

# Männergesundheit – HelpMen TTT

Fortbildung – HelpMen Train the Trainer

## Männergesundheit – HelpMen TTT

Die LZG-Akademie lädt in Kooperation mit dem Programm teamw()rk für Gesundheit und Arbeit vom 29. – 30. September 2025 erstmals zu einer Fortbildung mit dem Schwerpunkt Männergesundheit ein. HelpMenTTT ist ein Erasmus+ Projekt in sechs europäischen Ländern (AT, BE, DE, IT, LI, LU), das von SOWIT koordiniert wird. Ausgangspunkt ist die Erfahrung, dass Männer im Bereich der Gesundheitsbildung und -förderung unterrepräsentiert sind. Damit sich – auch bildungs- und zugangsbenechtigte – Männer um ihre Gesundheit kümmern können, müssen sie von der Gesundheitsbildung erreicht werden. Es gilt deshalb, Schlüsselpersonen als Trainer:innen zu sensibilisieren und zu qualifizieren. Und es braucht spezifische und dafür neue Lernformen.

Beides wurde vom Projekt HelpMenTTT entwickelt und erprobt und ist Inhalt der Fortbildung in Mainz auf Grundlage der sechs Männergesundheitsfenster:

- Körperliche Selbstsorge,
- Psychische Gesundheit,
- Sinnfragen und Lebensperspektiven
- Soziale Gesundheit,
- Sexuelle Gesundheit,
- Medizinische Aspekte.

Alle Themen umfassen die Informationen, den Austausch zu Risiken / Ressourcen / Potenziale von Männern im Bereich des Themenfelds und ein Methodentraining für die eigene Praxis. Das Seminar schließt mit den Gelingensfaktoren und der konkreten Umsetzung von Vor-Ort-Angeboten. Das Trainermanual ist frei verfügbar unter: [TrainerManual HelpMenTTT](#)

Referent: Gunter Neubauer vom SOWIT Tübingen

Fortbildungskosten: 300 Euro

Ort: LZG-Akademie, Hölderlinstr. 8, 55131 Mainz

Anmeldung unter: [Männergesundheit \(Formular in Forms\)](#)

Ansprechpartner in der Akademie ist Frank Heider, [fheider@lzg-akademie-rlp.de](mailto:fheider@lzg-akademie-rlp.de).

Ansprechpartner im Programm teamw()rk für Gesundheit und Arbeit ist Thorsten Berschuck, [tberschuck@lzg-rlp.de](mailto:tberschuck@lzg-rlp.de).

Die Anerkennung im Rahmen der Weiterbildungsdatenbank Rheinland-Pfalz, für die Förderung der Teilnahmekosten ist beantragt. Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne an [info@lzg-akademie-rlp.de](mailto:info@lzg-akademie-rlp.de).



LZG-Akademie  
der Gesundheitsförderung  
in Rheinland-Pfalz gGmbH