

DIRIGIDO A

- Mujeres embarazadas.
- Madre, padre, familiar o persona cuidadora del niño/a durante los dos primeros años de vida.

REQUISITOS

- Residir en Zaragoza.

TIPO DE ATENCIÓN: Psicosocial

- Atención individual según necesidades.
- Talleres grupales.



PROGRAMA
apego♥
ZARAGOZA

SI ESTÁS EMBARAZADA
o acabas de tener un hijo o hija
y deseas apoyo y asesoramiento
sobre la maternidad/paternidad
y la crianza, podemos acompañarte
en este proyecto vital
personal y familiar.

* Acceso al programa libre y gratuito.

MÁS INFORMACIÓN EN

Plaza Añón, 3-5, 50002 Zaragoza
976 726 043 | 976 726 044 | 609 015 439
promocionsalud@zaragoza.es

Horario de atención
Previa solicitud de cita

Lunes a viernes, de 8 a 15 horas
(Para otros horarios, consultar)



Acompañamiento durante el embarazo y crianza



PROGRAMA APEGO ZARAGOZA (PAZ)

Es un programa que tiene por objetivos:

- Promover competencias para ser madres/padres y ayudar al desarrollo y bienestar de los hijos e hijas.
- Orientar a las madres y padres en el reconocimiento y satisfacción de las necesidades infantiles.
- Transmitir los principios de parentalidad positiva que permitan el pleno desarrollo del niño o la niña.

1) ATENCIÓN INDIVIDUAL

- Acompañamiento en la gestión emocional y aceptación del nuevo rol de madre/padre.
- Orientación en las dificultades o dudas características del embarazo y de la crianza.
- Aprendizaje de conocimientos, competencias y habilidades.
- Apoyo a la familia para reforzar la vinculación afectiva, la salud y el bienestar emocional de los niños y niñas.

2) ATENCIÓN GRUPAL

- Espacio de acompañamiento, intercambio y aprendizaje en grupo guiado por profesionales de la intervención psicosocial, donde se abordan **4 áreas fundamentales del desarrollo del hijo/a**:
 - Cómo establecer un vínculo de apego seguro.
 - Necesidades infantiles.
 - Regulación emocional.
 - Hábitos saludables.

METODOLOGÍA

Exposiciones orales, dinámicas de grupo, vídeos, debates y ejercicios prácticos.

Todo ello en un entorno de confianza y complicidad, donde podamos expresar cómodamente las dudas y temores que la nueva situación nos plantea.



PROGRAMA
apego♥
ZARAGOZA

“Acompañándote”

3) ACOMPAÑÁNDOTE

DIRIGIDO A:

Mujeres embarazadas y familias con bebés hasta 1 año de edad, que necesitan un apoyo intensivo, por su situación personal.

REQUISITOS:

Residir en Zaragoza.
Estar atendida en el PAZ.
Precisar un apoyo intensivo.

TIPO DE ATENCIÓN:

Se trata de un servicio de intervención socioeducativa, con una atención personalizada y acompañamiento en los procesos físicos y emocionales del embarazo y crianza: visitas hospitalarias y domiciliarias, acompañamientos a consultas médicas y otros servicios, seguimiento y mediación familiar, etc.

ÁREAS A TRABAJAR:

- Educación para la salud.
- Organización del hogar.
- Relaciones familiares.
- Relaciones sociales, ocio y tiempo libre.