



Papa kann das!

Fit für Familie & Beruf

*Informierte Väter
Starke Familien
Glückliche Kinder*

Moderne
Väterbildung

Formate



Workshops

Interaktive Vor-Ort-Veranstaltungen

ab 6 Personen



Webinare

Interaktive Online-veranstaltungen

ab 6 Personen



Vorträge

Rein informative
Version der
Workshops
(vor Ort oder digital)

Die Formate gibt es in 2 Kategorien

Papa Privat

Alles rund um die Vaterschaft im privaten Kontext

Business Papa

Vaterschaft & Beruf - die Superpower für die Arbeit

Warum sich das für (werdende) Väter lohnt

Im privaten Kontext

- mehr **Sicherheit** im Umgang mit dem Baby
- von Anfang an eine **stärkere Bindung** zum Kind
- neues und besseres **Verständnis** für die Rolle als aktiver Vater
- Erlernen konkreter **Techniken** (Wickeln, Tragen, Windelfrei...)
- neue **Perspektiven** auf Gleichstellung und Care-Arbeit
- Bessere **Kommunikation** mit der Partnerin
- Höhere **Beziehungs-** und **Lebensqualität**

Im beruflichen Kontext

- Erlernen von nachhaltigen **Strategien** für die **Vereinbarkeit** von Familie und Beruf
- Bessere Performance im Beruf dank der **neuen Kompetenzen**
- Bewusste **Erhöhung des eigenen Marktwertes**
- **Schutz vor Überlastung** dank kluger Delegation
- Klare Führung durch verbesserte **Kommunikation**
- **Gelasseneres Handeln** durch besseres Stressmanagement
- **Fokussierung auf das Wesentliche** durch Priorisierungstechniken

Kurs- & Vortragsangebot

Papa Privat



Die Rolle des modernen Papas



Für wen

- werdende Papas
- frischgebackene Papas
- Papas, die sich in Punkto Rollenverständnis weiterbilden möchten

Kurzbeschreibung

Vom Erzeuger & Erhalter zum voll involvierten Vater: Über den Wandel und das Selbstverständnis der Rolle des Vaters und was alles dazu gehört, ein moderner Vater zu sein.

Take-aways

- ☒ Reflexion Rollenbild
- ☒ Gleichstellung leben
- ☒ Vaterschaft gestalten

Dauer



2,5h



2h



1,5h

Schwangerschaft, Geburt, Babyzeit



Für wen

- werdende Papas
- Papas, die beim 2. (3., 4.....) Kind involvierter sein möchten

Kurzbeschreibung

~40 Wochen voller Spannung enden in einer alles verändernden Geburt. Und dann die erste Zeit mit dem eigenen Kind...wo finde ich mich da als moderner Papa wieder?

Take-aways

- ☒ Verständnis für Partnerin
- ☒ Do's & Don'ts kennen
- ☒ Sicherer Start in die Rolle

Dauer



2,5h



2h



1,5h

Windeln & Wickeln



Für wen

- werdende Papas,
- frischgebackene Papas
- Papas, die beim 2. (3., 4.....) Kind involvierter sein möchten

Kurzbeschreibung

An etwas kommen keine Eltern vorbei, egal, wie das Kind aufwächst: Windeln. Von Pampers über Stoffwindeln bis zum sogenannten Windelfrei - hier erfahrt ihr alles Wissenswerte.

Take-aways

- ☒ Windel-Welt-Kenner
- ☒ Wickel-Profi
- ☒ Kind: Windelfrei mit 2

Dauer



3h



2,5h



1,5h

Kurs- & Vortragsangebot

Papa Privat



Karenz, Papamonat, Eltern-TZ



Für wen

- werdende Papas
- frischgebackene Papas
- Papas mit Kinder <8 Jahren

Kurzbeschreibung

Welche rechtlichen Systeme bestehen rund um die Vaterschaft? Was ist der Unterschied zwischen Karenz und Kinderbetreuungsgeld und was gilt es zu beachten? Wichtig: Keine rechtliche Beratung!

Take-aways

- ☒ Die Karenzmodelle
- ☒ Finanzielle Beihilfen
- ☒ Fristen & Zuständige

Dauer



2h



1,5h



1h

Phasen der Kindesentwicklung



Für wen

- werdende Papas
- frischgebackene Papas
- Papas, die noch involvierter sein möchten

Kurzbeschreibung

Die ersten Jahre des Kindes sind die wichtigsten. Was kommt auf mich als Vater zu, wann wird mein Kind was können und was sagt die Forschung, wie ich mein Kind da bestmöglich begleiten kann?

Take-aways

- ☒ 3 Entwicklungsphasen
- ☒ Hot topics in den Phasen
- ☒ Abgestimmte Begleitung

Dauer



3h



2,5h



2h

Life Hacks für Papas



Für wen

- werdende Papas,
- frischgebackene Papas
- Papas, die noch involvierter sein möchten

Kurzbeschreibung

Welche Tools benötigt man am Anfang wirklich? Wie trage ich ein Kind mit oder ohne Tragetuch? Welche "Life hacks" erleichtern das Leben mit einem Neugeborenen/Kleinkind?

Take-aways

- ☒ Nützliches statt Klump
- ☒ Trage-Profi
- ☒ Den Alltag meistern

Dauer



2h



1,5h



1h

Kurs- & Vortragsangebot

Business Papa



Väter als Führungskräfte



Für wen

- Papas in Führungspositionen
- Papas mit Führungsambitionen

Kurzbeschreibung

Welche Parallelen zwischen Vaterschaft und Leadership gibt es, und wie kann man diese im Beruf nutzen? Leading by example? Ja, bitte.

Take-aways

- ✓ Leadership-Theorie
- ✓ Sichtbarmachung Skills
- ✓ Transfer Leadershipskills

Dauer



2h



1,5h



1h

Stressmanagement für berufstätige Väter



Für wen

- Alle berufstätigen Papas
- Gestresste Papas mit Berufsambitionen

Kurzbeschreibung

Gelassen bleiben trotz hoher Anforderungen? Über Stressmechanismen, Mental Load und Stressverstärker - und wie man alles unter einen Hut bekommt.

Take-aways

- ✓ Stressmechanismen
- ✓ Stressverstärker & -löser
- ✓ Resilienz

Dauer



2h



1,5h



1h

Teamarbeit zuhause & am Arbeitsplatz



Für wen

- werdende Papas
- frischgebackene Papas

Kurzbeschreibung

Sowohl zuhause als auch in der Arbeit gilt oft: Ziele erreicht man gemeinsam. Rollenverteilung, Kommunikation & Konfliktlösung - vom Küchentisch direkt in die Firma.

Take-aways

- ✓ Rollenverteilung
- ✓ Kommunikation
- ✓ Konfliktlösung

Dauer



2h



1,5h



1h

Kurs- & Vortragsangebot

Business Papa



Zeit für Familie & Beruf



Für wen

- Alle Papas, die eine faire & nachhaltige Aufteilung zwischen den zwei Welten anstreben

Kurzbeschreibung

Effektive Strategien für moderne Väter, um den Spagat zwischen Job und Familie zu schaffen. Dabei unterstützen ein klares Zeit- und Energiemanagement sowie Klarheit über Rollen, Grenzen und Bedürfnisse.

Take-aways

- ✓ Zeitmanagement
- ✓ Energiemanagement
- ✓ Effektive Strategien

Dauer



2h



1,5h



1h

Erfolgreich delegieren



Für wen

- Alle werdenden Papas
- Alle Papas

Kurzbeschreibung

Verantwortung teilen, statt alles alleine zu machen.
Was macht gutes Delegieren, zuhause und im Job, aus und wie priorisiere ich richtig, bevor ich delegiere?

Take-aways

- ✓ Priorisieren & Delegieren
- ✓ Kontrolle & Kommunikation
- ✓ Verantwortung teilen

Dauer



2h



1,5h



1h

Vaterschaft als Karriere-Booster



Für wen

- Alle werdenden Papas
- Alle Papas

Kurzbeschreibung

Soft Skills aus der Elternschaft nutzen.
Wie Geduld, Krisenmanagement, kreative Problemlösung und emotionale Intelligenz zu Erfolg im Job führen.

Take-aways

- ✓ Emotionale Intelligenz
- ✓ Vaterschafts-Soft-Skills
- ✓ Ressourcenmanagement

Dauer



2h



1,5h



1h

Der Papa-Privat All-in-one Workshop



In 2 Tagen zum
Papa-Profi? Geht
das?

Profi geht sich wahrscheinlich nicht aus,
da kommen wir um das jahrelange
"Üben" nicht herum. Aber **bestmöglich
vorbereitet zu sein, um selbstsicher in
das Abenteuer Vaterschaft zu starten,**
das schaffen wir!



All-in-one Kurs

Aus 6 mach 1.

Statt pro Person
375 € (Kurswert)
nur
299 €!



Vorteile des All-in-one Kurs



Kostensparnis

Statt 375 Euro nur 299 Euro (**>20% gespart!**)



Zeitersparnis

Statt 6x hinfahren → nur 2x teilnehmen



Besserer Austausch dank längerem & intensiverem Gruppenprozess



Soziales Netzwerk

Kennenlernen von Papas in ähnlichen Situationen



Mehr Klarheit

Zeit für individuelle Anliegen & Austausch (Pausen)

Lösungsorientiertes 1:1 Coaching



Manchmal braucht es nur einen Perspektivwechsel, um wieder klar zu sehen.

Als Systemischer Coach und Lebens- und Sozialberater in Ausbildung und Supervision begleite ich Menschen in Phasen der **Neuorientierung, Entscheidungsfindung** oder in **persönlichen Krisen & Überforderung**.

Mein Fokus liegt auf der anerkannten Lösungsorientierten Kurzzeithherapie – eine wirksame Methode, die auf Ihre Stärken setzt und pragmatische Lösungen für Ihre aktuellen Herausforderungen entwickelt.

Väterberatung

Väter stehen unter besonderem Druck. Beruf, Familie und eigene Bedürfnisse ins Gleichgewicht zu bringen, erfordert bewusste Entscheidungen. Mein Coaching hilft Ihnen, Ihre Rolle klar und bewusst zu leben, ohne sich selbst im Alltag zu verlieren.



Wir finden den richtigen Weg

“Nicht alle, die wandern, sind verloren”

J.R.R. Tolkien.

Besonders dann nicht, wenn ein Coach bei der Orientierung unterstützt. Dabei entwickeln wir gemeinsam umsetzbare Schritte zur Erreichung eines vorher definierten Zieles.

Erstgespräch (30min) kostenlos!

Wer steckt hinter Papa und Kind?

Gregor Catuffi



Über mich



Hi! Ich bin ein voll involvierter* zweifacher Vater (Kleinkind & Baby), zertifizierter Trainer in der Erwachsenenbildung, Lebens- und Sozialberater (i.A.u.S.) und habe über 16 Jahre an Erfahrung im Bereich Führung und Projektmanagement in verschiedenen internationalen Unternehmen im Gepäck. Mehr Infos zu mir finden Sie auf www.Papa-und-Kind.at oder auf LinkedIn.

*= fair aufgeteilte Care-Arbeit

Meine Mission



Ich begleite (werdende) Väter auf ihrem Weg in eine moderne, gleichberechtigte Elternschaft – mit Fachwissen, Humor und persönlicher Erfahrung.

In meinen Vorträgen & Kursen verbinde ich fundiertes Wissen mit praktischen Übungen und viel Raum für Austausch.

Meine Ziele



Väter informieren.
Familien stärken.
Kindern eine glückliche Kindheit ermöglichen.



MAG. GREGOR CATULLI BSC.

TRAINER | COACH | UNTERNEHMENSBERATER



gregor@papa-und-kind.at



www.papa-und-kind.at



papa_und_kind



©2025 Gregor Catulli / Papa und Kind

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltung und Inhalte sind urheberrechtlich geschützt.

Preise gültig bis auf Widerruf. Es gelten die jeweils aktuellen Preise zum Zeitpunkt der Buchung