



OMROEP BRABANT

SON 30 OKTOBER 2023

**Deze mannen verzwegen jarenlang hun gevoelens, tot nu.
Luister de podcast 'Op De Man Af'**

"Als man kun je het niet snel goed doen", denken journalisten Eva de Schipper en Evie Hendriks. In de podcast 'Op De Man Af' banen zij zich een weg door het hoofd van de man. Want wat gaat er om in die koppies? Huilen zij eigenlijk wel eens? Een bijzonder inkijkje in de geheime wereld van de Brabantse man.



De retraites, cursussen en zelfhulpboeken over mannen en mentale gezondheid vliegen de laatste jaren als warme broodjes over de toonbank. Daarnaast zien Eva en Evie de zelfbenoemde lifecoaches en levensgoeroes die praten over mannelijkheid, als paddenstoelen uit de grond schieten. Kortom een enorme markt voor mannen die vastlopen en met zichzelf aan de slag willen gaan.

Maar lopen mannen daadwerkelijk vast? De cijfers laten in ieder geval de extremen zien. In 2022 maakten volgens het CBS ruim twee keer zoveel mannen als vrouwen een einde aan hun leven. Daarnaast blijkt uit cijfers van het Trimbos Instituut dat mannen eerder een middenstoornis ontwikkelen dan vrouwen en dus sneller vluchten in een verslaving als het niet goed met ze gaat.

Reden genoeg om eens goed met die mannen te gaan praten, dachten Eva en Evie. Want is dat man-zijn wel zo makkelijk? Moet je als man altijd maar sterk blijven of mag je in tranen uitbarsten wanneer je het even niet meer weet? En willen wij vrouwen niet stiekem allemaal een daadkrachtige man die tegelijkertijd perfect zijn gevoelens kan

uiten tijdens een diepgaand gesprek?

Podcast

In de podcast *Op De Man Af* nemen verschillende Brabantse mannen Eva en Evie mee in hun belevingswereld. Daarnaast krijgen zij een inkijkje in de verborgen gedachtes van de mannen in hun eigen leven. En als kers op de taart helpt verslaggever René Snippert de dames door in een vogelvlucht de markt voor mannen en zelfontwikkeling te ontdekken. Dat levert een zedelijke podcast op met emotionele gesprekken, hilarische zelfreflecties en onverwachte ontmoetingen.

*Luister vanaf 1 november naar de podcast *Op De Man Af* via je favoriete podcast-app. Iedere woensdag hoor je een nieuwe aflevering. Deze en meer podcasts van Omroep Brabant vind je op [omroepbrabant/podcast](https://www.omroepbrabant.nl/podcast).*



Deze zes Brabantse mannen verzwegen jarenlang hun gevoelens, tot nu



Evie Hendriks (L) en Eva de Schipper (R)