



# PapaHelden – Starke Väter, starke Familien

„Wir versuchen als Männer, unserer Vaterrolle gerecht zu werden.  
Doch in Wahrheit stehen wir damit noch ganz am Anfang.“

**Austausch & Reflexion auf Augenhöhe**  
Für Väter, die ihre Vaterrolle bewusst &  
emotional gestalten wollen.

## Was dich bei PapaHelden erwartet:

**Austausch auf Augenhöhe:** Freuden und Herausforderungen als Vater.

**Reflexion:** Finde deinen Weg – als Vater, Partner & Mann.

**Gemeinsame Entwicklung:** Inspiration und Motivation

**Emotionale Nähe:** Stärke die Verbindung

- zu den Kindern, zur Partnerin & zu Dir

Vater werden ist einfach.

Doch Vater sein -  
muss man lernen!

- ein Teilnehmer

**Du fühlst dich  
überfordert?**

**Du bist nicht allein.  
PapaHelden**

**Wann:** ab Jänner wöchentlich  
immer Dienstags

**von 8:30 - 10:00 Uhr**

**Wo:** online via Zoom

**Wieviel:** 5 Termine als Block für 100€

**Teilnehmer:** min.5 bis max.10 je Termin

**Anmeldung:** [info@emotionswerkstatt.at](mailto:info@emotionswerkstatt.at)

[www.emotionswerkstatt.at](http://www.emotionswerkstatt.at)

