



HelpMen: Health Literacy Progress for Men in Europe (2017-19)

Gesundheit als Thema der Grundbildung für Männer in Europa weiterentwickeln

HelpMenTTT: HelpMen Train the Trainer (2022-24)

Ein Ausbildungskonzept und -programm zur Männergesundheitsbildung in Europa

HelpMen Train the Trainer (2022-24)

- HelpMen leitet sich ab aus „Health Literacy Progress for Men in Europe“.
- Neue Ansätze, Methoden und Angebote für die gesundheitliche Grundbildung von Männern auf europäischer Ebene
- Entwicklung einer Lernplattform zur Gesundheitsbildung von Männern, ZG: Trainer:innen, Programmverantwortliche, ...
- Ziel: Verbesserte Erreichbarkeit von bildungs- und zugangsbenechtigten Männern durch spezifische Lernformen, geeignete Zugänge und Didaktik



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union



HelpMen Train the Trainer (2022-24)

7 Partnerorganisationen

DE SOWIT (Koordination)

LU infoMann Luxemburg

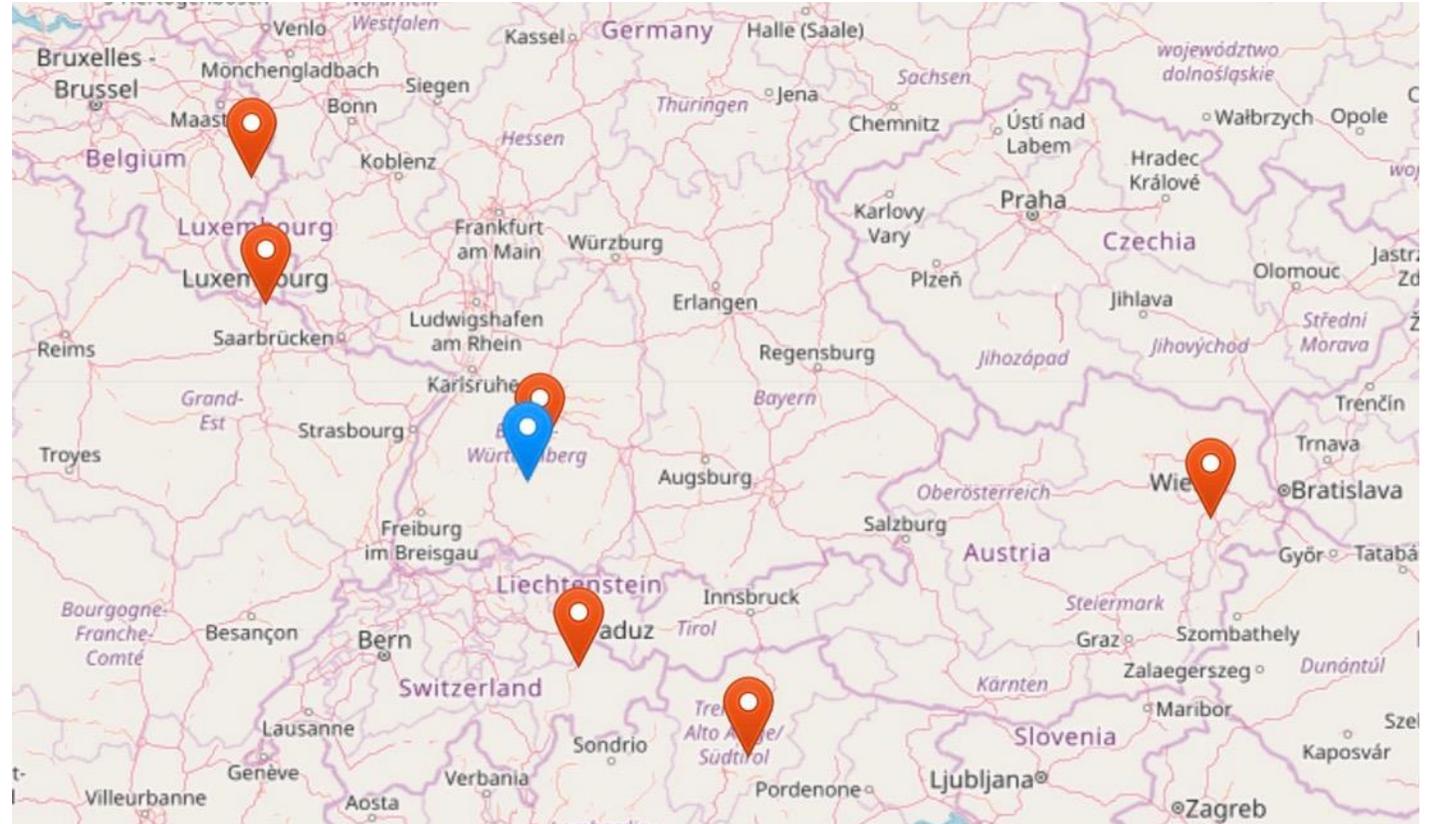
IT Forum Prävention Bozen

LI Männerfragen Liechtenstein

DE vhs-Verband B-W

BE Volkshochschule Eupen

AT MEN Wien



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union



HelpMen | Broschüre | Kapitel 7 (Curriculum) S. 137 „PROJEKTERGEBNISSE UND EMPFEHLUNGEN“

Erfahrungen in den Pilotveranstaltungen – 8 Cluster, u.a.

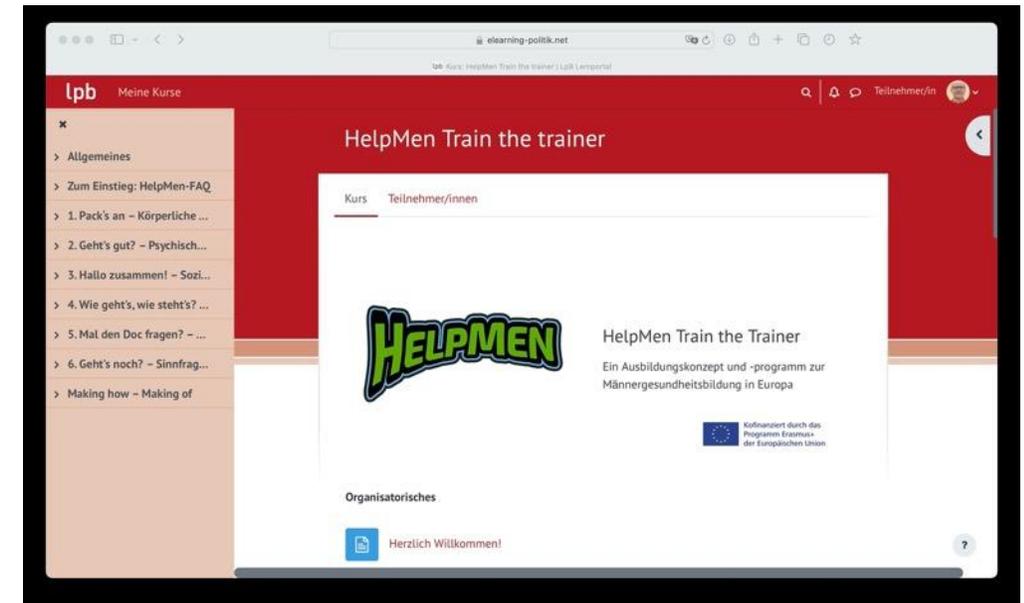
- Bildungs-Zugänge von und zu Männern: am besten **persönlich**
- Männergesundheitsgrundbildung als **aufsuchende Bildungsarbeit**
- Bildungs-Inhalte: kein Agendasetting, ohne **Männer zu beteiligen**
- Männern in ihren Alltagszusammenhängen einen **direkten Nutzen erfahrbar machen**
- Soziale **Integration und Anerkennung** als Mann und unter Männern **erleben**
- **Grundhaltung der Institutionen und der Professionellen gegenüber Männern**



HelpMen Train the Trainer Online-Plattform mit 6 Kapiteln

1. Pack's an – Körperliche Selbstsorge
2. Geht's gut? – Psychische Gesundheit
3. Hallo zusammen! – Soziale Gesundheit
4. Wie geht's, wie steht's? – Sexuelle Gesundheit
5. Mal den Doc fragen? – Medizinische Aspekte
6. Geht's noch? – Sinnfragen und Lebensperspektiven

<https://www.elearning-politik.net/>



AUFBAU am Beispiel Kapitel 3

„Hallo zusammen – Soziale Gesundheit“

- **Einführung: Soziale Gesundheit bei Männern**
 - Definition
 - Mannsein, Männlichkeit und soziale Gesundheit
 - Risiken / Ressourcen / Potenziale von Männern in der sozialen Gesundheit
- **Mit Männern zur sozialen Gesundheit arbeiten**
 - Erfahrungen aus der Praxis der Männerarbeit und der Männergesundheitsförderung
 - Dos / Don'ts / Stolperstellen
- **Methodenvorschläge und -beispiele**
- **Literatur, Studien, Informationen im Netz**

„Halo zusammen – Soziale Gesundheit“

Mannsein, Männlichkeit und soziale Gesundheit

Wie in anderen Bereichen auch, ist es wichtig mÄnnerspezifische Aspekte zu berÄcksichtigen. Vor allem Vorstellungen eines unabhÄngigen Mannes, der die Probleme ohne die Hilfe anderer löst, der einsame Held ist und die "Dinge schon alleine geregelt bekommt" zÄhlen zum geschlechtsspezifischen Risikoverhalten. Auch wenn sich viele Klischees langsam verÄndern und oft infrage gestellt werden, spiegeln sie sich hÄufig unbewusst im Verhalten von MÄnnern wider.

Zu Belastungen der sozialen Gesundheit können etwa gehören:



The screenshot shows a quiz interface with a red header. The title is "Teste Dein Wissen zur Sozialen Gesundheit". Below the title are navigation options: "H5P üben", "Einstellungen", and "Mehr". The main content area contains a question: "Was bedeutet 'social prescribing'?". There are four radio button options:

- Den Wunsch von anderen Menschen geliebt zu werden
- Die Verbesserung von Rechtschreibung durch Lernen in der Gruppe
- Die Integration von nichtmedizinischen Maßnahmen in die ärztliche Behandlung
- Die Fähigkeit den GefÜhls-Ausdruck von menschlichen Gesichtern vorherzusagen

Below the options is a blue "Überprüfen" button and navigation arrows. At the bottom, there are icons for "Wiederverwenden" and "Einbetten", and the H5P logo.

Soziale Gesundheit bei Männern

- **Geschlechtsspezifisches Risikoverhalten:** Vorstellungen eines unabhängigen Mannes, der die Probleme ohne die Hilfe anderer löst, der einsame Held ist und die „Dinge schon alleine geregelt bekommt“.
- Auch wenn sich viele Klischees langsam verändern und infrage gestellt werden, spiegeln sie sich häufig unbewusst im Verhalten von Männern wider – „lebenslang gelernt sich wie ein Mann zu benehmen“.
- Im Umgang mit sozialen Belastungen bedeutet das in aller Regel einen sozialen Rückzug, das Verbergen belastender Gefühle oder ein stark erhöhtes Suchtrisiko (Alkohol, THC, Internet etc.).

Soziale Gesundheit bei Männern

Dont's:

- bedrängende und aufdeckende Methoden
- den Blick auf das Gelingende und die Ressourcen zu verlieren
- Männer Bashing (statt 'Männlichkeits'-Konzepte miteinander zu erörtern)

Do's:

- Männer dort aufsuchen wo sie gemeinsam sind, z.B. Arbeit, Jugendtreff etc.
- Den Weg beim Vertrauten und Sachlichen beginnen, um dann auch vertiefend Emotionales und Neues sichtbar werden zu lassen
- Humor, Leichtigkeit: Unterhaltsame Impulse und Spaß als Erfolgsfaktoren

HELPMEN

Das Ausbildungskonzept mit Informationen und Methoden wird in Kürze allen Interessierten und Verantwortlichen online auf der Lernplattform zur Verfügung gestellt und zudem für Präsenz-Formate als Print-Manual zugänglich gemacht.

<https://help-men.eu/>

Danke für Eure Aufmerksamkeit!