



23. april 2007

## **Bilag**

### **Sundhedsfremmende aktiviteter for ældre etniske mænd i almene boligområder i Københavns Kommune.**

Det overordnede formål med Sundheds- og Omsorgsforvaltningens projekt er at udvikle en sundhedsfremmende indsats i Lundtoftegadekvarteret (samt øvrige almene boligkomplekser) med fokus på den psykosociale sundhed hos ældre mænd med anden etnisk baggrund end dansk.

Indsatsen skal medvirke til at styrke og støtte en aktiv egenomsorg og hensigtsmæssig sundhedsadfærd, via formidling af viden til målgruppen samt etablering af gruppebaserede tilbud.

Gennem afholdelse af bl.a. dialogmøder styrkes vidensniveauet i målgruppen med foredrag om f.eks. emneområder:

- det psykosociale område med emner som post-traumatisk stress, kulturbrud, forebyggelse af depression, generationskonflikter etc.
- aldring, ældres skavanker, egen sundhedsadfærd og det danske sundhedsvæsen og kommunale tilbud
- livsstilsemner som rygning, passiv rygning, motion, kost m.m.
- orientering om eksisterende tilbud specielt til mænd med etnisk minoritetsbaggrund

Endvidere vil der blive tilskyndet til uformel netværksdannelse ved at igangsætte gruppe-baserede aktiviteter som f.eks. gangklubber, petanquehold o.l. afhængigt af deltagernes ønsker. Et bevidst fokus på sundhedsfremmende aktiviteter vil styrke både fysisk og psykosocial velvære.

### **Center for Faglig Udvikling**

Sjællandsgade 40  
2200 København N

Telefon  
3530 3530

Direkte  
3530 3062

E-mail  
Lasse.bo.nielsen@suf.kk.dk