der Förderung und Unterstützung der Männergesundheit wenig bekannt.

Die Lebenserwartung der Männer liegt 5 Jahre unter der Lebenserwartung der Frauen. Die Sterblichkeit bis zur Erreichung des Rentenalters ist auf Grund des Risikoverhaltens und der geringeren Inanspruchnahme des Gesundheitswesens erhöht. Deshalb sind gezielte niederschwellige Angebote für Männer in diesem Alter von großer Bedeutung.

Es besteht ein Bedarf an gezielten Angeboten für Männer, bei denen diese ihre individuellen und noch vorhandenen Fähigkeiten einsetzen können. Handwerkliche, Garten-, Sport- und andere Aktivitäten können Männern nach dem Renteneintritt eine sinnstiftende Perspektive bieten.

Um die Bekanntheit und den Nutzen von Männerschuppen in Deutschland zu unterstützen, will das Memorandum aus den bereits existierenden Initiativen und dem Ergebnis von drei Tagungen von Akteuren zur Männergesundheit die bisherigen Erfahrungen, Umsetzungsfaktoren und erforderlichen Unterstützungsangebote für eine Realisierung von Männerschuppen zusammenfassen und zu deren Verbreitung beitragen.

Es soll wesentliche Aspekte der Ausgangslage, der zu beantwortenden Fragestellungen, dem Nutzen von Männerschuppen und mögliche Umsetzungswege skizzieren.

International sind Männerschuppen als gezieltes Angebot für ältere Männer unter der Bezeichnung „Men’s Sheds“ bekannt. Die Männerschuppen-Bewegung startete in den 90er Jahren in Australien [1; 2] und breitet sich international aus, seit 2007 gibt es den ersten Landesverband für Men’s Sheds in Australien. In Irland wurden Men’s Sheds seit 2009 zu einer

Gesundheitsbewegung, die bereits in der ersten Männergesundheitsstrategie 2008-2013 verankert war und eine Erfolgsstory der Männerschuppenbewegung mit 450 Men's Sheds in Irland darstellt.

Sheds for Life sind eine spezielle Weiterentwicklung von Männerschuppen mit dem Fokus auf Gesundheitsförderung und wurden im Programm 'Healthy Ireland Men 2017-2021' gefördert. Die Evaluation des Programms ergab einen Gewinn an quality-adjusted-life-years (QALYS) und eine positive Kosteneffektivität [4; 5]. Men's Sheds gibt es inzwischen in mindestens 14 Ländern.

Der positive Einfluss von Männerschuppen auf Gesundheit und Wohlbefinden ist in Australien und Irland wissenschaftlich belegt und zeigt einen positiven Effekt auf die physische, geistige und psychische Gesundheit [3]. In ihren Beiträgen auf den Online-Tagungen der Stiftung Männergesundheit sprachen sich Noel Richardson, Director Centre for Men's Health, University Carlow, Ireland, und Mark Winston, Leiter der U.S. Men's Sheds Association, für die Etablierung von Männerschuppen/Männertreffs in Deutschland aus.

Aus den bestehenden Männerschuppen/Männertreffs in Deutschland wird ein hohes Maß an Zufriedenheit und langjährige Bindung an die Einrichtungen berichtet.

Bestehende Angebote in Deutschland

In Deutschland bestehen Männerschuppen [6; 7; 8] bislang über regionale Initiativen beispielsweise in Bamberg (2016), Leinenfelden-Echterdingen (2018), das Männernetzwerk Dresden e.V. (2020), Meetup Berlin (Englisch/Italienisch) (2020), Kulmbach (2023), W. Dülberg Soest Männerberatungsnetz/Borkum (Schmiede, 2022). Darüber hinaus gibt es weitere Angebote für Senioren, die sich auch an den Bedürfnissen von Männern orientieren. Durch das vom BMG geförderte MARS-Projekt werden von 2022 bis 2025 insgesamt 8 Männerschuppen entstehen. Sie zeigen, wie vielfältige Angebote in einer Vereinsstruktur mit unterschiedlichen Ansätzen sowie Träger- und Finanzstrukturen regional und auf Landesebene erfolgreich sein können.

Die Anbindung an bestehende Träger und in deren vorhandenen organisatorischen und raumvorhaltenden Strukturen stellt einen deutlichen Vorteil dar. In Betracht kommen neben Mehrgenerationenhäusern die Einrichtungen von Kirchengemeinden und Diakonie, Quartiersbüros, Stadtteilzentren, Nachbarschaftsheime und kommunale Träger sowie Organisationen wie die Volkssolidarität, der ASB etc. Sie verfügen in der Regel über Räumlichkeiten zur Mitnutzung. Bisher wird die Zielgruppe älterer Männer aber kaum durch Angebote angesprochen. So besteht aktuell durch die 530 Mehrgenerationenhäuser zum Beispiel die reale Chance, Angebote von Männerschuppen für ältere Männer zukünftig zu integrieren. Viele zeigen sich diesbezüglich offen und interessiert.

Es gibt bereits behördliche Initiativen in Deutschland, die auf der Ebene der Länder und des Bundes die Gründung von weiteren Männerschuppen unterstützen könnten. So fördert das Familienministerium seit Jahren alle Mehrgenerationenhäuser [9], das Kompetenznetzwerk gegen Einsamkeit [10] und weitere „Freiwillige Engagements“ über Bundesprogramme. Das BMG unterstützt mit dem MARS Projekt die wissenschaftliche Basis für Männerschuppen mit 8 zu gründenden Männerschuppen. Darüber hinaus gibt es auch freiwillige, selbstorganisierte Zusammenschlüsse / Treffs von Männern, die nicht gefördert werden.

Männerschuppen/Männertreffs sind ein wichtiger Beitrag zur Förderung der Gleichstellung von Frauen und Männern. Sie widersprechen nicht der Frauenförderung, sondern ergänzen diese positiv - beide verstärken sich gegenseitig.

Realisierung und Umsetzung

Gute Realisierungschance des Ansatzes von gesundheitsfördernden Männerschuppen besteht in der **Anbindung an bereits etablierte Strukturen** in der Kommune. Auch die Einbindung von Hausärztinnen und Hausärzten bei der Empfehlung zur Teilnahme an einem Männerschuppen könnte angestrebt werden.

Ebenso ist ein **Leitfaden zur Gründung und Realisierung von Männerschuppen** erforderlich, der Wissen und Erfahrungen zusammenfasst.

Zu einem späteren Zeitpunkt wäre ein **Netzwerk zur Koordinierung, Anleitung und Beratung von Männerschuppen** eine weiterführende Unterstützung für die Arbeit und den Fortbestand der bestehenden und interessierten Initiativen.

Eine **Übersicht der vorhandenen Männerschuppen** bzw. Initiativen sowie eine Zusammenstellung der Erfahrungen bei der Umsetzung, Finanzierung und Öffentlichkeitsarbeit wäre hilfreich.

Für die **Finanzierung von Männerschuppen** liegen Beispiele der bestehenden Männerschuppen vor. Diese reichen von einer Anschubfinanzierung mit einem schrittweisen Übergang zur Eigenfinanzierung, kommunaler Unterstützung, Sponsoring bis zu einer völligen Eigenfinanzierung ohne externe finanzielle Unterstützung. Eine Anschubfinanzierung könnte über Bundesmodellprojekte oder Präventionsprojekte für die Realisierung von neuen Ansätzen von Männerschuppen initiiert werden.

Bisher sind als mögliche **Träger von Männerschuppen** die Diakonie, Männernetzwerke, Seniorenbeiräte und Präventionsprojekte bekannt. Künftig könnten Mehrgenerationenhäuser, Nachbarschaftseinrichtungen, Präventionsprojekte, Kooperationen mit dem Quartiersmanagement und Stadtteilzentren in städtischen Bezirken oder Programme zur Förderung des „Freiwilligen Engagement“ einbezogen werden.

Unterstützung

Männerschuppen brauchen eine koordinierende und unterstützende Förderung. Dies könnte ein Interessenverbund der bestehenden Initiativen leisten, die den Informationsaustausch und Erfahrung guter Praxis sicherstellen.

Ein Interessenverbund würde die aktive Mitarbeit der Beteiligten erfordern und könnte die folgenden Aufgaben übernehmen: Ausarbeitung von Gründungs- und Arbeitsdokumenten, Leitfäden zur Umsetzung der Basics wie Rechtsform, Spendenabsetzbarkeit, Haftung und Versicherungen, Flyer zur Unterstützung in den Kommunen, Vorschläge für Profile von Männerschuppen, Integration von Ansätzen der Gesundheitsförderung, Finanzierungsvorschläge für die Realisierung oder Empfehlungen für eine gezielte und gelingende Ansprache von Männern.

Durch eine regionale Öffentlichkeitsarbeit sollte auf Angebote von Männerschuppen im näheren Umfeld aufmerksam gemacht werden. Die Gestaltung einer Webseite mit Zugang zu allen Dokumenten und einer Übersicht über die bestehenden und sich gründenden Männerschuppen würde ebenfalls den Austausch und Kontakt wesentlich unterstützen.

Das von den Akteuren unterzeichnete Memorandum soll Orientierung und unterstützende Hilfe für die Ausgestaltung und Initiierung kommunaler Männerschuppen vor Ort sein.

Referenzen

- [1] Golding B. The Men's sheds Movement: The company of Men. 2015 (researchgate.net). Definition of Men's Sheds. Download 14.04.2023
- [2] Golding B. New Men's shed Movement. 2021. Menssheds.org.uk. Download 14.04.2023
- [3] Baker, P. Final Review of the National Men's Health Policy and Action Plan 2008-2013. Semantic Scholar. www.gamh.org Download 14.4.2023
- [4] Baker, P. Independent Review of Healthy Ireland – Men 2017-2021. www.gamh.org confidential copy, Nov. 2022
- [5] Irish Men's Sheds Association (IMSA). <https://menssheds.ie>. Download 14.4.2023
- [6] Bardehle D. Männergesundheitswoche 12. bis 18. Juni 2023. Brauchen wir in Deutschland ein Netz von Men's Sheds (Männerschuppen) als Treffpunkte für ältere Männer gegen Einsamkeit, für mehr Wohlbefinden und Stabilisierung der Gesundheit? <https://www.stiftung-maennergesundheit.de/files/SMG/img/Publikationen/MGW%202023%20Votr%C3%A4ge%20Auftritt/Mens%20Sheds%20final%20version%20MGW%202023%20-%2004052023.pdf>. Download 22.01.2024

[7] Bardehle D. Flyer zu Männerschuppen in Deutschland. Flyer_Online_Konferenz-04122023.pdf.

https://www.stiftung-maennergesundheit.de/files/SMG/img/Publikationen/MGW%202023%20Votr%C3%A4ge%20Aufakt/M%C3%A4nnerschuppen_Flyer.pdf.

Download 22.01.2024

[8] Bardehle D. Men´s Sheds (Männerschuppen) – Treffpunkte für ältere Männer. Public Health Forum 2023; 31(3): 215-218

[9] AOK Presse und Politik: Anlaufstelle Gegen das Alleinsein.

[Anlaufstelle gegen das Alleinsein | G+G \(aok.de\)](https://www.aok.de/pp/gg/magazine/gesundheit-gesellschaft-01-2024/treffpunkte-alleinstehende-maenner).

<https://www.aok.de/pp/gg/magazine/gesundheit-gesellschaft-01-2024/treffpunkte-alleinstehende-maenner>. Download 23.01.2024

[9] Bundesministerium Familie, Senioren, Frauen und Jugend: Mehrgenerationenhäuser

<https://bmfsfj/bmfsfj/engagement-und-gesellschaft/mehrgenerationenhaeuser>

Download 16.01.2024

[10] Kompetenznetz Einsamkeit – Angebote

<https://kompetenznetz-einsamkeit.de/angebote>

Download 16.01.2024

Stiftung Männergesundheit, Berlin, 08. April 2024

Prof. Dr. med. Doris Bardehle

Koordinatorin des Wissenschaftlichen Beirates der Stiftung Männergesundheit

Mitglied des Board of Trustees of Global Action of Men´s Health (GAMH)

Stiftung Männergesundheit

Olaf Theuerkauf

Kaufmännischer Vorstand

Förderverein der Stiftung Männergesundheit

Dr. med. Andreas Schoppa

Vorsitzender

Befürworter und Befürworterinnen des Memorandums: Referenten und Referentinnen der drei Veranstaltungen zu Männer- schuppen im Jahre 2023

Bernd Bauer-Banzhaf

Vorsitzender des Diakonievereins Bamberg e.V.

E-Mail: bernd@bauer-banzhaf.de

Jens Geithner und Sascha Möckel

Mitarbeiter Männernetzwerk Dresden e.V.

E-Mail: jens.geithner@mnw-dd.de; sascha.moeckel@mnw-dd.de

Stephan Reich

Quartiersmanager im Mehrgenerationenhaus Schillerhaus, Stadt Rödermark in Hessen, Fachbereich Soziales

E-Mail: Stephan.Reich@roedermark.de

Katrin Rother

Leiterin des Mehrgenerationenhauses Buntes Haus "Roter Baum" , Berlin-Hellersdorf,

E-Mail: buntes-haus@roter-baum-berlin.de

Dr. Volker Steude

Mitglied des Rates der Stadt Bochum; Die Stadtgestalter Bochum – Bürgerbeteiligung,

E-Mail: Volker-Steude@die-stadtgestalter.de

Internationale Statements

"I warmly welcome the publication of this memorandum for the development of Men's Sheds in Germany. Our experience in Ireland is that Sheds are overwhelmingly positive for men's health – frequently restoring meaning, joy and a sense of purpose in men's lives. This memorandum sets out a clear blueprint and makes some excellent recommendations for the strategic expansion of Men's Sheds in Germany." (10. April 2024)

Dr. Noel Richardson, Ireland

Director Centre for Men's Health, National Centre for Men's Health, South East Technological University Carlow, Ireland

E-Mail: Noel.Richardson@itcarlow.ie

“The US Men’s Sheds Association is very interested in the success of the Men’s Sheds movement in Germany. We offer consultations with the group designing the movement. We could also support local shed leaders if they wish to discuss certain challenges they may run into.”
(22. April 2024)

Mark Winston, USA

Leiter der US Men’s Sheds Association (USMSA)

E-Mail: mark@usmenssheds.org