



Wellbeing
Sandra Bundur



Sonja Jovanović



Katarina Cvetković

Zdravlje muškaraca

Razlog zašto smo temu Zdravlje muškaraca izdvojili kao posebnu lekciju je činjenica da se o ovoj važnoj temi jako malo piše i govori.

Muškarci u proseku žive 6 godina kraće od žena (globalni podaci)

U Istočnoj Evropi - ova razlika je i do 12 godina!

Uzroci:

- Muškarci su češće pušači
- Konzumiraju više alkohola
- Konzumiraju više hrane (gojaznost)
- Konzumiraju više crvenog mesa
- Ne dele svoje probleme sa drugima – jer je to znak 'slabosti'
- U poznijim godinama su skloniji depresiji
- Broj samoubistava muškaraca je duplo veći nego žena
- Svakoga sata, na svetu, 60 muškaraca izvrši samoubistvo!

To znači da su u toku slušanja samo ove lekcije našeg Wellbeing kursa - već dva muškarca izvršila samoubistvo.

Vreme je da otvoreno razgovaramo o mentalnom i fizičkom zdravlju muškaraca!

Novembar je mesec posvećen zdravlju muškaraca.

Novembar