

COM CONTACTAR AMB EL SAH?

SAH. Servei d'Atenció a Homes
per a la promoció de relacions no violentes.

Matí: de dilluns a divendres de 9 a 14 h

Tarda: de dilluns a dijous de 15 a 20 h

C/ Garcilaso, 23-27 (Barcelona)

Tel. 93 349 16 10

sah_joves@bcn.cat



Metro: La Segrera (L1, L5, L9, L10)

Bus: H8, 62, 96, 126

Estacions Bicing: 391, 423

Si em deixés per un altre, no sé què seria capaç de fer.

 M'agrada

 No m'agrada



Aconsegueix unes relacions
lliures de violència.

 Tu pots canviar-ho!

SAH. Servei d'Atenció a Homes
per a la promoció de relacions
no violentes.

Ajuntament de
Barcelona



COM CONTACTAR AMB EL SAH?

SAH. Servei d'Atenció a Homes
per a la promoció de relacions no violentes.

Matí: de dilluns a divendres de 9 a 14 h

Tarda: de dilluns a dijous de 15 a 20 h

C/ Garcilaso, 23-27 (Barcelona)

Tel. 93 349 16 10

sah_joves@bcn.cat



Metro: La Segrera (L1, L5, L9, L10)

Bus: H8, 62, 96, 126

Estacions Bicing: 391, 423

Si em deixés per un altre, no sé què seria capaç de fer.

 M'agrada

 No m'agrada

Aconsegueix unes relacions
lliures de violència.

 Tu pots canviar-ho!

SAH. Servei d'Atenció a Homes
per a la promoció de relacions
no violentes.

Ajuntament de
Barcelona



Si em deixés per un altre, no sé què seria capaç de fer.

Et sona aquesta frase? A tu també et passa?
Et poses nerviós quan no et fa cas? Sents que
aquesta situació t'afecta? Consulta'ns. Des del
SAH t'assessorem, et donem suport i et
proposem alternatives per canviar les teves
relacions afectives de manera positiva,
saludable i lliure de violència.

QUI SOM?

El SAH és un servei gratuït de l'Ajuntament de
Barcelona dirigit a persones que volen viure les
seves relacions afectives de manera positiva,
saludable i lliure de violències.

A QUI ATENEM?

Nois de 12 a 17 anys que:

- Visquin, estudiïn o treballin a Barcelona.
- Mantenen/han mantingut relacions abusives.

QUÈ HI TROBARÀS?

- Professionals que volen escoltar el que et
preocupa sobre les teves relacions afectives.
- Ajuda per resoldre les teves dificultats en les
relacions afectives.
- Suport i eines per relacionar-te d'una manera
més positiva i saludable, que t'ajudi a gaudir de
les teves relacions afectives.

COM DETECTAR LA VIOLÈNCIA EN LES RELACIONS AFECTIVES

A continuació et donem alguns exemples de
situacions que es poden identificar com
relacions abusives, que poden esdevenir
violentes:

- Si sovint et poses gelós, nerviós, t'enfades o
perds el control amb la teva parella.
- Si t'obsessionen coses com: que ella quedi
amb altres nois amics seus, saber amb qui
s'envia missatges, o que et pugui deixar en
qualsevol moment.
- Si penses que si ella t'estimés hauria de fer
les coses com tu vols, o que si controles com
va vestida o què fa en tot moment és perquè
l'estimes.
- Si creus que no podries viure sense ella, ni
ella sense tu.
- Si alguna vegada la teva xicota t'ha dit que
t'has passat, que li has fet mal, o que no és
normal com et comportes amb ella.