



Er du klar over det, mand?

– sundhedsfremme for mænd med kort eller ingen uddannelse



Udarbejdet af Forum for Mænds Sundhed

Sommeren 2013

Er du klar over det, mand? – sundhedsfremme målrettet mænd med kort eller ingen uddannelse

Der er brug for at gå nye veje for at øge ligheden i sundhed blandt mænd med kort eller ingen uddannelse. Mændene lever fortsat 4-5 år kortere end kvinderne, de har en overdødelighed i den kritiske alder mellem 40-65 år og at de oftest rammes af langt de fleste kroniske sygdomme! Der skal derfor skabes målrettede tilbud til mænd i forhold til ændring af livsstil, risikoadfærd og brug af sundhedsvæsenet. Der er fx brug for at der gøres en særlig indsats for sårbare mænd: ufaglærte, håndværkere, lavtlønnede, arbejdsløse og enlige mænd. Disse mænd lever næsten 13 år kortere end de bedst stillede kvinder, og 10 år kortere end de bedst stillede mænd. Og denne skævhed øges i disse år.

Der er dokumentation for, at 45 % af de ufaglærte mænd i dag er enlige – og enlige mænd lever omkring 7 år kortere en gifte. Og vi ved, at de i høj grad bor i landdistrikterne, hvor der er kommuner med over 20 pct. flere mænd end kvinder. Sammenlagt kan man sige, at ulighed i sundhed viser sig aller mest dramatisk, når vi kombinerer økonomi, uddannelse, demograf og samliv med køn. Og her ser det rigtig skidt ud for mændene i dag.

Hvis der skabes mere lighed i sundhed for mændene, vil det markant påvirke den samlede danske middellevetid, og skabe bedre muligheder for mændene, deres familier OG arbejdspladserne, og det vil styrke samfundsøkonomien.

Nye veje

Sundhedsstyrelsen udgav i 2011 en rapport, der ikke kunne dokumentere nogen løsninger for hvilke aktiviteter, hvordan og hvad man skal igangsætte og implementere får at få mænd til at ændre sundhedsadfærd.

Erfaringer fra de sidste 10 års arbejde omkring Mens Health Week, har vist at det nytter at gøre noget målrettet – også overfor de kortuddannede mænd. Kommuner, fag- og interesseorganisationer, regioner samt patientorganisationer har fået erfaringer med tilbud som kan inddrage og motivere mændene til at sætte fokus på deres egen sundhed. Samtidig har organisationerne fået erfaringer med en målgruppe, der traditionelt ikke har kontakt med sundhedsvæsenet, kommunen eller fagforeningen i forhold til sundhed. Der er således skabt grobund for at få udviklet nye metoder og bæredygtige modeller for hvordan mænd, og de som har et medansvar for deres sundhed, kan udvikle et samarbejde.

På baggrund af bla. 3F store projekt "Ulighed i sundhed", er det dokumenteret at arbejdspladsen er et godt sted at starte en fokuseret indsats. I løbet af det 3-årige projekt blev ca. 1800 ufaglærte og faglærte mænd testet for deres sundhed ad 2 omgange. 1. sundhedstjek viste dramatisk dårlige sundhedsparametre fx at andelen af svært overvægtige var 21 %, 27 % spiste grøntsager dagligt og 30 % røg dagligt! Desuden angav ca. hver 5 mand at han ikke havde en god arbejdsevne. En

parameter, som betyder større risiko for nedslidning.. Flere kvinder end mænd deltog konkret i aktiviteterne på arbejdspladserne – men mændene fik alligevel sundere adfærd, så de har i høj grad også selv taget vare på egen sundhed. Formodentlig fordi de blev motiveret af at arbejdspladsen havde fokus på sundhed og trivsel.

Der mangler derfor både viden og konkrete metoder, som kan realiseres for at støtte og hjælpe mændene.

Forum for Mænds Sundhed vil derfor udvikle og gennemføre en målrettet indsats vi kalder ***"Er du klar over det, mand?"***

Mål for indsatsen

Målet med indsatsen er, at bidrage til at mændene tidligt gøres opmærksom på mulighederne for at styrke deres sundhed og samtidig at udvikle tilbud, som inddrager mændenes behov, deres kommunikationsmåder, syn på hjælp og reaktionsmønstre i forhold til sundheds- og trivselsproblemer.

Målet nås gennem 2 indsatser:

- En målrettet informationsindsats og rådgivning i forhold til mænd med kort- eller ingen uddannelse
- Uddannelse af sundhedsprofessionelle, så sundhedsvæsenet i alle dets afskygninger kan lære at møde mændene der, hvor de er, og hvor de får mest udbytte af det

Målrettet informationsindsats og rådgivning

Indsatsen vil baseret på en kvalitativ undersøgelse af mændene, deres behov, ønsker og motiver i forhold til at styrke sundheden. Ud fra undersøgelsen udvikles en målrettet informationsindsats bla. baseret på erfaringer fra European Men's Health Forum's hjemmeside om prostatakræft, hvor mændene anonymt kan henvende sig og få hjælp og støtte. Indsatsen vil bestå af aktiviteter på flere forskellige platforme (it) samt opfølgende arbejde.

Der udvikles og afprøves en opsøgende informationsindsats i udsatte boligområder og i landdistrikter, hvor mændene kontaktes direkte i forhold til en afklaring og hjælp til at ændre adfærd. Der arbejdes målrettet med at finde og skabe nye "informationssteder og kanaler" for de mænd, der ikke har eller er knyttet til arbejdspladser eller andre fora for information og motivation til ændret sundhedsadfærd. Det kan fx være i samarbejde med Superligaen eller andre sportsaktiviteter, koncerter, messer for mænd og meget mere.

I samarbejde med fagforbund udvikles og afprøves en model, hvor medlemmer kan blive en del af et fællesskab, fx en "trivselsklub", der organiseres lokalt og der udvikles særlige tilbud til arbejdsløse medlemmer. Det er netop i fagforeningerne, at mange medlemmer føler sig trygge og derfor vil det være sandsynligt at man med fordel kunne skabe aktiviteter omkring sundhed, der

tiltrak mændene. Eksempler fra kommuner fx Fars køkkenskole viser desuden, at man kan få mændene med, når man tilbyder fællesskaber, hvor sundheden ikke er målet – men fællesskabet/eller noget de alligevel skal og giver mening – og så er sundheden en sidegevinst.

Endelig udvikles en række events og konkurrencer, med det formål at få aktiveret arbejdspladser, jobcentre og andre steder, hvor mændene har deres dagligdag. I forbindelse med 3F's projekt deltog alene 53 arbejdspladser i sundhedsprojektet. Dertil vil bidrag fra de mere end 30 kommuner, 18 organisationer og patientforeninger bag Mens Health Week være et væsentligt afsæt for dette.

Uddannelse af sundheds- og arbejdsmiljøprofessionelle

Der udvikles og gennemføres en kursusrække for de sundhedsprofessionelle i kommuner og regioner samt arbejdsmiljø repræsentanter fra arbejdspladser. Uddannelsen vil indeholde alle aspekter af mænds sundhed, samt hvordan kommunikation og tilbud bedst tilrettelægges, så mændene også bliver tiltrukket af disse og får udbytte af aktiviteter. Desuden indgår erfaringsudveksling og formidling af best practise på området. Det planlægges at gennemføre kursusrækker i alle 17 kommuner, der huser ghettoområder i Danmark.

Organisering

Forum for Mænds Sundhed varetager projektledelsen og projektet forankres i et sekretariat. Svend Aage Madsen, formand for Selskab for Mænds Sundhed og Lighedsambassadør er projektejer for projektet.

Der nedsættes en referencegruppe med deltagelse af repræsentanter fra Servicestyrelsen, boligsociale selskaber, STOP-linjen, arbejdsmiljørepræsentanter, fagforbund, etniske sundhedsformidlere, kommunale medarbejdere fx sundhedskonsulenter og sundhedsplejersker, faglige selskaber fx Dansk Psykologforening og Dansk Psykiatrisk selskab, Dansk Sygeplejeråd og Selskab for Almen Medicin m.fl.

Perioden for indsatsen er 3 år, hvilket anses for at være nødvendig og tilstrækkeligt til at nå målene.

Investering

Det anslås at indsatsen i alt vil kræve en investering på 3 mio/år i 3 år. Midlerne vil anvendes til følgende poster:

- Planlægning og gennemførelse af kvalitativ undersøgelse af mænd med kort eller ingen uddannelse i forhold til sundhedsopfattelse, behov og ønsker for sundhedstilbud. Undersøgelsen vil resultere i en række anbefalinger til hvordan informationsindsatsen bedst tilrettelægges og gennemføres

- Udvikling og gennemførelse af informationsindsats, herunder udvikling af materialer (hjemmeside, apps, film og anden visuel formidling) samt events, der sætter fokus på mænds sundhed fx Mens Health Week, 90-dages battle mv.
- Opbygning af opsøgende rådgivningslinje, der har særlige kompetencer i forhold til mænd med kort eller ingen uddannelse
- Opbygning af "trivselsklubber" lokalt og aktiviteter i den forbindelse
- Udvikling, rekruttering og gennemførelse af kurser i kommuner og regioner med mange udsatte mænd
- Projektledelse og koordinering
- Transport, mødeaktivitet
- Dokumentation og formidling
- Evaluering

Tidsplan

Projektet forventes påbegyndt 1/1- 2014 og afsluttes 31/12 – 2016



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED

– et partnerskab der skaber lighed i sundhed



FORUM FOR MÆNDS SUNDHED vil gerne gøre noget effektivt ved, at alt for mange mænd dør unødigt tidligt. Vi har vidst det længe. Men der er endnu ikke gjort noget specifikt for at forhindre de mange tusind mænds for tidlige død.

Hvad vi ved:

Uligheden i sundhed er markant, når økonomi, uddannelse, geografi og samliv møder køn:

- Mænd i Danmark lever 4-5 år kortere end kvinder, har stor overdødelighed af og rammes hyppigst af de fleste sygdomme.
- De 25 pct. dårligst stillede mænd lever 10 år kortere end de 25 pct. bedst stillede mænd – og forskellen øges.
- De dårligst stillede mænd lever 13 år kortere end de bedst stillede kvinder.
- 45 pct. af de ufaglærte mænd er enlige, og enlige mænd lever omkring 7 år kortere end mænd parforhold.
- Mange ufaglærte og enlige mænd bor i landdistrikterne, hvor der er kommuner med over 20 pct. flere mænd end kvinder.
- Mænds sygdomme og for tidlige død rammer hele familien.
- Men det er også et samfundsproblem: Omkring 6.000 mænd i Danmark dør årligt før de fylder 65 år – næsten dobbelt så mange som kvinder. De mænd mangler også på arbejdsmarkedet.
- Med ens levetid vil der på 10 år være 30.000 flere levende mænd under 65 år.

Hvad vi vil gøre:

Men det behøver ikke være sådan. Forum for Mænds Sundhed er et partnerskab, der vil:

- Sætte bedre sundhed og et længere liv for mænd på dagsordenen.
- Arbejde for sundhedstilbud, der passer bedre til mænd.
- I tæt samarbejde med virksomheder, fag- og interesseorganisationer udvikle sundhedstilbud for mænd på arbejdspladsen, især til ufaglærte mænd.
- Skabe tilbud til mænd, der er uden for arbejdsmarkedet.
- Skabe uddannelse og kompetencer hos sundhedspersonalet til at møde mænd
- Etablere og bruge handlekraftige netværk, der kan gøre en forskel for mænds sundhed.
- Skabe målrettede tilbud til mænd i forhold til ændring af livsstil, risikoadfærd og brug af sundhedsvæsenet – specielt til ufaglærte, lavtlønnede, arbejdsløse og enlige mænd.
- Give specifikke tilbud til mandlige patienter, hvis særlige behov ofte ikke er tilgodesete.
- Samarbejde med politikere om at finde politiske tiltag, der kan gavne mænds sundhed.

Forum for Mænds Sundhed er et partnerskab, der vil samle interesseorganisationer, faglige organisationer, virksomheder, patientforeninger, forskningsmiljøer, regioner, kommuner og medier mv.

I dag er vi 24 organisationer: Sundhedsstyrelsen, 3F, Dansk Metal, Netdoktor, Selskab for Mænds Sundhed, Falck Health Care, Danmarks Lungeforening, PROPA, Sex og Sundhed, Mandecentret, Dansk Psykologforening, Kost- og Ernæringsforbundet, Dansk Tandplejerforening, Dialog Mod Vold, Dansk Psykiatrisk Selskab samt Ålborg, Veile, Hedensted, Tårnby, Horsens, Ringkøbing-Skiern, Helsingør, Ishøj og Vallensbæk kommuner – flere er på vej.

Kontakt til **Forum for Mænds Sundhed**:

Svend Aage Madsen (svendaage@madsen.mail.dk - tlf.: 26 21 28 51) & Regitze Siggaard (regitze@aktivo.dk - tlf. 41 62 48 87)