

## Thématique : **Devenir papa**

« Chaque fois qu'un enfant naît, un père naît aussi »  
- Frederick Buechner

Selon des données américaines, les pères d'aujourd'hui sont de plus en plus actifs pour prendre soin de leurs enfants; la paternité fait partie de leur identité et ils sont beaucoup plus impliqués dans les soins des enfants qu'il y a 50 ans. Plusieurs d'entre eux ont pourtant encore l'impression de ne pas en faire assez.

Les pères québécois sont nombreux à qualifier leur expérience de paternité comme positive. Malgré tout, certains peuvent vivre des difficultés et sentir le besoin d'être soutenus et valorisés.

Source : [Mille et une façons d'être père en 2021 — Dossiers Web de l'Observatoire des tout-petits](#)

### Le saviez-vous?

« Près de 75 % des couples québécois comptent un père qui prend un congé, qu'ils participent au RQAP ou non, alors que la proportion tombe à 50 % dans le reste du Canada. Le modèle québécois de congé de paternité est d'ailleurs unique au pays. »

(Observatoire des réalités familiales du Québec, Congé de paternité : le modèle québécois unique, mais imparfait. Grands enjeux. Rédigé par Prisca Benoit — 10 avril 2020)

Nous vous invitons à réfléchir aux différentes options qui s'offrent à votre famille. Voici donc quelques références intéressantes pour guider vos discussions avec votre partenaire. (Voir au verso)



## Réflexion et préparation prénatale



### Visionner

- » Des capsules Web sur la paternité ! Pour les pères, par des pères (Série de 4 capsules vidéo)
- » Devenir parent | ASPQ (Série de 4 capsules vidéo)



### Test pour les parents

- » Égalité entre les parents : où vous situez-vous?

## Vous êtes curieux et voulez en savoir davantage?

Voici les ressources à consulter :

### Articles informatifs en ligne

- Devenir papa et se préparer de la grossesse à l'accouchement
- Devenir père
- Être papa
- Y'a personne de parfait - Fiches de renseignements sur l'entraînement parental
- Le congé de paternité québécois
- Devenir et être père

*(cliquez sur le lien pour accéder au site Internet voulu)*

### Obtenir des services

- Service de soutien Ma Grossesse  
Téléphone régional (sans frais) : 1 833 762-2241  
(Aide pour remplir le formulaire ou infos supplémentaires)
- Programmes et services gouvernementaux - Grossesse et parentalité

*(cliquez sur le lien pour accéder au site Internet voulu)*

### Ressources locales et en ligne pour les pères et les familles

- Ressources d'aide pour hommes et pères (Groupe IMAGE)  
1 888 707-2666
- Première Ressource | Aide aux parents  
Téléphone sans frais : 1 866 329-4223

*(cliquez sur le lien pour accéder au site Internet voulu)*

#### Maisons de la famille (voir aussi les pages Facebook)

- Maison de la Famille d'**Amos**
- Maison de la famille d'**Abitibi-Ouest (La Sarre)**
- Maison de la Famille de **Malartic**
- Maison de la famille de **Rouyn-Noranda**
- Maison de la famille de **Senneterre**
- Maison de la Famille **Témiscaming** Family Center
- Maison de la Famille Au Vent du Lac de **Ville-Marie**
- Maison de la Famille de **Val-d'Or**

**Centre intégré  
de santé et de services  
sociaux de l'Abitibi-  
Témiscamingue**

**Québec** 