Mehr zur Männergesundheit in Hamm:

STADT HAMM:
GESUND LEBEN!

Mehr zur weltweiten Movember-Bewegung:

MOVEMBER

Kontakt:

Janiththa Thirugnanamohan
Abteilung
Gesundheitsplanung und -förderung
Stadt Hamm
Gesundheitsamt
Lessingstr.26 59063 Hamm
Fon: +49 (0) 238117-6484
janiththa.thirugnanamohan@stadt.hamm.de

IMPRESSUM:
Herausgeber: Stadt Hamm | Der Oberbürgermeister | Gesundheitsamt
Bildmaterial: © Adobe Stock
Auflage: XXXX Stück | Oktober 2026

HA'MM



MÄNNER-GESUNDHEIT: GEMEINSAM STARK IN HAMM!

Mach mit beim MOVEMBER!
FÜR UNS. FÜR EUCH. FÜR MORGEN.

Mehr erfahren:
https://movember.com

MOVEMBER®

STADT HAMM:
GESUND LEBEN!

WARUM MÄNNERGESUNDHEIT WICHTIG IST!

PROSTATAKREBS
Prostatakrebs ist bei Männern in Deutschland die häufigste Krebserkrankung.
Etwa 79.600 Männer erkranken jedes Jahr daran.
Quelle: Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ), Krebsinformationsdienst.

HODENKREBS
In Deutschland werden jedes Jahr rund 4.000 Erkrankungen gezählt. Am häufigsten erkranken Männer zwischen 25 und 40 Jahren.
Quelle: Initiative der Deutschen Gesellschaft für Urologie e.V. in Kooperation mit dem Berufsverband der Deutschen Urologen e.V.

PSYCHISCHE GESUNDHEIT
Männer sind häufiger von depressiven Erkrankungen betroffen. Suizid ist bei Männern die häufigste Todesursache im jungen und mittleren Erwachsenenalter. Deshalb ist Suizidprävention so wichtig.

BEWEGUNG: 60 KM FÜR MEHR BEWUSSTSEIN
Viele Teilnehmer*innen laufen oder gehen in November 60 Kilometer- symbolisch für die Männer, die weltweit jede Stunde Suizid begehen.

- Schnurrbart wachsen lassen
- Früherkennung nutzen
- Sensibilisieren & Aufklären
- Aktiv sein z.B. 60km

Starke Männer. Starke Stadt. Hamm! WIE, WANN und FÜR WEN?

WIE?
Am 31. Oktober glatt rasieren. Dann den Schnurrbart in November wachsen lassen und damit ein Zeichen setzen.

WANN?
Vom 1. November bis zum 30. November. Ein Monat für mehr Männergesundheit.

FÜR WEN?
Für alle Männer - egal ob Freunde, Kollegen, Familie, Vater & Sohn oder im Team.
Gemeinsam macht es mehr Spaß!

FRÜHER ERKENNEN. LÄNGER LEBEN.

