

Nacer y crecer en el barrio Gòtic



Guía de recursos y servicios para
acompañar la crianza de la pequeña
infancia y a sus familias.



Ajuntament de
Barcelona

¿Tienes niños o niñas pequeños o prevés tenerlos pronto? Si es así, ¡esta guía te interesa!

La pequeña infancia es una de las etapas de desarrollo de las personas en que los cuidados se ejercen con más intensidad.

Si la crianza es acompañada y compartida, siempre es más agradecida. Con este objetivo, el proyecto VilaVeïna, con la colaboración del IMEB, ha creado una guía que recoge los recursos y servicios de apoyo a la educación y a la crianza de la pequeña infancia del barrio Gòtic.

En esta guía encontrarás las iniciativas que se ofrecen desde la proximidad para las etapas previas al nacimiento, al posparto y en la etapa de crianza tanto para los niños y niñas como para las familias.



VilaVeïna, te cuidamos cuando cuidas, porque cuidar es cosa de todas.



Actividades antes del nacimiento

Yoga prenatal

Programa para ayudar a la persona gestante a fortalecer y flexibilizar su cuerpo, buscando el equilibrio entre la esfera mental y la emocional.

Casal de Barrio Transformadors | C. Ausiàs March 60 (08010) | 934 431 864 | passir@parcdesalutmar.cat | [Horario](#) martes de 18.30 a 19.30 h | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) enviar correo a infoassirmar@psmar.cat indicando el nombre completo, el número tarjeta sanitaria, el CAP de referencia y la fecha estimada de parto

Mueve el embarazo

Programa de sesiones telemáticas en que mediante el condicionamiento de la pelvis se mejora la condición física de las mujeres embarazadas, haciendo ejercicios que potencian la musculatura abdominal y pélvica.

CAP Casc Antic | C. Rec Comtal 24 (08023) | 934 431 864 | passir@parcdesalutmar.cat | [Horario](#) lunes de 18.30 a 19.30 h | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) hay que enviar un correo a infoassirmar@psmar.cat indicando el nombre completo, el número tarjeta sanitaria, el CAP de referencia y la fecha estimada de parto

Planificando el parto

Sesión grupal de encuentro para mujeres embarazadas y acompañadoras con una comadrona del equipo de ASSIR. Un espacio para acercarse al modelo de cuidados respetuosos durante el proceso de parto y nacimiento. Un lugar para resolver dudas y hablar de las incertidumbres relacionadas con el parto.

ASSIR Parc Salut Mar | 934 431 864 | passir@parcdesalutmar.cat | [Horario](#) martes de 9 a 10.30 h (esta sesión se imparte telemáticamente) | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) hay que enviar un correo a infoassirmar@psmar.cat indicando el nombre completo, el número tarjeta sanitaria, el CAP de referencia y la fecha estimada de parto

Salud emocional preparto y posparto

Sesión grupal donde se ayuda a la persona gestante a entender los procesos de cambios emocionales y psicológicos de la maternidad, más allá de los cambios fisiológicos que comporta.

ASSIR Parc Salut Mar | 934 431 864 | passir@parcdesalutmar.cat | [Horario](#) lunes de 12.30 a 14 h (esta sesión se imparte telemáticamente) | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) hay que enviar un correo a infoassirmar@psmar.cat indicando el nombre completo, el número tarjeta sanitaria, el CAP de referencia y la fecha estimada de parto



Grupo de preparación para el nacimiento

Sesiones de acompañamiento durante el periodo de embarazo dirigidas a las personas embarazadas y a sus parejas, conducidas por una comadrona, para prepararse para esta experiencia y, además, compartirlo con otras personas.

CAP Casc Antic | C. Rec Comtal 24 (08023) | 934 431 864 | passir@parcdesalutmar.cat | [Horario](#) presencialmente, jueves de 12 a 13.30 h; telemáticamente, lunes y jueves de 18 a 19.30 h | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) hay que consultar al equipo de referencia del CAP

Primer trimestre del embarazo

Sesión grupal en la que una comadrona explica consejos de salud que hay que conocer durante la gestación, en especial durante el primer trimestre del embarazo.

ASSIR Parc Salut Mar | 934 431 864 | passir@parcdesalutmar.cat | [Horario](#) martes de 18 a 19.30 h (esta sesión se imparte telemáticamente) | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) hay que enviar un correo a infoassirmar@psmar.cat indicando el nombre completo, el número tarjeta sanitaria, el CAP de referencia y la fecha estimada de parto

Entrenamientos parto

Entrenamientos individuales y en grupo con actividades cardiovasculares, trabajo de fuerza, yoga, movilidad articular y ejercicios del suelo pélvico parto y posparto.

CEM Colom | La Rambla 18 (08002) | 933 023 295 | [Horario](#) por determinar | [Precio](#) 4 sesiones/70 € | [Inscripciones/cita](#) en la recepción del centro | cemcolom.com | [f](#) [t](#) [@](#)

Grupo de preparación para la paternidad

Dirigido a futuros padres que quieren compartir la experiencia de la gestación y posparto de sus bebés y recibir apoyo en el proceso de paternidad. Va dirigido a futuros padres que se encuentran entre la semana 14 y 22 de gestación.

933 491 610 | plural@bcn.cat | [Horario](#) por determinar, hay que consultarlo por teléfono, correo electrónico o al equipo de referencia del CAP | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) se debe consultar por teléfono, correo electrónico o al equipo de referencia del CAP

Actividades posparto**Grupo de posparto**

Sesiones de acompañamiento durante el periodo de posparto para las personas gestantes, parejas y bebés, conducidas por una comadrona y, además, compartidas con otras personas.

CAP Poblenou | C. Lope de Vega 138 (08005) | 934 431 864 | passir@parcdesalutmar.cat | [Horario](#) miércoles de 10 a 11.30 h | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) hay que enviar un correo a infoassirmar@psmar.cat indicando el nombre completo, el número tarjeta sanitaria, el CAP de referencia y la fecha estimada de parto

Entrenamientos posparto

Entrenamientos individuales y en grupo con actividades cardiovasculares, trabajo de fuerza, yoga, movilidad articular y ejercicios del suelo pélvico parto y posparto.

CEM Colom | La Rambla 18 (08002) | 933 023 295 | [Horario](#) por determinar | [Precio](#) 4 sesiones/70 € | [Inscripciones/cita](#) en la recepción del centro | cemcolom.com | [f](#) [t](#) [@](#)

Actividades para niños y niñas y familias**EcosisteMamas**

Espacio de encuentro para madres que crían solas donde compartir con otras mujeres aspectos sobre la crianza de la pequeña infancia y crear red y espacios de apoyo mutuo.

Centro Cívico Pati Llimona | C. Regomir 3 (08002) | 678 288 057 | elhorizontedanza@gmail.com | [Horario](#) dos viernes al mes, de 18 a 20 h | [Precio](#) actividad gratuita | [Inscripciones/cita](#) no es necesaria la inscripción

Servicios y equipamientos educativos

Escola Bressol Municipal Carabassa

Centro educativo público dirigido a niños y niñas de entre 4 meses y 3 años.

C. Carabassa 8 (08002) | 933 435 106 | ebmcarabassa@bcn.cat | [Horario](#) de lunes a viernes de 9 a 17 h (con servicio de acogida de 8 a 9 h). Setiembre y julio de 8 a 15 h. El curso se inicia a principios de setiembre y acaba a mediados de julio | [Precio](#) las cuotas incluyen la escolarización y la alimentación y se ajustan a la renta familiar con un sistema de tarificación social | [Inscripciones/cita](#) aproximadamente, durante la primera quincena de mayo. Hay que consultar con el centro educativo | ajuntament.barcelona.cat/escolesbressol/ebmcarabassa

Jardín de Infancia Sagrada Família

Centro educativo privado dirigido a niños y niñas de entre 0 y 3 años.

C. Avinyó 20 (08002) | 933 188 716 | direccio@safaavinyo.com | [Horario](#) de lunes a viernes de 9 a 17 h | [Precio](#) las cuotas dependen del horario. De 9 a 13 h: 164,50 €. De 9 a 13 h y de 15 a 17 h: 234,50 €. El precio de la comida son 5,80 €/día. No hay coste de matrícula | [Inscripciones/cita](#) hay que concertar una cita para hacer una visita y la inscripción | safaavinyo.com/llar-d-infants | fundacioesperanca.org/ca/que-fem/suport-educatiu | [f](#) [t](#) [i](#) [c](#)

Canguraje y respiro

Concilia

Servicio de canguraje municipal que acoge a niños y niñas de 1 a 12 años fuera del horario escolar.

Casal de Barrio del Raval | C. Reina Amàlia 31-33 (08001) | 722 204 495 | concilia.raval@incoop.cat | [Horario](#) de lunes a viernes de 15 a 20.30 h. Sábados, domingos y festivos de 9.30 a 14 h y de 15.30 a 18.30 h | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) a través del siguiente formulario: concilia.incoop.cat/registre-el-raval | concilia.incoop.cat



Servicios y equipamientos socioculturales

Biblioteca Gòtic-Andreu Nin

Servicio de préstamo de libros, información, acceso a nuevas tecnologías, aprendizaje, actividades culturales y de ocio vinculadas a la lectura y dirigidas a todos los públicos. Durante el año se realizan actividades específicas dirigidas a la pequeña infancia. La biblioteca dispone de un espacio para familias, una sección con todo tipo de información relacionada con la pequeña infancia. El fondo documental incluye libros sobre temáticas diversas (educación, desarrollo, salud, alimentación y otros temas) y revistas especializadas.

La Rambla 30 - 32 (08002) | 933 437 369 | b.barcelona.an@diba.cat | [Horario](#) lunes y jueves de 15.30 a 20 h; martes, jueves y viernes de 9.30 a 13.30 h y de 15.30 a 20 h; y sábados de 10 a 14 h. Agosto cerrado | [Precio](#) servicio y actividades gratuitas | [Inscripciones/cita](#) algunas de las actividades necesitan inscripción, hay que consultar al centro | ajuntament.barcelona.cat/biblioteques/bibgotic

Centro Cívico Pati Llimona

Equipamiento sociocultural donde se programan cursos y talleres, exposiciones y otros tipos de actividades culturales (música, fotografía, cine, ciencia, tecnología, teatro) dirigidas a toda la ciudadanía. Durante el año se realizan actividades específicas dirigidas a la pequeña infancia.

C. Regomir 3 (08002) | 932 566 100 | ccpatillimona@patillimona.net | [Horario](#) de lunes a viernes de 9 a 22 h; y sábados de 10 a 14 h y de 16 a 20. h | [Precio](#) talleres y actividades gratuitas o a coste reducido | [Inscripciones/cita](#) algunas actividades necesitan inscripción, hay que consultar al centro | patillimona.net | [f](#) [t](#) [i](#) [v](#)

Ludoteca Ample

Equipamiento donde un equipo de profesionales acompaña a los niños y niñas para disfrutar de una selección de juegos de calidad adecuados para su edad. Incluyen espacios de psicomotricidad, zonas de juego simbólico y también juegos multimedia. También puedes encontrar información sobre juegos, juguetes y desarrollo infantil. Servicio dirigido a familias con niños y niñas y jóvenes entre 0 y 17 años.

C. Ample 27 (08002) | 933 105 040 | ludo.ample@gencat.cat | [Horario](#) lunes, martes, miércoles y viernes de 16.30 a 19.30 h. Espacio para niños, niñas y jóvenes de 0 a 17 años y sus familias. Miércoles de 10 a 12 h. Espacio para niños y niñas de 0 a 3 años y sus familias | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) en el centro. Hay que presentar una fotografía de carné del niño o niña, rellenar la ficha de usuario y una fotocopia de la tarjeta sanitaria (en caso de los niños y niñas no acompañados)

Ludoteca Placeta del Pi

Equipamiento donde un equipo de profesionales acompaña a los niños y niñas para disfrutar de una selección de juegos de calidad adecuados para su edad. Incluyen espacios de psicomotricidad, zonas de juego simbólico y también juegos multimedia. También puedes encontrar información sobre juegos, juguetes y desarrollo infantil. Servicio dirigido a familias con niños y niñas entre los 0 y 12 años.

Plazoleta del Pi 2 (08002) | 933 105 040 | ludoteca.placetadelpi@gmail.com | [Horario](#) martes y jueves de 10.30 a 12.30 h (espacio para niños y niñas de 1 a 3 años) | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) en el centro. Hay que presentar una fotografía de carné del niño o niña, rellenar la ficha de usuario y una fotocopia de la tarjeta sanitaria (en caso de los niños y niñas no acompañados) | [f](#)

Espacio Lúdico Ambiental para Familias LaLudo del Parque de la Ciutadella

Equipamiento de educación ambiental para familias con niños y niñas de 0 a 5 años que trabaja el acompañamiento en la crianza. Promovemos el juego libre y la participación activa en la conservación de la naturaleza y divulgamos la cultura de la sostenibilidad, entendiéndolas como motores de aprendizaje para impulsar valores ambientales, de convivencia y de acompañamiento respetuoso a la crianza, tanto con el entorno como con el resto de personas usuarias.

Paso del Institut Escola 1 (08003) | 638 326 771 | espailudicciutadella@bcn.cat | [Horario](#) de lunes a jueves de 10 a 13.30 h y de 16.30 a 18.30 h. Sábados y domingos de 10.30 a 13.30 h. Durante los periodos de vacaciones escolares este horario puede variar | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) no es necesaria inscripción | ajuntament.barcelona.cat/ecologiaurbana/ca/serveis/la-ciutat-funcional/educacio-i-sensibilitzacio/equipaments-municipals/espai-ludic-ambiental-per-a-families-del-parc-de-la-ciutadella

Patios escolares abiertos al barrio

Patio escolar abierto para el juego de niños y niñas y sus familias.

Escuela Drassanes | C. Nou de Sant Francesc 11 (entrada por la c. Rull) | [Horario](#) viernes de 16 a 19 h (durante el curso escolar) | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) no es necesaria la inscripción

Equipamientos de atención social

Centro de Servicios Sociales Gòtic

Centro de información, orientación y atención para tratar los problemas sociales que afectan a las personas y a las familias. Son el lugar donde se pueden solicitar u obtener información sobre las diferentes ayudas y servicios que ofrece el Ayuntamiento de Barcelona.

C. Correu Vell 5 (08002) | 900 922 357 (para aquellas personas que no puedan hacer llamadas a líneas 900: 936 197 311) | [Horario](#) lunes, martes, miércoles y viernes de 9 a 13.30 h, y jueves de 15 a 19.30 h. Durante los periodos de vacaciones este horario se puede modificar, hay que consultar al centro | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) hay que pedir cita por teléfono

Servicios y equipamientos de salud

Centro de Atención Primaria Gòtic

Centro de atención presencial donde acudir cuando se tiene un problema de salud o cuando se quiere prevenir alguna enfermedad. Ofrece diagnóstico y atención a los principales problemas de salud, asistencia sanitaria y social y servicios de promoción de la salud, de atención preventiva, curativa y rehabilitadora, servicio de atención a domicilio, atención urgente o continuada y atención a la salud sexual y reproductiva.

Pje. Pau 1 (08002) | 933 436 140 | [Horario](#) de lunes a viernes de 8 a 20 h. Sábados de 9 a 17 h, atención en el CAP Casc Antic | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) hay que pedir una cita por teléfono, web o directamente en el centro | atencioprimariaicbscn.wordpress.com/capgotic

Centro de Desarrollo Infantil y Atención Precoz (CDIAP)

Servicio especializado interdisciplinario de atención a niños y niñas con alteración en el desarrollo o con riesgo de sufrirla, así como a sus familias y entorno.

C. Reina Amàlia 33 (08001) | 932 564 685 | eipicv@bcn.cat | [Horario](#) de lunes a viernes de 9 a 14 h | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) hay que contactar a través del teléfono o por derivación desde otro servicio | uccap.com/xarxa-assistencial/centre/cdiap-eipi-ciutat-vella

Centro de Salud Mental Infantil y Juvenil (CSMIJ) Ciutat Vella

Servicio de asistencia primaria en salud mental. Atiende a la población de entre 0 y 18 años con problemas psicológicos y psiquiátricos.

CAP Drassanes | Av. Drassanes 17 - 21, 4ª planta (08001) | 932 958 671 | [Horario](#) [Invierno](#) lunes y martes de 8 a 20 h. Miércoles, jueves y viernes de 8 a 15 h. [Verano](#) de lunes a jueves de 8 a 15 h. Viernes de 8 a 14 h | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) por indicación del equipo de pediatría o médico/a de familia; también se puede acceder por indicación de otros servicios especializados de los circuitos asistenciales o comunitarios

Servicios y equipamientos deportivos

Centro Deportivo Municipal Colom

Centro deportivo municipal con piscina cubierta, pabellón polideportivo y zona de máquinas y actividades dirigidas para todas las edades. Durante el año se realizan actividades específicas dirigidas a la pequeña infancia.

La Rambla 18 (08002) | 933 023 295 | [Horario](#) de lunes a viernes de 6.45 a 22 h; sábados de 9 a 20 h; y domingos y festivos, de 9 a 14.30 h | [Precio](#) tarifas según horario. Cuotas especiales para familias | [Inscripciones/cita](#) es necesaria la inscripción, hay que consultar al centro | Hay una actividad destinada a entrenamiento posparto y para embarazadas: cemcolom.com/entrenament/entrenament-post-part-i-embarassades | [f](#) [t](#) [i](#) [g](#)

Redes de apoyo y recursos comunitarios

Fundación de la Esperanza

Servicio de apoyo, atención y acompañamiento a niños y niñas de hasta 3 años y a sus familias. En el Espacio Familiar 0-3 ponemos a disposición de las familias un entorno de acompañamiento, donde tienen a su alcance todo lo que puedan necesitar durante los primeros años de vida de los niños y niñas. Ofrecemos un espacio de prevención, información y apoyo a las familias para que tengan los conocimientos necesarios a la hora de acompañar a los niños y niñas incrementando y mejorando sus competencias parentales y, sobre todo, para que puedan establecer un buen vínculo familiar.

Pl. Sant Just 5 (08002) | 932 703 973 | informacio@fundacioelesperanca.org | [Horario](#) de noviembre a junio, dos días por semana, de mañana o tarde, según el calendario escolar, para facilitar la conciliación familiar | [Precio](#) servicio gratuito | [Inscripciones/cita](#) presencial con cita y con derivación del Centro de Servicios Sociales | fundacioesperanca.org

VilaVeina

Servicio que ofrece información y atención individual, actividades, talleres, charlas y otros tipos de propuestas (espacios de respiro y canguraje, grupos de bienestar emocional, asesoramiento jurídico y laboral, etc.) para aquellas personas que necesitan ser cuidadas o que están cuidando a otras personas (familiares o cercanas y trabajadoras del hogar y de los cuidados).

Centro Cívico Pati Llimona | C. Regomir 3 (08002) | 932 566 109 | vv_gotic@bcn.cat | [Horario](#) lunes y jueves de 9.30 a 13.30 h, y martes y miércoles de 16 a 20 h | [Precio](#) servicio y actividades gratuitas | [Inscripciones/cita](#) no es necesario pedir cita. Algunas de las actividades necesitan inscripción, hay que consultar al servicio | barcelona.cat/vilaveina

Áreas de juego infantil

- Paseo de Colom (P.º Colom 31)
- Plaza de George Orwell
- Plaza de Joaquim Xirau
- Plaza de la Vila de Madrid
- Plaza de Sant Miquel
- Plaza del Vuit de Març

BARCELONA
CIUTAT
EDUCADORA

vila
veïna

Posant la vida al centre

Más información
VilaVeïna El Barri Gòtic
vv_gotic@bcn.cat
barcelona.cat/vilaveina
o llamando al 010