

# Grups de preparació a la paternitat



**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**



**Els grups de preparació a la paternitat van dirigits a futurs pares que volen compartir l'experiència de la gestació i postpart de les seves criatures i rebre suport en el procés de paternitat.**

**S'hi realitzen cursos adreçats a futurs pares que visquin a Barcelona i es trobin entre la setmana 14 i 22 de gestació.**



## **Què hi trobaràs**

- Suport individual i grupal durant el procés de l'embaràs i el postpart.
- Espai on compartir eines i recursos en el naixement i la criança.
- Acompanyament per a una paternitat responsable i activa.



## Ara que seràs pare

- Has imaginat com crearàs el nou vincle afectiu amb la teva filla o fill?
- Et preocupa que apareguin nous conflictes de parella pel fet de ser pare?
- Et preguntes què passarà el dia del part i com hi pots participar activament?
- Has pensat com cuidar a la criatura, acompanyar-la i gestionar el temps?



## Funcionament i inscripcions

Els grups tenen una durada de set sessions, un cop per setmana, en horari de tardes.

Per a més informació truca als telèfons:

**933 602 095 / 933 491 610**

o pregunta a la teva llevadora.

## **Projecte Canviem-ho**

[barcelona.cat/canviem-ho](http://barcelona.cat/canviem-ho)

933 491 610

[canviem-ho@bcn.cat](mailto:canviem-ho@bcn.cat)

## **ASSIR**

**(Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva)**

933 602 095

[direccioassir.ics@gencat.cat](mailto:direccioassir.ics@gencat.cat)