

## ÖGK: Gesundheit ist Männersache Österreichische Gesundheitskasse lädt zum Männergesundheitstag in Stockerau

Punkto Gesundheitsbewusstsein haben Männer noch etwas Nachholbedarf: Sie achten tendenziell weniger auf eine ausgewogene Ernährung als Frauen und leben risikobereiter. Arztbesuche schieben sie gerne länger hinaus – oder verzichten gleich ganz darauf. Ein gesunder Lebensstil steht für sie nicht immer im Vordergrund.

Doch es ist nie zu spät für neue Gewohnheiten. Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) und Partner laden am 22. Oktober 2022 zum kostenlosen Männergesundheitstag in Stockerau. Von 09.00 bis 16.30 Uhr gibt es hochkarätige Vorträge und vielfältige Angebote für mehr körperliches und seelisches Wohlbefinden.

Highlight ist ein begehbare Herz-Modell. In einer Gesundheitsstraße können Besucher eine Stresswertmessung des Herzens und eine Venenfunktionsmessung machen sowie ihre Blutwerte bestimmen lassen. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, mit Fachleuten aus den Bereichen Urologie, Psychologie, Ernährung und Zahnmedizin über ihre persönliche Situation zu sprechen. Außerdem warten zahlreiche Mitmachmöglichkeiten: das eigene Fitnesslevel bei Reaktions- und Krafttests ermitteln, Atemübungen zum Entspannen kennen lernen, einen Demenz-Parcours überwinden oder Shiatsu ausprobieren. Abgerundet wird der Gesundheitstag durch zahlreiche Info- und Beratungsstände.

Detaillierte Informationen gibt es unter [www.gesundheitskasse.at/events-noe](http://www.gesundheitskasse.at/events-noe) oder telefonisch unter +43 5 0766-120954.

### Vorträge

09.30 Uhr	Optimales Training aus der Sicht des Sportmediziners
10.30 Uhr	Kann Schnarchen meine Gesundheit gefährden?
11.30 Uhr	Stress- und Ärgermanagement – Wie Mann mit seinen Emotionen umgehen kann
13.00 Uhr	Männergesundheit ist Herzessache
14.00 Uhr	Gefährliches Bauchfett – Was kann gesunde Ernährung bewirken?
15.00 Uhr	Mann kann! – Von kleinen Geschäften und großen Freuden (Thema Urologie)

Hinweis: Die Veranstaltung findet unter Einhaltung der zu diesem Zeitpunkt gültigen bzw. von der ÖGK vorgegebenen Covid-19-Sicherheitsmaßnahmen statt und kann, wenn notwendig, auch abgesagt werden.

### ÖGK-Männergesundheitstag

**Wann:** Samstag, 22. Oktober 2022, 09.00 bis 16.30 Uhr

**Wo:** Veranstaltungszentrum Z2000, Sparkassaplatz 2, 2000 Stockerau

**Eintritt frei!**

### Rückfragehinweis:

Österreichische Gesundheitskasse  
[presse@oegk.at](mailto:presse@oegk.at)

