

# SAH

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

**Servei d'Atenció  
a Homes per a la promoció  
de relacions no violentes  
(SAH)**

C/ Garcilaso, 23-27, Barcelona  
Telèfon: 93 349 16 10

Horari: de dilluns a divendres de 9 a 14 h  
i de dilluns a dijous de 15 a 20 h

**Com arribar-hi:**

Autobusos: 126, 62, 96, H8, 34, 26

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

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

Ajuntament de  
Barcelona



## A vegades et trobes en alguna d'aquestes situacions amb la teva parella o exparella?

- Tens dificultats per controlar les teves reaccions.
- Tens dificultats per gestionar les teves emocions.
- Et costa entendre-la.
- Sents frustració per no poder resoldre situacions com t'agradaria.
- Et notes tens freqüentment.
- Sents que aquestes situacions afecten a altres àmbits de la teva vida (relacions familiars, laborals, socials..)
- Et sents jutjat per les teves reaccions i actituds agressives.

## Què t'ofereixim?

Atenció terapèutica personalitzada que consta de:

- Fase d'acollida, on es valora la demanda d'atenció.
- Fase de tractament individual i/o grupal.
- Fase de seguiment, un cop finalitzada la intervenció.

## Qui hi pot accedir?

Tots els homes que:

- Visquin o treballin al municipi de Barcelona.
- Exerceixin o hagin exercit violència vers la parella o exparella.
- Accedeixin al servei de manera voluntària.

# SAH

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

### Què és el SAH?

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

És un espai proper i d'escolta activa on explorarem l'origen de les teves dificultats perquè puguis comprendre't millor, on et facilitarem eines alternatives per resoldre els teus conflictes.

### Vols més informació?

- Consulta'ns al correu electrònic [sah@bcn.cat](mailto:sah@bcn.cat)
- O visita'ns al web [barcelona.cat/canviem-ho](http://barcelona.cat/canviem-ho)