

Monatliche Vätergruppe „Up to Dad“

Mit Carsten Vonnoh - Vätercoach, Systemischer Berater & Autor

In Zusammenarbeit mit „eaf Thüringen“ und „Evangelische Kirche in Mitteldeutschland“



TERMINE

18.11.2025	Konflikte lösen ohne Machtkampf – Wie wir respektvoll durch Meinungsverschiedenheiten kommen
16.12.2025	Rituale & Traditionen – Was wir unseren Kindern mitgeben wollen
20.01.2026	Grenzen setzen mit Klarheit und Herz – Zwischen Konsequenz und Verbindung
17.02.2026	Väter und Gefühle – Wie wir emotional präsent und authentisch sein können
17.03.2026	Die Kunst des Zuhörens – Wie echte Kommunikation mit Kindern gelingt
21.04.2026	Körperlichkeit, Toben & Spielen – Die besondere Kraft väterlicher Nähe
19.05.2026	Zwischen zwei Welten – Beruf, Karriere und Vatersein vereinbaren
16.06.2026	Loslassen lernen – Wie wir unseren Kindern Vertrauen und Autonomie schenken
21.07.2026	Sommer-Special: Qualitätszeit gestalten – Ideen für unvergessliche Vater-Kind-Momente
18.08.2026	Mental Load & Care-Arbeit – Echte Partnerschaft im Familienalltag leben
15.09.2026	Resilienz stärken – Wie wir unsere Kinder für Herausforderungen wappnen
20.10.2026	Pubertät & Teenager – Wie wir Brücken bauen, wenn Kinder sich abgrenzen
17.11.2026	Werte vorleben statt predigen – Was uns wirklich wichtig ist
15.12.2026	Dankbarkeit & Jahresrückblick – Was uns als Väter stark gemacht hat

Anmeldung unter: post@eaf-thueringen.de