

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