

# MÄNNERSCHUPPEN INSEL POEL E.V.



## AUFTAKT ZUR VORTRAGSREIHE „AKTIV, GESUND UND SICHER ALT WERDEN“

Am Mittwoch, dem 3. September, fand in den Räumen des Mönnerschuppens Insel Poel e.V. der erste Vortrag unserer neuen Veranstaltungsreihe „Aktiv, gesund und sicher alt werden“ statt. Die Besucherinnen und Besucher erwartete ein informativer und faktenreicher Beitrag rund ums Thema Hören.

Die Hörakustikmeisterin Isabel Roeder berichtete lebendig aus ihrer Praxis und gab spannende Einblicke in die Welt des Hörens. Ihre zentrale Botschaft: „Wenn das Fernsehen immer lauter wird, ist es höchste Zeit für einen Hörtest.“ Denn Hören und Gehirnaktivität sind eng miteinander verbunden – wird das Gehirn nicht mehr ausreichend gefordert, beginnen die für das Hören zuständigen Areale zu verkümmern. Das kann sich auch auf andere Bereiche auswirken, etwa auf die Motorik.

Da Schäden im Ohr nicht reparabel sind, ist es umso wichtiger, den aktuellen Hörstatus zu erhalten. Dafür stehen heute hocheffektive, individuell angepasste Hörgeräte zur Verfügung, die eine aktive Teilhabe am sozialen Leben ermöglichen.

Weitere Vorträge sind bereits geplant – unter anderem zu den Themen Bewegung im Alter, Sturzprävention und Sicherheit in den eigenen vier Wänden.

Mehr Informationen finden Sie auf unserer Website: [www.maennerschuppen-poel.de](http://www.maennerschuppen-poel.de)



*Isabel Roeder ist die erste Rednerin in unsere Veranstaltungsreihe „aktiv, gesund und sicher alt werden“*

## ERSTER INFO-TREFF IM MÄNNERSCHUPPEN – KLARHEIT, WERTE UND AUSBLICK



Rund 40 % unserer Mitglieder folgten der Einladung des Vorstands zum ersten Info-Treff am 17. September im Mönnerschuppen. Aufgrund unseres stetigen Wachstums spürte der Vorstand die Notwendigkeit ca. 1,5 Jahren nach unserer Gründung noch einmal an die zu Grunde liegenden Ideen und Werte eines Mönnerschuppens zu erinnern. Ziel war es alle Mitglieder "mitzunehmen": die die schon länger dabei sind und die, die jüngst dazugekommen sind.

Der Mönnerschuppen ist mehr als nur eine Werkstatt – er ist Treffpunkt, soziales Netzwerk und gelebte Willkommenskultur. Wie wir diese Werte im Alltag umsetzen, prägt die Atmosphäre und das Miteinander. Auch die Rolle und Verantwortung des gewählten Vorstands wurde in Erinnerung gerufen: Der Vorstand trägt Sorge dafür, dass der Mönnerschuppen kulturell lebendig, organisatorisch stabil, rechtlich abgesichert, finanziell solide und zukunftsfähig bleibt.

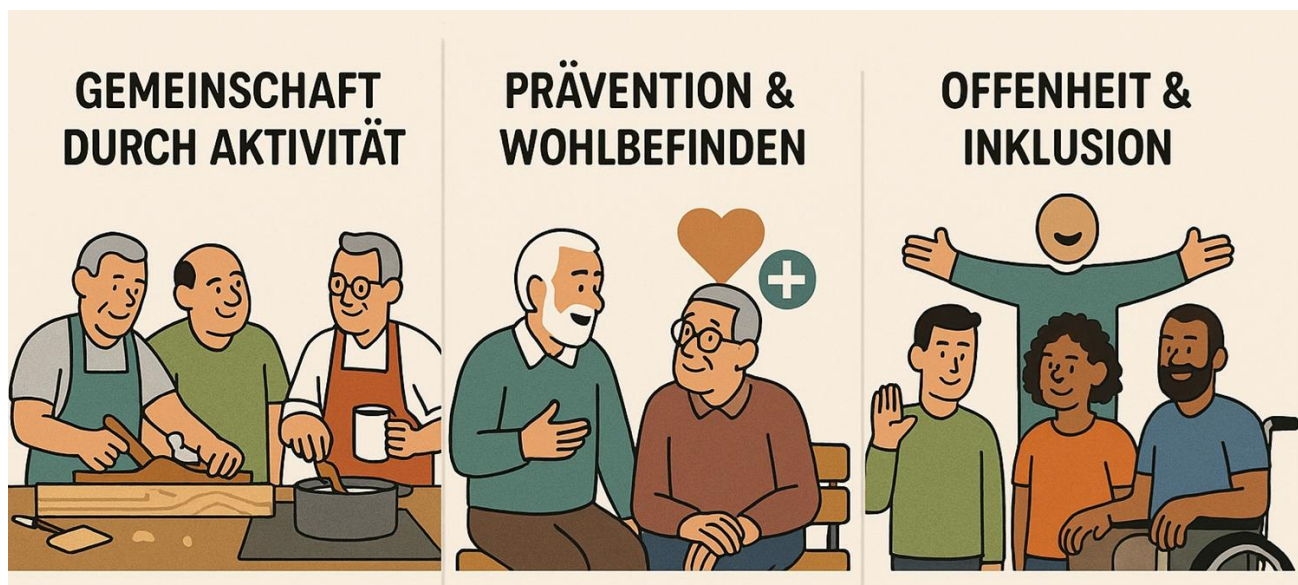
Im vergangenen Jahr hat der Mönnerschuppen Insel Poel erfreulicherweise öffentliche Aufmerksamkeit erhalten. Einige Mitglieder äußerten im Vorfeld Sorge an der gefühlten Dauerpräsenz von Fernsehkameras und Politikerbesuchen. Der Vorstand betonte: Öffentlichkeitsarbeit hilft uns, den finanziellen Bedarf zu decken und die langfristige Anerkennung der Gemeinnützigkeit zu sichern. Gleichzeitig wollen wir dazu beitragen, mehr Menschen im Land für die Idee der Mönnerschuppen zu begeistern.

Ein weiterer Schwerpunkt war die Kommunikation untereinander. Der Vorstand appellierte: Bei Konflikten oder Unstimmigkeiten – spricht direkt mit der betroffenen Person oder wendet euch an ein Vorstandsmitglied. Bitte keine Grüppchenbildung und kein „Hinter-dem-Rücken“-Meckern. Lasst euch nicht von anderen belabern – gebt Rückmeldung, wenn euch etwas stört.

Auch das Thema Arbeitsschutz wurde angesprochen. Für uns gelten grundsätzlich dieselben Regelungen wie in der Industrie. Wir haben bereits begonnen, uns an den Standards offener Werkstätten zu orientieren und entsprechende Maßnahmen umzusetzen.

Ein letzter Punkt betraf die Ordnung in Werkstatt und Küche. „Jedes Ding hat seinen Platz“ – das gilt auch bei uns. Jeder ist für seinen eigenen „Mist“ verantwortlich. Und trotzdem: Nachbarschaftshilfe lohnt sich immer. Hier sind alle gefragt.

Zum Abschluss gab es eine Vorschau auf geplante Veranstaltungen wie das Reparaturcafé und verschiedene Gesundheitsvorträge. Der Vorstand versprach, solche Info-Treffs künftig regelmäßig zu organisieren – für mehr Transparenz, Austausch und Gemeinschaft.



Philosophie des Mönnerschuppens (KI-generiertes Image)



## DEFIBRILLATOR-SCHULUNG – WISSEN, DAS LEBEN RETTEN KANN



Am Dienstag, dem 23. September, hat uns Karsten – ehemaliger Feuerwehrmann und Rettungssanitäter – in die Handhabung eines Defibrillators eingeführt. In einer zweistündigen Schulung vermittelte er grundlegende Kenntnisse zur Ersten Hilfe bei einem Herzstillstand.

Zu Beginn ging es um die technischen und organisatorischen Voraussetzungen im Notfall. Anhand anschaulicher Folien erklärte Karsten die notwendigen Schritte, wenn eine bewusstlose Person mit Verdacht auf Herzstillstand aufgefunden wird. Der erste Überblick erfolgt durch die Beantwortung der Fragen: Wer? Wo? Wann? Was? Wie viele Betroffene? – erst danach werden die Hilfsmaßnahmen eingeleitet.

Besonders betonte Karsten die Eigensicherung: Vor jeder Hilfeleistung muss geprüft werden, ob z. B. ein Stromunfall vorliegt, der das Berühren der verletzten Person gefährlich machen könnte.

Sind keine Atmung und kein Puls feststellbar, folgt die Herzdruckmassage – in Intervallen von 30 Kompressionen, gefolgt von zwei Beatmungen. Parallel wird die Rettungsleitstelle informiert, die bis zum Eintreffen des Rettungswagens in der Leitung bleibt. Wenn ein Defibrillator verfügbar ist, wird er aktiviert und führt Schritt für Schritt durch die Maßnahmen.

Alle Teilnehmenden hatten die Gelegenheit, das Gelernte direkt an einer Übungspuppe auszuprobieren. Karsten beantwortete geduldig zahlreiche Fragen und veranschaulichte die Inhalte mit Beispielen aus seiner Berufspraxis.

Die Schulung war nicht nur informativ, sondern hat vielen die Unsicherheit im Umgang mit dem Defibrillator genommen. Gleichzeitig wurde das Bedürfnis geweckt, die Erste-Hilfe-Kenntnisse regelmäßig aufzufrischen.

Ein herzliches Dankeschön an Karsten für sein Engagement – und ebenso an [PRODOC<sup>24</sup>](#) und die Johanniter für die Bereitstellung der Übungspuppen und der Geräte!

## BERICHT IN DER OSTSEE-ZEITUNG

Am 9. Oktober erschien ein halbseitiger Artikel über den Männerschuppen Insel Poel in der Ostsee-Zeitung. Der Redakteur Robert Niemeyer hatte zufällig unser Straßenschild entdeckt – und kurzerhand einen Termin für einen Besuch vereinbart.

Nach einer Führung durch den Männerschuppen und Gespräche mit verschiedenen Mitgliedern verfasste er einen sehr gelungenen Beitrag, der unsere Philosophie und Aktivitäten treffend widerspiegelt.

Wer den Artikel nachträglich lesen möchte, findet eine Kopie auf der Webseite der Stiftung Männergesundheits [hier](#).





## LANDESERNTEDANKFEST AM 4. OKTOBER

*Vielen, vielen Dank an alle Beteiligten für euer Engagement! Es war das erste Mal, dass wir uns extern präsentierten. Wir zeigten nicht nur bei der Vorbereitung, was wir im Verein intern leben, nämlich Gemeinschaft, Zusammenhalt und Engagement, sondern konnten an diesem Tag auch unseren Besuchern diese Werte präsentieren. Genau das war in jeder Minute zu spüren!*

*Jedes Mal, wenn ich an den Stand kam, ging mein Herz auf. Bei uns war fast immer volle Hütte - zumindest von der Mittagszeit bis zum frühen Nachmittag. Dann ebte es etwas ab; aber wenn man überlegt, welche verschiedenen Menschen wir auf dem Stand hatten... sympathische Menschen aus nah und fern, die wir mit unserer Idee beeindruckten konnten.*

*Vielen Dank noch mal an alle Unterstützer und Unterstützerinnen. Denn auch die Fördermitglieder haben beim Aufbau bis hin zum Dekorieren und der Betreuung unseres Standes dem Gesamten einen wirklich schönen Charakter verleihen.*

*Wir können stolz auf uns sein!*

*Hans-Viktor*



*Unser eigener Stand war draußen in einem Pavillon auf dem Hof...*



*... während unsere schicken Marktstände dem Verkauf von Produkten in der Scheune dienten*



## ERSTES REPARATUR-CAFÉ

Am 12. Oktober fand unser erstes Reparatur-Café in Kombination mit einem Tag des offenen Tors statt. Von 11 bis 14 Uhr luden wir die Insulaner ein, uns zu besuchen und ihre kaputten Lieblingsstücke mitzubringen – ob Toaster, Radio, Rasenmäher, Möbel oder Spielzeug. Dazu gab es Hotdogs, Kaffee, Kuchen und nette Gespräche.

Wir freuten uns über die rege Beteiligung und haben schon einen ähnlichen Termin in 6 Monaten aufgesetzt. Reparaturen können jederzeit bei uns abgegeben werden.



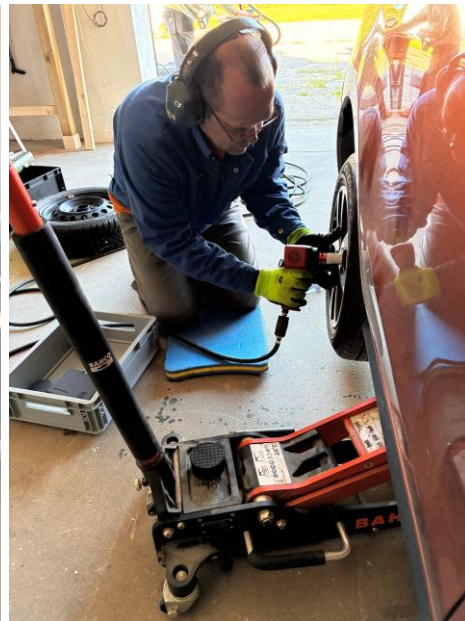
REPARATUR-INITIATIVE  
MÄNERSCHUPPEN  
INSEL POEL





## REIFENWECHSEL IM MÄNNERSCHUPPEN – GEMEINSAM GEHT'S LEICHTER

Am Samstag, dem 18. Oktober, haben wir unseren Mitgliedern beim Wechsel der Reifen geholfen. Der Betonboden des Männerschuppens bietet dafür ideale Bedingungen: eben, trocken und windgeschützt – perfekt für einen schnellen und sicheren Reifenwechsel. Mit Wagenheber und Druckluftschlagschrauber von Martin lief die Arbeit fast wie von selbst. Dank guter Vorbereitung und Teamarbeit. Für das Frühjahr ist bereits eine weitere Aktion geplant – dann geht's ans Abmontieren der Winterreifen.



*Noch keine F1-Boxenstoppzeiten, aber mit jedem Handgriff schneller!*

## TV-TERMIN ZUM MERKEN

Seit Jahresbeginn begleitet uns ein Kamerateam im Auftrag des NDR-Fernsehens. Mit viel Engagement und Neugier dokumentieren die Filmemacher unsere Aktivitäten, Gespräche und besonderen Momente. Das Ergebnis dieser spannenden Zusammenarbeit wird voraussichtlich **am 22. Dezember um 18:15 Uhr in der Sendung „Nordreportage“** im NDR-Fernsehen ausgestrahlt.

Wir freuen uns sehr auf die Ausstrahlung und sind gespannt, wie unser Engagement und unsere Gemeinschaft im Film dargestellt werden!



*Das Filmteam vom NDR hat uns durch das Jahr 2025 begleitet!*

## EIN BESUCH MIT WIRKUNG

Vor einigen Monaten trat die junge Poelerin Lisa Slomka mit einer besonderen Anfrage an uns heran: Sie wollte eine Reportage über den Männerschuppen schreiben. Anlass war ihre Bewerbung an einer Journalistenschule, für die sie eine eigene Reportage verfassen sollte. Lisa verbrachte Zeit bei uns, sprach mit Mitgliedern und sammelte Eindrücke – und nun hat sie sich wieder bei uns gemeldet.

*Liebe Männer vom Poeler Männerschuppen, mein Besuch bei euch liegt inzwischen ein paar Wochen zurück und ich habe tolle Nachrichten, die ich mit euch teilen möchte: Meine Bewerbungsreportage über den Männerschuppen hat überzeugt, ich werde im nächsten Jahr eine Ausbildung an der Reportageschule in Reutlingen durchlaufen. Es hat mich sehr gefreut, ein paar von euch kennenzulernen. Ich komme bestimmt noch mal zu Besuch, da bin ich mir sicher. Liebe Grüße Lisa Slomka*

## FRAUEN IM MÄNNERSCHUPPEN! GEHT DAS ÜBERHAUPT?

Ja, absolut! Auch wenn der Begriff Mönnerschuppen (oder Men's Shed) ursprünglich aus einer Gesundheitsbewegung für Männer stammt, ist die dahinterstehende Philosophie viel weiter gefasst: Es geht um Gemeinschaft, sinnvolle Tätigkeiten, gegenseitige Unterstützung und Wohlbefinden – und das sind keine geschlechtsspezifischen Bedürfnisse.

In Ländern wie Australien, Irland oder Großbritannien entscheidet jeder Schuppen selbst, wie er sich organisiert. In manchen bleiben die Männer unter sich, andere öffnen sich für alle oder entwickeln sogar familienorientierte Angebote. Ob handwerklich, kreativ oder sozial – die Aktivitäten sind oft für alle interessant und bereichernd.

Bei unserer Gründung im Juni 2024 haben wir uns ganz bewusst für ein inklusives Modell entschieden. Wir unterscheiden lediglich zwei Formen der Mitgliedschaft:

**Ordentliche Mitglieder** haben großes Interesse daran, aktiv in der Werkstatt mitzuarbeiten und die Entwicklung des Mönnerschuppens mitzugestalten. Sie verfügen über ein Stimmrecht bei Mitgliederversammlungen.

**Fördermitglieder** unterstützen unseren Vereinszweck – die Förderung der öffentlichen Gesundheitspflege – sowie die Philosophie des Mönnerschuppens. Mit ihren Beiträgen, eigenen Aktivitäten und praktischer Unterstützung tragen sie wesentlich dazu bei, dass der Schuppen lebendig bleibt.

Gleichzeitig bleibt aber Platz für Angebote, die sich gezielt an Männer richten – etwa im Bereich psychischer und physischer Gesundheit. Ein geschützter Rahmen kann hier sinnvoll sein. Aktuell bieten wir z. B. Qigong und „Schnacken & Spielen“ exklusiv für Männer an.

## INTERNET TROTZ FUNKLOCH – SO GEHT'S IM MÄNNERSCHUPPEN

Im Mönnerschuppen gibt es keinen festen Internetanschluss, und der Handyempfang ist für viele Mitglieder eher schwach. Trotzdem wollten wir unseren Kurs „Was mein Smartphone alles kann“ unbedingt durchführen – dafür braucht es aber eine stabile Internetverbindung. Was tun?

Unser Mitglied Rainer hatte die zündende Idee: Mit einem neuen Smartphone für unter 100 € und einer kostenlosen eSIM-Karte richtete er draußen über dem Dach einen mobilen Hotspot ein. Über einen Router wird das WLAN-Signal nun im gesamten Schuppen verteilt.

Die Kursteilnehmer müssen sich nur einmal mit dem Netzwerk verbinden – schon können sie ihre Apps nutzen und die Inhalte des Kurses voll ausschöpfen.

Und das ist noch nicht alles: Gleichzeitig nutzen wir die Smartphone-Kamera und eine App zur Zugangskontrolle. Wer außerhalb der regulären Zeiten den Mönnerschuppen betritt oder verlässt, wird aus Sicherheitsgründen fotografisch erfasst.

Danke Rainer, für die gute Idee und für die großartige Umsetzung!



*Rainer in vollen Einsatz*

## NEUE MITGLIEDER IM VEREIN

Herzlich willkommen in unserem Verein: Reinhard P. (72, Elektromonteur aus Wismar), Sonja K. (66, Fleischermeisterin, aus Oertzenhof/Poel), Ulrich B. (82, Tischler und Nautiker aus Wismar), Joachim P. (74, Maurer, aus Kirchdorf/Poel) und Helmut N. (77, aus Kirchdorf/Poel).



## CARL WIRD 90!

Am 6. Oktober 2025 feierte unser ältestes Mitglied, Carl Meyer aus Malchow/Poel, seinen 90. Geburtstag. In Anerkennung dieses Meilensteins hat der Vorstand des Mönnerschuppen Insel Poel ihn mit folgenden Worten zum Ehrenmitglied ernannt.

*Lieber Carl,*

*mit großer Dankbarkeit und tiefem Respekt würdigt der Mönnerschuppen Insel Poel e.V. sein erstes Mitglied, das heute das bemerkenswerte Alter von 90 Jahren erreicht. Seit Februar 2025 bist du Mitglied in unserer Gemeinschaft. Deine Lebenserfahrung, deine ruhige Stärke und dein Humor haben uns inspiriert und geprägt. Als Zeichen unserer Hochachtung und in Anerkennung deiner aktiven Teilnahme am Vereinsleben verleihen wir dir heute die lebenslange Ehrenmitgliedschaft im Mönnerschuppen Insel Poel e.V.*

*Herzlichen Glückwunsch zum 90. Geburtstag! Möge dein Wirken noch lange nachhallen – in Gesprächen, Erinnerungen und dem Geist unseres Hauses.*

*Im Namen aller Mitglieder*

*Der Vorstand*



*Carl (Mitte) wird von Andy und Hans-Viktor gratuliert.*

## UNSERE MITGLIEDER: KARSTEN MÜLLER

Geboren in Oranienburg, aufgewachsen in Eberswalde – aber angekommen ist Karsten erst 1983. Mitten in seiner Armeezeit, während eines Campingurlaubs auf der Insel Poel, stolperte er in eine Dorfdisco – und direkt in sein Schicksal: Birge, eine junge Friseurin mit Lächeln und Haltung. Es war klar: Er bleibt. Und sie bleibt bei ihm.

Der gelernte Fahrzeugschlosser hatte früher bei der Deutschen Reichsbahn im Eberswalde geschraubt, doch auf Poel fand er neue Arbeit: erst im Bahnbetriebswerk Wismar (heute Loksuppen), später als Schweißer auf der Werft. Doch sein Herz schlug längst für etwas anderes – und als sich die Chance bot, auf einem Feuerlöschboot der Berufsfeuerwehr anzuheuern, griff er zu. Sein Glück: Der dort verbaute 12 KVD SW Dieselmotor war ihm aus der Eisenbahnzeit vertraut.

Nach der Außerdienststellung der Boote wechselte Karsten zur Berufsfeuerwehr Wismar. Nach der Wende ging's zur Weiterbildung nach Lübeck – Rettungssanitäter. 1992 Wechsel zu den Johannitern, Einsatz im Rettungswagen. 1994 Prüfung zum Rettungsassistenten. Der Job war hart, der Druck hoch – aber Karsten blühte auf. Parallel bauten er und Birge zwei Jahre lang ihr eigenes Zuhause. 2018 legte er noch eins drauf: Notfallsanitäter.



Dann kam der 9. November 2021. Ein Tag, der alles veränderte. Seine Kollegen merkten zuerst, dass etwas nicht stimmte. Im Krankenhaus wurde wenig unternommen - erst Birges Drängen brachte Klarheit. Äußerlich wirkte Karsten stabil, doch Sprache und Wesen hatten sich verändert. Es folgten Rehas, Gutachten, der Antrag auf Erwerbsunfähigkeit.

Frühling 2025. Ein Nachbar erwähnte den Mönnerschuppen. Birge zögerte nicht – und bugsiierte ihren Mann kurzerhand dorthin. Anfangs skeptisch, dann neugierig, heute mittendrin. Ob „Offenes Tor“, Ausflug oder Gesprächsrunde – Karsten hat wieder Ziele, Aufgaben und vor allem Menschen um sich. Der Mönnerschuppen wurde für ihn nicht nur ein Ort, sondern ein neuer Antrieb.

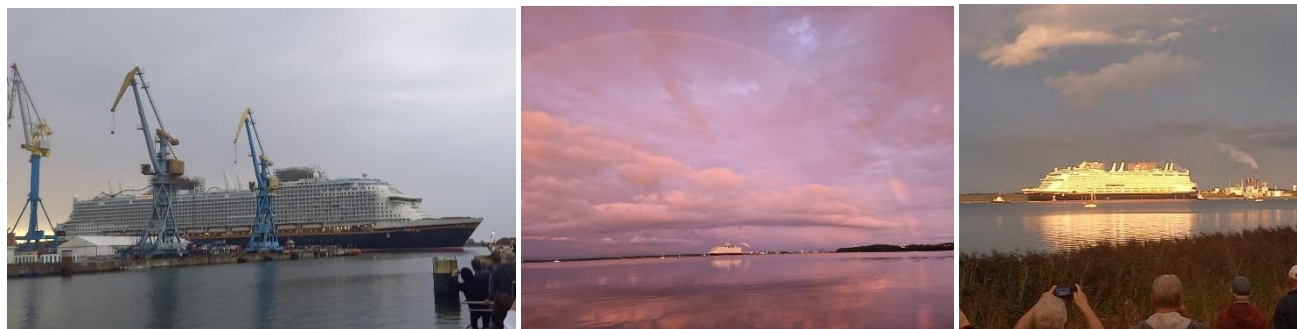


## UNSERE WHATSAPP-COMMUNITY VERBINDET – AUCH AUSSERHALB DES SCHUPPENS

Viele unserer Mitglieder nutzen die WhatsApp-Community, um Informationen, Neuigkeiten und auch mal einen Spaß miteinander zu teilen. Manche Themen kommen besonders gut an und sorgen für einen lebhaften Austausch von Bildern und Kommentaren.

Ein schönes Beispiel war die Verabschiedung des Kreuzfahrtschiffes \*Disney Adventure\* aus Wismar am 1. September – ein Ereignis, das viele begeistert hat und für reichlich Gesprächsstoff sorgte.

Über die WhatsApp-Gruppe bleiben aktive Mitglieder und Fördermitglieder in lockerem Kontakt – gerade dann, wenn sie nicht persönlich im Männerschuppen sein können. So entsteht Gemeinschaft, die über den Raum hinaus wirkt.



*Die „Disney Adventure“ verlässt Wismar nach rund siebenjähriger Bauzeit! Fotos: Horst, Eckart, Jörg*

## DANK DEN SPENDERN

- Dorit Gaue – Schneidkluppensatz
- Matthias Neckin – Biertischgarnitur

## SOWIE DEN VEREINSMITGLIEDERN...

- Ingo – für seine großzügige Übernahme der Materialkosten beim Aufbau unserer E-Werkstatt-Tische
- Norbert S. – für verschiedene Werkzeuge aus seiner eigenen Werkstatt.
- u.v.a.

## MÖCHTEN SIE UNS UNTERSTÜTZEN?

Wir sind ein gemeinnütziger Verein und können ihre Spenden mit einer Spendenquittung honorieren. Alle Spenden - ob groß oder klein - helfen uns, unsere Vereinsziele zu erreichen. Bei Überweisung von bis zu €300 reicht der Überweisungsschein als steuerlicher Beweis. Falls die Spende zweckgebunden sein sollte, bitte im Verwendungszweck vermerken, sonst verwenden wir sie für einen sinnvollen Zweck und informieren Sie nachher darüber.

Bitte vermerken Sie den Namen des Spenders und den gebundenen Zweck (falls relevant) auf der Überweisung.

MÄNNERSCHUPPEN INSEL POEL E.V.

**IBAN: DE 81 1405 1000 1006 0449 88**

SPARKASSE MECKLENBURG-NORDWEST

Und falls Sie ein Sponsor oder Fördermitglied des Männerschuppens Insel Poel werden möchten, setzen Sie bitte mit uns in Verbindung. Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!

Mit freundlichen Grüßen

Andy Gordon (Erster Vorsitzender)

**Männerschuppen Insel Poel e.V.**

Wangern 15a, 23999 Insel Poel

Tel/WhatsApp: 0179 544 9368

E-Mail: [info@maennerschuppen-poel.de](mailto:info@maennerschuppen-poel.de)

Web: [www.maennerschuppen-poel.de](http://www.maennerschuppen-poel.de)

Instagram: [@maennerschuppenpoel](https://www.instagram.com/maennerschuppenpoel)