

WEBINARY DLA MĘŻCZYZN - 2025 R.

“CHCĘ ŻYĆ DŁUGO, AKTYWNIEM I W DOBRYM ZDROWIU”



FUNDACJA 
SHARE THE CARE

Fundacja Share The Care

Promuje partnerski model rodziny - taki, który pozwala rodzicom - mamie i tacie - realizować się we wszystkich sferach życia: prywatnej, zawodowej i społecznej. Tworzymy rozwiązania, które zachęcają rodziców do dzielenia się urlopem rodzicielskim i budowania partnerskiego modelu rodziny. Wpieramy pracodawców w działaniach mających na celu budowanie równości rodzicielskiej w organizacji.

Z myślą o mężczyznach, co roku organizujemy kampanię społeczną #FacetNa100Pro, która:

- wspiera mężczyzn w ich rolach opiekuńczych - podkreśla, że ojcostwo to nie tylko obowiązek, ale też przyjemność, oraz możliwość budowania głębokich i emocjonalnych więzi z dzieckiem/ uznaje ojców jako kompetentnych rodziców, którzy mogą zajmować się dzieckiem (samodzielnie) kiedy mama wraca do pracy/informuje o przysługujących ojcom prawach po urodzeniu dziecka,
- tworzy przestrzeń dialogu dla pracodawców i ojców.

Jesteśmy częścią sieci Men Engage Europe zrzeszającej organizacje pracujące z mężczyznami w duchu sprawiedliwości społecznej i klimatycznej oraz równości płci.

ZDROWIE FIZYCZNE I PSYCHICZNE - 2 WEBINARY

ZDROWIE FIZYCZNE JAKO FUNDAMENT ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Chcemy zaprosić mężczyzn z Twojej organizacji do porozmawiania o znaczeniu profilaktyki zdrowotnej, regularnych badaniach, aktywności fizycznej i utrzymaniu zdrowia seksualnego na długo.

W trakcie spotkań, szczególne miejsce poświęcimy zdrowiu fizycznemu i seksualnemu, które tworzy fundament dla zdrowej psychiki.

Uważamy, że zadbanie o siebie to nie luksus, lecz odpowiedzialność – wobec siebie i najbliższych.

Poruszymy dwa ważne tematy.



FUNDACJA
SHARE THE CARE

ZABURZENIA EREKCJI – JAK ZACHOWAĆ SPRAWNOŚĆ SEKSUALNĄ - WEBINAR



Sztywna erekcja to synonim
zdrowia seksualnego.

Dowiesz się, jak zachować ją na lata
oraz jak skutecznie leczyć zaburzenia
erekcji gdy się pojawią.

dr nauk medycznych Piotr Świniarski

- Mechanizm erekcji
- Dlaczego pojawiają się zaburzenia wzwodu
- Jak na co dzień zadbać o erekcję
- Multidyscyplinarne leczenie
- Viagra i nie tylko...
- Pompy erekcyjne próżniowe
- Implanty prącia – najskuteczniejsze leczenie w każdym wieku
- Profilaktyka męskiego zdrowia



FUNDACJA
SHARE THE CARE

ZDROWIE SEKSUALNE MĘŻCZYZN I MĘSKIEGO UKŁADU PŁCIOWEGO - WEBINAR



Zdrowe prącie i jądra – temat tabu.
Dowiesz się, jak o nie zadbać, na co
zwracać uwagę, dlaczego chorują
oraz jak skutecznie je wtedy leczyć.

dr nauk medycznych Piotr Świniarski

- Andrologia – co to jest?
- Najczęstsze problemy andrologiczne mężczyzn
- Zaburzenia erekcji i ejakulacji
- Testosteron – kiedy za mało, a kiedy za dużo
- Andropauza – czy to samo co menopauza?
- Męska niepłodność
- Męska antykoncepcja – wazektomia
- Rak prącia, jąder i gruczołu krokowego (prostaty)
- Rola partnerki / partnera w profilaktyce zdrowotnej



FUNDACJA
SHARE THE CARE

ZDROWIE FIZYCZNE I PSYCHICZNE - **PROWADZĄCY**

dr nauk medycznych Piotr Świniarski

Specjalista urolog FEBU, androlog kliniczny EAA, chirurg, lekarz medycyny seksualnej FECSM. Jako jedna z pierwszych osób w kraju zdał egzamin z andrologii klinicznej przy Europejskiej Akademii Andrologii - uzyskując tytuł androloga klinicznego oraz egzamin z medycyny seksualnej przy Europejskim Towarzystwie Medycyny Seksualnej. Jest autorem i współautorem licznych naukowych i popularno-naukowych publikacji oraz monografii dydaktycznych. Współpracuję przy kampaniach społecznych, m.in. z Fundacją SEXEDPL oraz FUNDACJĄ AVALON.

Czas trwania: 1h 15/30 minut



PUBLIKACJA - KSIĄŻKA

KSIAŻKA, KTÓRĄ POWINIEN PRZECZYTAĆ KAŻDY MĘCZYZNA

jeśli chce żyć długo, aktywnie i w dobrym zdrowiu

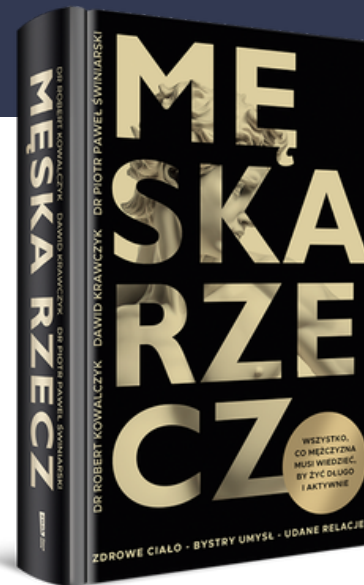
Czy jestem wystarczająco męski?

Jak często powinienem uprawiać seks?

Jak być dobrym partnerem i ojcem?

Czy oglądanie pornografii jest szkodliwe?

Premiera: 29 października 2025r.



Cenieni eksperci: dr Robert Kowalczyk – psycholog, seksuolog kliniczny i psychoterapeuta – oraz dr Piotr Paweł Świniarski – urolog, androlog i lekarz medycyny seksualnej –

w rozmowie z dziennikarzem Dawidem Krawczykiem odpowiadają na pytania, które mężczyźni często zadają sami sobie, ale chcieliby zadać ekspertowi. Specjaliści profesjonalnie i wyczerpująco, choć nie bez poczucia humoru, obalają stereotypy i dają praktyczne, sprawdzone porady, które można zastosować od zaraz.

Dzięki unikatowemu połączeniu wiedzy z zakresu medycyny, psychologii i seksuologii autorzy podchodzą do tematu holistycznie i przekonują, że zdrowie to męska rzecz: począwszy od sprawności penisa i jąder oraz równowagi hormonalnej, przez relacje romantyczne, rodzinne i przyjacielskie, aż po presję społeczną związaną z postrzeganiem męskości.

Jedyny taki kompleksowy przewodnik po zdrowiu psychicznym i fizycznym dla mężczyzn w każdym wieku.

Bez tabu. Konkretnie. Po męsku.



FUNDACJA
SHARE THE CARE

MISJA FUNDACJI SHARE THE CARE - DOŁĄCZ DO NASZEJ SPOŁECZNOŚCI !

- **Współpracując z nami wspieracie Państwo nas w realizowaniu misji fundacji, którą jest budowanie równości rodzicielskiej w Polsce**
- **Z jednej strony, wdrażacie procesy u siebie w organizacji - pracodawcy są dużą częścią tej zmiany**
- **Z drugiej strony, dzięki takiej współpracy jesteśmy w stanie finansować naszą organizację i jej działania statutowe**

Za co z góry dziękujemy !





FUNDACJA
SHARE THE CARE



DZIĘKUJEMY

WWW.SHARETHECARE.PL