

FÆDREGRUPPE

En samtalegruppe for nybagte fædre

At blive far er for mange en livsomvæltende begivenhed. Man bliver ansvarlig for et lille liv, ofte ændrer parforholdet sig, ens hverdag og fritid bliver anderledes og rollen og opgaven som far tager ofte tid at finde frem til.

Gruppen er et fællesskab med andre nye fædre, hvor man lytter og fortæller om det at blive far, de spørgsmål som opstår samt tanker om det nye liv og ens rolle som far.

Det er ikke et professionelt rådgivningstilbud, men det er et rum til at dele både gode og svære tanker i et fællesskab, hvor man møder, genkender og får inspiration fra andre i samme situation.

Sammen med gruppen vil der være en fast frivillig gruppeleder, som sørger for at alle får taletid og holder fokus på dagens emne. Hver mødegang har et emne, som gruppen finder i samarbejde med den frivillige. Ideer til emner kunne være:

- at gå fra kærester til forældre
- at være ansvarlig for barnets udvikling og trivsel
- at finde sin rolle som far
- den nye hverdag
- den gode barsel for dig som far

Til hver mødegang fortæller alle på skift om deres oplevelser og tanker om dagens emne. Der er tavshedspligt i gruppen. Gruppen er sammen i to timer med en pause midtvejs og der vil være kaffe og the. Det er gratis at deltage.

Tid og sted

Gruppen mødes hver anden uge, 8 gange i alt. Møderne foregår en hverdag typisk fra kl. 17-19 i Frivilligcenter Aarhus' lokaler på Sønder Allé 33. Vi starter løbende grupper op.

Tilmelding

Du tilmelder dig ved at kontakte Selvhjælpstilbuddet på selvhaelp@frivilligcenteraarhus.dk eller telefon 60 54 58 37.

