

Añada la dirección comunicacio@saludyfamilia.es a sus contactos para recibir correctamente nuestros boletines

[Clic aquí para recibir correctamente nuestros boletines](#)



Asociación Salud y Familia

Agosto 2024

Asociación Asociación
SALUD Y FAMILIA

HORARIO *de verano*



DE LUNES A JUEVES
9:00H A 17:00H
VIERNES
9:00H A 16:30H

www.saludyfamilia.es



Porque amamos la vida, queremos una buena muerte

¿Cómo podemos garantizar que la atención que recibiremos en la fase final de nuestra vida será la que realmente queremos recibir? Conoceremos la importancia de elaborar el Documento de Voluntades Anticipadas (DVA), donde podemos indicar que queremos y no queremos del tratamiento médico, en esa fase final. También hablaremos de la Eutanasia y como se puede incorporar al DVA si se desea. Charla dirigida a las secretarías y personas asociadas de los Bancos del Tiempo

Jueves, 19 de septiembre de 2024, a las 18h

Charla a cargo del Dr. Manel Santifà, voluntario de la asociación Dret a Morir Dignament de Catalunya, Doctor en Medicina.

Asociación Salud y Familia

C/Vía Layetana, 40 entl.

08003 Barcelona

Taller 'Porque amamos la vida, queremos una buena muerte'; Será el jueves, 19 de septiembre a las 18h en la sede de la entidad, C/Vía Layetana, 40, entlo. En el que se aprenderá a elaborar el Documento de Voluntades Anticipadas. Una charla en colaboración con 'Dret a morir dignament'. Inscripciones en saludyfamilia@saludyfamilia.es

CANAL DE NOTICIAS ABIERTO EN VERANO

Durante el mes de agosto continuaremos publicando la selección de noticias de interés en el canal habitual.

[ACCESO AL CANAL \(enlace incluido\)](#)





Campaña de sensibilización en las redes sociales del Programa 'Convivir: Red de Mujeres por la tolerancia y los derechos efectivos de las personas inmigrantes. Son cinco posts en los que se incide en el reconocimiento de los derechos a las personas inmigrantes.

SALIDAS EN FAMILIA MES DE AGOSTO

SALIDA AL COSMOCAIXA



La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Cosmocaixa. Se trata de una visita adaptada a la Sala universo y al Bosque inundado. Será el sábado, 17 de agosto de 10.30 a 13.30 h. En colaboración con el programa Apropa Cultura..

Plazas limitadas. Inscripciones en

jcamacho@saludyfamilia.es



LOS PARQUES SON TU SEGUNDA CASA. La luz natural regula nuestra energía.

Pasear sola o en familia por los parques de Barcelona es una ACTIVIDAD IMPRESCINDIBLE para mantener y mejorar la salud de todos. Visitando los parques dedicados a tus hijos e hijas un tiempo muy valioso y tú disfrutas de un rato calmado.

Ahora que estamos en verano podrás aprovechar las horas de luz. DA UN RESPIRO Y CUIDA DE TU SALUD FÍSICA Y MENTAL. VISITAR LOS PARQUES Y LAS ZONAS VERDES ESTÁ A TU ALCANCE. LOS PILARES DE LA ENERGÍA VITAL SE CONSTRUYEN A LO LARGO DE LOS 1000 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA <https://saludyfamilia.es>

AGOSTO SALUDABLE



La alimentación del bebé debe consistir en las cantidades moderadas de leche y cereales que te indicará el pediatra.

Cuando empieces a introducir otros alimentos éstos deben ser

FRUTAS, VERDURAS, PESCADO Y/O CARNE DE POLLO. No

acostumbres a tu bebé a comer pastelería, pizza, patatas fritas, dulces, carnes rojas ni bebidas azucaradas. Los adultos debemos imitar lo que hacemos por nuestros hijos y nietos. A cualquier edad, una alimentación saludable refuerza el

sistema inmunitario, nos hace más resistentes al contagio de infecciones y, si nos infectamos, nos permite recuperarnos antes.

LA BASE DE UNA ALIMENTACIÓN SANA SE CONSTRUYE DURANTE LOS 1000

NORMAS DE RESERVA DE PLAZAS PARA SALIDAS Y EVENTOS CULTURALES
A CARGO DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA

Todas nuestras actividades son gratuitas. Las personas interesadas comunicarán la voluntad de asistir dirigiéndose al correo electrónico jcamacho@saludyfamilia.es.

Se les confirmará telefónicamente si son admitidas. En caso de no poder realizar la confirmación debido a la ausencia de respuesta de la persona interesada, se pasará a la siguiente persona inscrita y se enviará un correo electrónico avisando a la persona no encontrada que no ha sido admitida.

Con la colaboración de:



Copyright © `*|CURRENT_YEAR|*` `*|LIST:COMPANY|*`.
`*|IFNOT:ARCHIVE_PAGE|* *|LIST:DESCRIPTION|*`

CONTACTE:

`*|HTML:LIST_ADDRESS_HTML|* *|END:IF|*`

[Cancela la suscripción](#) [Modifica la suscripción](#)

`*|IF:REWARDS|* *|HTML:REWARDS|* *|END:IF|*`