

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

Noviembre 2024



Asociación . Asociación
SALUD Y FAMILIA

L@s niñ@s están creciendo en una amplísima variedad de circunstancias sociales y de contextos culturales. L@s niñ@s son participantes activ@s de su propio desarrollo, reflejando un impulso humano intrínseco a explorar y apropiarse del ambiente que les rodea. L@s niñ@s necesitan ser cuidad@s para poder desarrollar las capacidades de autoregulación fisiológicas, emocionales y cognitivas que sostienen la vida humana a lo largo de los años. LAS VOCES DE L@S NIÑ@S DEBEN SER ESCUCHADAS para que sigan siendo activ@s enlazando relaciones familiares y también comunidades de origen y destino en un mundo en tránsito hacia un futuro donde ell@s serán l@s guionist@s principales. <https://saludyfamilia.es>

DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES.

En este Día Internacional, la Asociación Salud y Familia muestra su rechazo a los agresores machistas y a sus cómplices y su compromiso con las víctimas.

Nuestras acciones permanentes a favor de la igualdad efectiva entre mujeres y hombres buscan eliminar las violencias físicas, psicológicas, sexuales y económicas que socavan la integridad y la autonomía de las mujeres.

Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA



DÍA INTERNACIONAL DE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES 2024



EMPAREJAMIENTO

Emparejamiento entre la Karen Estefania Alvarado Alvarado y Cristell Liseth Sánchez Alvarado (Ecuador) Yuneidy Carolina Rivas Vallenilla (Venezuela). Un encuentro impulsado por la mediadora de la entidad, la Sra. Carolina González

SALIDAS EN FAMILIA MES DE NOVIEMBRE

SALIDA AL PARK GÜELL



La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Park Güell. Será el sábado, 16 de noviembre de 10.30 a 13.30 h. En colaboración con el programa Apropa Cultura. Plazas limitadas. Inscripciones en cgonzalez@saludyfamilia.es

SALIDAS EN FAMILIA MES DE DICIEMBRE

SALIDA AL ZOO



La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Zoo de Barcelona. Será el sábado, 7 de diciembre de 10.30 a 13.30 h. En colaboración con el programa Apropa Cultura. Plazas limitadas. Inscripciones en cgonzalez@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 dedicas a tus hijos e hijas un tiempo muy valioso y tú disfrutas de un rato calmado.

DATE 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>

NOVIEMBRE SALUDABLE



La alimentación recibida durante los 1000 primeros días de vida influye de forma decisiva sobre la salud y la tendencia a la obesidad en la edad adulta. La alimentación de tu bebé debe consistir en las cantidades moderadas de leche y cereales que te indicará tu pediatra.

Cuando empieces a introducir otros alimentos, estos deben ser FRUTAS, VERDURAS, PESCADO Y/O CARNE DE POLLO. No acostumbres a tu bebé a comer bollería, pizza, patatas fritas, dulces, carnes rojas ni tampoco bebidas azucaradas. Los adultos debemos imitar lo que hacemos por nuestr@s hij@s y niet@s. 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 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA.

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:



Facebook



Twitter



Página web

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|*`