

Afegeixi la direcció saludyfamilia@saludyfamilia.es als seus contactes per tal de rebre correctament els nostres butlletins

Cliqui aquí si no visualitza correctament els nostres butlletins



Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA

MARÇ 2025

NOTÍCIES DESTACADES

DIA INTERNACIONAL DE LES DONES 2025



Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA

En el Dia Internacional de la Dona celebrem l'evolució de les dones de tots els orígens cap a una vida que val la pena viure amb més autonomia, més igualtat i on la dignitat cada cop té un significat més ample i profund. Aquesta evolució és possible gràcies als canvis que les dones han anat introduint a les seves vides i també és el fruit del treball persistent de les persones defensores dels drets humans de les dones i de tots els qui dediquen els seus esforços a lluitar per la igualtat entre dones i homes i a donar suport a les nenes i els nens en el seu creixement com a persones íntegres.



PACTE D'ESTAT CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

La Dra. Elvira Méndez Méndez, Directora General de l'Associació Salut i Família ha assistit, convidada per la portaveu del Grup Parlamentari Socialista a la Comissió de Seguiment i Avaluació dels acords del Pacte d'Estat en matèria de Violència de Gènere al debat i aprovació del nou Pacte d'Estat contra la Violència de Gènere del 26 de febrer al Congrés dels Diputats. Aquesta invitació suposa el reconeixement públic de les tasques de sensibilització, prevenció, detecció i assistència a les violències contra les dones que duu a terme l'Associació Salut i Família.

TALLER CRIANÇA POSITIVA I DESENVOLUPAMENT INFANTIL

Organitzat per: 



Amb la col·laboració de: 



**TALLER
CRIANÇA POSITIVA I
DESENVOLUPAMENT PSICOMOTOR
INFANTIL**

Barcelona, 6 de març 2025
Via Laietana, 40 – Entresol



Taller criança positiva i desenvolupament infantil a càrrec de la Sra. Àngela Rourera.
Serà el 6 de març d'11h a 13h



L'Associació Salut i Família representada per la Directora General la Dra. Elvira Méndez Médez assistirà a la propera cimera de la CSW69 (Beijing +30) que se celebrarà a la seu de les Nacions Unides a Nova York el mes de març. La Comissió de la Condió Jurídica i Social de la Dona (CSW per les sigles en anglès) és el principal òrgan internacional intergovernamental dedicat exclusivament a la promoció de la igualtat de gènere, els drets i l'apoderament de la dona. **Accés a la declaració**

L'Associació Salut i Família amplia les seves xarxes socials amb el nou compte de l'entitat a Bluesky. Una decisió motivada amb la intenció d'oferir una alternativa de comunicació a 'X' (abans Twitter) degut a les polítiques d'odi predominant a la xarxa propietat d'Elon Musk.

[@saludyfamilia.bsky.social](https://bsky.app/profile/saludyfamilia.bsky.social)



IGUALES EN DIGNIDAD
PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL CONTRA LAS MUJERES

NOU PROGRAMA 'IGUALES EN DIGNIDAD. PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL CONTRA LES DONES'

L'Associació Salut i Família endega un nou programa en aquest any 2025 centrat en la prevenció de la violència sexual contra les dones; en una de les línies d'acció fonamentals de l'entitat: la lluita contra la violència de gènere.

Aquest programa es desenvoluparà a través de diferents campanyes de sensibilització a les xarxes; en la programació de jornades a les ciutats de



Aquesta publicació s'inclou en el Projecte antiracista XARXA DE DONES PER LA TOLERÀNCIA I ELS DRETS EFECTIUS DE LES PERSONES INMIGRANTS d'afavoriment de les dones per obra de les dones. Una aventura de convivència democràtica que facilita l'apropament entre dones la mentalitat de les quals està configurada de forma diferent, per l'idioma, les creences, l'experiència i/o la cultura, i és resistent a la comprensió i la interpretació recíproques. Totes les dones que han prestat els seus testimonis van prendre decisions amb la intenció de canviar el rumb de les seves vides i van tenir cura dels seus vincles més significatius. Totes pertanyen a diversos

llocs alhora i es perceben a si mateixes amb una consciència aguda dels seus propis actes. Totes accepten que el seu procés migratori no té marxa enrere. EL TRACTE INTERCULTURAL ENS ACOSTA I ENS CANVIA EN TOTS ELS SENTITS.



CARTERA DE PRESTACIONS DEL PROGRAMA D'ATENCIÓ A LA MATERNITAT A RISC

- ✓ Informació i acompanyament individual
 - ✓ Contracepció immediata de llarga durada
 - ✓ Test d'embaràs immediat i fiable
 - ✓ Grups de suport a la maternitat
 - ✓ Prestacions per a prevenir la pobresa i la privació infantil
 - ✓ Servei d'orientació jurídica d'estrangeria, laboral i familiar
- 👉 Tots els serveis són gratuïts
- ☎ 932683600



SERVEIS DE MEDIACIÓ INTERCULTURAL

L'Associació Salut i Família disposa de serveis de mediació intercultural per



cultures magribines i paquistaneses al CAP de Raval Sud, CAP Raval Nord, CAP Besòs i els centres del Consorci Parc de Salut Mar de Barcelona

CONVIVIR 2025

XARXA DE DONES PER LA TOLERÀNCIA I ELS DRETS EFECTIUS DE LES PERSONES IMMIGRANTS. En aquesta Xarxa Multicultural hi participen dones llatines, magribines, pakistaneses, africanes i autòctones. Durant el 2025 s'uniran a la Xarxa dones joves d'aquests orígens amb una mirada antiracista i una actitud valenta a favor del bé comú. Juntes promourem accions de sensibilització sobre els drets fonamentals de les persones immigrants, especialment de les joves, realitzarem Trobades de Convivència i difondrem testimonis de vida i aspiracions de les joves immigrants. Aquest projecte està cofinançat pel Ministeri d' Inclusió, Seguretat Social i Migració.

Associació **SALUD** i Associación **FAMILIA**



convivir
RED DE MUJERES POR
LA TOLERANCIA Y LOS DERECHOS EFECTIVOS DE
LAS PERSONAS INMIGRANTES



ESPAI 'ESCOLTA'



SUPORT PSICOLÒGIC RESPECTUÓS D'ALTA QUALITAT. SUPORT EMOCIONAL RESPECTUÓS I CONFIDENCIAL. En un món que va tan de pressa i en què hem d'afrontar tants canvis, conflictes i nous desafiaments és freqüent que ens sentim confoses, angoixades, nervioses i/o sense ganes de fer res. T'oferim una atenció personal i confidencial on **NINGÚ ET JUTJARÀ** i que t'ajudarà a trobar la tranquil·litat i la claredat que necessites per al teu benestar i el

dels que t'envolten. Les visites de suport emocional són un temps de qualitat que dediques a tu mateixa per ser la teva millor amiga.

AMB NOSALTRES NO HI HA RETRETS, NOMÉS ATENCIÓ PER AL TEU BENESTAR

ESPAI BRÚIXOLA



L'ASSESSORIA JURÍDICA ÉS UNA BRÚIXOLA 🗺️

A Espanya, a partir del 20 de maig del 2025 entrarà en vigor un nou Reglament d'Estrangeria que suposa millores significatives per als immigrants com són la reducció a DOS ANYS del temps de residència empadronats i la reducció a VINT HORES setmanals del

contracte laboral. Aquestes i altres millores facilitaran que nombroses persones immigrants puguin obtenir el permís de residència i de treball a Espanya. És important que coneguis de manera particular com complir els requisits per aconseguir el teu permís. LES NOSTRES ADOGADES SÓN ESPECIALISTES A AJUDAR-TE A TROBAR EL CAMÍ LEGAL MÉS EFICAÇ.

SORTIDES MES DE MARÇ

SORTIDA AL COSMOCAIXA



L'Associació Salut i Família programa una sortida en família al CosmoCaixa a veure l'exposició 'Caçadors de planetes' Serà el dissabte, 22 de març de 10:00 a 13:30.

Sortida en col·laboració amb Apropa Cultura.

Places limitades

Inscripció al correu: cgonzalez@saludfamilia.es

PUBLICACIONS



Memòria d'Activitats de l'Associació Salut i Família 2023

Consulteu la Memòria de l'Associació Salut i Família i descobrixi'n els principals resultats i activitats de l'entitat durant el 2023 a tots els nostres àmbits d'intervenció, especialment les dones, famílies vulnerables, salut reproductiva, immigració, interculturalitat i cohesió social. A més de totes les nostres publicacions (estudis, informes, aportacions a les lleis...) i la nostra activitat internacional.

[Enllaç a la memòria](#)



PLA DE MILLORA DE LA SALUT MATERNO-INFANTIL I LA QUALITAT DE VIDA DE DONES I FAMÍLIES EN CONDICIONS SANITÀRIES I PSICOSOCIALS VULNERABLES.

Memòria Anual 2024 Justificativa del Contracte subscrit, número d'expedient 5100-2024-N729, entre el Departament de Salut - Servei Català de la Salut i l'Associació Salut i Família.

Associació Salut i Família

Memòria del Programa d'Atenció a la Maternitat de Risc de l'any 2024. Contenen les dades de la cartera de serveis i prestacions, la detecció i la prevenció de la violència de parella, el perfil de les dones ateses, etc.

Les dones ateses tenen accés als diferents programes de l'entitat.

[Enlace a la memoria](#)

CARTERA DE SERVEIS I PRESTACIONS DE L'ASSOCIACIÓ SALUT I FAMÍLIA

L'Associació Salut i Família ha editat la cartera de serveis i prestacions que ofereix al 2024. Tots els nostres serveis són gratuïts i de qualitat. Els programes que desenvolupem són el Programa d'Atenció a la Maternitat de Risc, Brúixola, Impuls, Dones i Mares en diàleg intercultural, Multicultura, De Bon Principi, 1.000 primers dies de vida; a les nostres delegacions de Girona, Lleida i Tarragona

[Enllaç al document](#)

CARTERA DE SERVICIOS Y PRESTACIONES
2024

Associació Salut i Família

MARÇ SALUDABLE

TENS UNA ASSEGURANÇA DE



SALUT A LES TEVES MANS. El nostre sistema immunitari funciona per mantenir l'equilibri intern dels nostres cossos davant de les agressions externes de naturalesa biològica i físic química. Una persona amb un sistema immunitari "en forma" contrau menys malalties infeccioses i es recupera abans en cas de patir-les. Un estil de vida saludable ens ajuda a enfortir el sistema immunitari: moure'ns a l'aire lliure i rebre la llum del sol, deixar el tabac i moderar el consum d'alcohol afavoreix una producció eficient de cèl·lules

immunitàries. Els aliments rics en vitamines i minerals com les fruites, les verdures i els llegums són la nostra font de salut. És imprescindible disminuir el consum de greixos, sucre i aliments industrials com la brioixeria. Si volem potenciar les nostres defenses podem fer-ho consumint: Zinc: Pollastre, peix i carn de vedella. Seleni : Blat, arròs i rovell d'ou. Vitamina C : taronja, mandarina, pinya i maduixes. Vitamina E : Avellanes i ametlles. Probiòtics: iogurt natural i quefir. Omega 3 : Sardines, salmó, tonyina i llinosa. És fonamental que els nadons i els nens gaudeixin d'una alimentació variada, rebin les vacunes indicades pel pediatre, només prenguin antibiòtics amb recepta mèdica i mai no es fumi a prop seu. **DURANT ELS 1000 PRIMERS DIES DE LA VIDA ES POSEN LES BASES D'UNA SALUT DURADORA.**

CONSULTEU LES NOSTRES PUBLICACIONS

Informació pràctica:

- **Estem a:**

C/Via Laietana, 40, 08003 Barcelona

- **Telèfon:** 932682453

- **Horari:**

dilluns 9:00–19:30

dimarts 9:00–18:00

dimecres 9:00–19:30

dijous 9:00–18:00

divendres 9:00–16:30

dissabte tancat

diumenge tancat

Podeu consultar les nostres activitats a l'[agenda](#).

PROJECTE SUBVENCIONAT PER:

SEGUEIX-NOS



Facebook



Twitter



Instagram



Pàgina web



Flickr



LinkedIn

Associació Asociación
SALUD y FAMILIA

Copyright © **/CURRENT_YEAR/* */LIST:COMPANY/**, Tots els drets resevats.

/IFNOT:ARCHIVE_PAGE/* */LIST:DESCRIPTION/

CONTACTE:

/HTML:LIST_ADDRESS_HTML/* */END:IF/

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

/IF:REWARDS/* */HTML:REWARDS/* */END:IF/