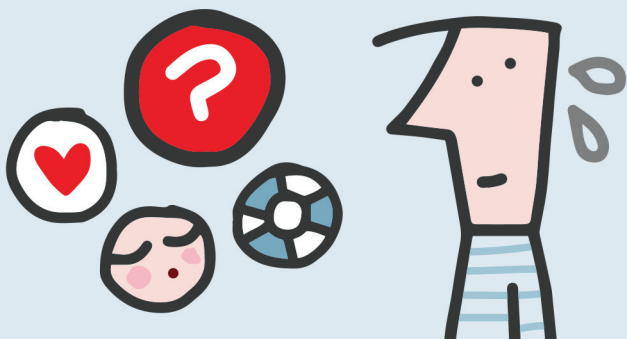


T'HAS PREGUNTAT MAI QUIN TIPUS DE PARE SERÀS?

Si estàs a punt de ser pare...
Obre i descobreix algunes claus!



 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

 Institut Català
de la Salut

Ajuntament de
Barcelona



SER PARES COMPORTA TENIR MOLTES PREGUNTES...

I MOLTES RESPOSTES!

Si vols respostes a aquestes i altres preguntes o vols expressar els teus dubtes o pors, demana més informació a la llevadora i...

IMPLICA'T EN LA TEVA PARTERNITAT!

QUÈ OFERIM:

- Grups de preparació al naixement
- Grups de pares
- Suport individual en el procés de paternitat





LA PATERNITAT ET CANVIA LA VIDA:

- Penses anar a les visites de control prenatal per entendre els canvis en la teva parella?
- Voleu conèixer junts les bones notícies i donar-vos suport mutu?
- Et preguntes què passarà el dia del part i com hi pots participar activament?



**Cada moment,
cada notícia,
és història.**

**T'ho vols
perdre?**



LA PATERNITAT ET GENERA DRETS I DEURES COM A PARE:

- Saps com funciona el permís de paternitat?
- Coneixes les diferents opcions laborals com la reducció de jornada o l'excedència pel fet de tenir un fill o filla?
- Penses que tens el deure de cuidar a la criatura, acompanyar-la i tenir temps?
- Saps a quins ajuts pots optar per tenir un fill/a?



LA PATERNITAT POT CANVIAR LA TEVA RELACIÓ DE PARELLA:

- Coneixes com afecta els canvis físics i emocionals de l'embaràs a la teva parella?
- Et preocupa que apareguin nous conflictes de parella pel fet de ser pares?
- Es poden mantenir relacions sexuals durant tot l'embaràs i el postpart?



COM VOLS VIURE LA TEVA PATERNITAT?

- Has pensat quines necessitats tindrà una criatura, com consolaràs el seu plor o quan voldrà menjar?
- Has imaginat com crearàs el nou vincle afectiu amb el teu fill o filla?
- Saps què aportarà a la teva vida la criatura que està a punt de néixer?
- Has parlat amb la teva parella sobre com repartir les tasques domèstiques i de cura?

**Vols ser un
acompanyant
o vols ser algú
important en
la seva vida?**



T'HAS PREGUNTAT MAI QUIN TIPUS DE PARE SERÀS?

PER A MÉS INFORMACIÓ

Projecte Canviem-ho

bcn.cat/canviem-ho
canviem-ho@bcn.cat

**PASSIR (Programa d'Atenció
a la Salut Sexual i Reproductiva)**

gencat.cat/salut
