

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

Clique aquí si no visualiza correctamente nuestros boletines



Associació **SALUD** y Asociación **FAMILIA**

ENERO 2023

NOTICIAS DESTACADAS



NOS QUEREMOS VIVAS

Si estás sufriendo cualquier tipo de violencia machista sea física, sexual, psicológica y/o económica LLAMA CUANTO ANTES al teléfono gratuito y confidencial 016. Este teléfono funciona todos los días del año las 24 horas. Te pueden atender en 52 idiomas. También puedes ponerte en contacto por

WhatsApp con el número 600000016. También puedes consultar por email al 016-online@igualdad.gob.es Si te encuentras frente a una EMERGENCIA llama al 112. TU VIDA VALE LA PENA.NO LO DEJES PARA MÁS ADELANTE.



MUJERES Y MADRES EN DIÁLOGO INTERCULTURAL

Cada semana nos reunimos en GRUPOS DE DIÁLOGO INTERCULTURAL donde mujeres y madres de origen latino, magrebí y pakistaní comparten sus diferentes experiencias de transición cultural y expresan sus necesidades y expectativas desde el respeto y la igual dignidad de todas las culturas. LAS MUJERES Y MADRES INMIGRANTES Y ESPAÑOLAS EVOLUCIONAMOS JUNTAS HACIA LA CIUDADANÍA ACTIVA.



Organizado por:

Asociació - Asociación
SALUD Y FAMILIA

Con la colaboración de:



TALLER

**CRIANZA POSITIVA Y DESARROLLO
PSICOMOTOR INFANTIL**

Jueves 26 de enero

Asociació - Asociación
SALUD Y FAMILIA

TALLERES CRIANZA POSITIVA Y DESARROLLO PSICOMOTOR INFANTIL

La Asociación Salud y Familia organiza dos talleres sobre crianza positiva y desarrollo psicomotor infantil enmarcados en el programa mil primeros días. Será el jueves 26 de enero en horario de mañana.

NUEVOS PROGRAMAS DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA EN 2023

La Asociación Salud y Familia, cumpliendo con sus principios fundacionales de garantizar la equidad y preservar de las discriminaciones sean por la razón que fueran. En esta línea se desarrollarán los programas GARANTÍA MUJER: PREVENCIÓN EQUITATIVA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO y ACELERANDO LA IGUALDAD DE GÉNERO: LA PALANCA DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS. La primera se desarrollará en seis comunidades autónomas con la celebración de jornadas de sensibilización y el segundo programa está orientado a favorecer una sólida base de diálogo intercultural entre mujeres vulnerables.



CAMPAÑA DE ALIMENTACIÓN INFANTIL DE CEREALES

Desde el 2 de enero al 31 de marzo de este año y gracias a una donación de la FUNDACIÓ ORDESA entregaremos botes de cereales a madres vulnerables con hij@s en edades comprendidas entre los cinco y los veinticuatro meses. La alimentación saludable durante los 1000 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA es la base del crecimiento y de la salud a lo largo de la infancia.



SUMA AMOR Y PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Usar anticonceptivos eficaces y de larga duración te permite hacer realidad el número de hij@s que deseas tener y cuando es el momento más adecuado.



Tod@s l@s niñ@s necesitan que les aguarde su propio lugar en el mundo. Podemos ayudarte a utilizar anticonceptivos GRATUITOS de larga duración. Llámanos a los teléfonos 932682453 /932683600 y te daremos una cita para valorar tu petición. LA MATERNIDAD OBLIGATORIA NO ES UNA OPCIÓN



Fiesta Multicultural de las Familias

Entrada Gratuita

Sábado 17 de Diciembre 2022 - 10h a 14h.
Espai Jove La Fontana
Calle Gran de Gracia, 190-192
Barcelona

Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA

Galería de fotos de la Fiesta Multicultural de las Familias

[Enlace](#)



CAMPAÑA DE LOS PROGRAMAS DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA EN LOS FGC

Los programas de la Asociación Salud y Familia estuvieron expuestos en el vestíbulo de las estaciones de los Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya hasta el 30 de noviembre.

SALIDA AL PARK GÜELL



La Asociación Salud y Familia dentro del programa de 'Familias Hospitalarias para los inmigrantes' organiza las salidas del mes de enero. La primera será al Park Güell, el sábado 21 de enero. Una salida en colaboración con el programa Apropa Cultura

SALIDA AL ZOOLOGICO



La segunda salida del año será al Zoológico de Barcelona; el sábado 28 de enero en horario de mañana y gracias al programa Apropa Cultura.



Inscripciones a rmendoza@saludyfamilia.es

IMPULSO PARA SEGUIR ADELANTE

La formación ocupacional GRATUITA es la clave para encontrar un trabajo, progresar y, también, para conseguir el permiso de residencia si todavía no tienes. LA FORMACIÓN RECIENTE ES LA PASARELA AL TRABAJO Y AL PERMISO DE RESIDENCIA



EL ABORTO LEGAL ES GRATUITO

Si te encuentras ante un embarazo no deseado o inesperado acude cuanto antes a nuestros servicios. La maternidad obligatoria o impuesta no es una opción. Le apoyamos, asesoramos y facilitamos el aborto legal y gratuito en Barcelona, Girona, Lleida y Tarragona. TE ATENDEMOS CON RAPIDEZ, EFICACIA Y RESPETO





PUBLICACIÓN SALIR A TIEMPO

Este estudio cualitativo, del que son autoras la Dra. Elvira Méndez Méndez y la Dra. Cristina Sánchez Miret, aborda comactúa la violencia de pareja contra las mujeres vulnerables mediante un efecto cascada donde cada capa de control y violencia machista se añade una nueva que potencia los sucesivos abusos. Según se va instalando, la violencia de pareja produce un efecto sistémico de larga duración en la vida de las víctimas afectando a todos los ámbitos como el funcionamiento emocional y cognitivo, la salud, la relación con los/las hijos/as, el mantenimiento de las redes familiares y sociales, la actividad laboral, doméstica y de ocio así como la búsqueda y la obtención de ayuda

Enlace a la publicación

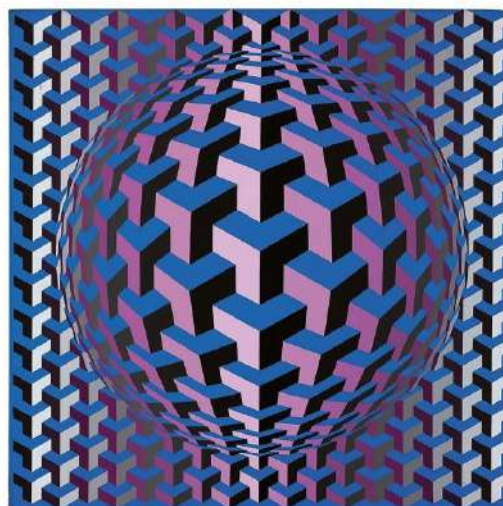
ESPACIO 'ESCUCHA'



Nos sentimos inquietas ante tantos cambios e incertidumbres que se vienen encima a una velocidad de vértigo. Las preocupaciones por nosotros mismos y nuestros hijos y nietos

GUÍA 'GANAR TIEMPO Y SALUD'

La Guia Pràctica **GUANYAR TEMPS I SALUT** ha sido posible gracias a los testigos en primera persona de 34 mujeres de orígenes diversos sobre el uso de su tiempo en la vida diaria. El resultado más evidente es la vigencia de la división sexual del trabajo y la carencia de corresponsabilidad en la vida familiar. Si quieres consultar los testimonios, conclusiones y recomendaciones. **Enlace a la guía**



2019

SALIR A TIEMPO

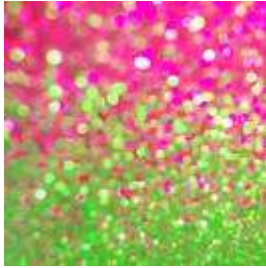


ocupan cada vez más nuestro día a día. No esperes a tener más síntomas de nerviosismo, confusión y/o carencia de ganas de hacer nada. Tu salud mental es la base de

tu vida y relaciones. Ven al ESPACIO ESCUCHA donde serás tratada con sensibilidad y respeto. Este servicio de alta calidad ofrece cuatro visitas individuales y gratuitas de 45 minutos dedicadas a ti.

RECUPERA TU CONFIANZA Y TU ENERGÍA CON NOSOTROS

CANAL YOUTUBE DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA



La Asociación Salud y Familia dispone de su canal de youtube donde puede encontrar todas las jornadas y talleres íntegros que hemos organizado. Puede consultar todas las ediciones de las jornadas de Transformante Vulnerabilidad (Madrid, Salamanca, Barcelona y Santander), la jornada Brújula para los Derechos Humanos; el desarrollo y las

conclusiones relativas al programa Diálogo intercultural entre Mujeres y Madres, la jornada internacional de la Red de los Bancos del Tiempo en la que se expusieron en Premià de Mar las diferentes experiencias de los Bancos del Tiempo ante la crisis de la COVID, la presentación de la guía 'Ganar Tiempo y Salud' y el Taller de acciones de impulso de la agenda 2030, La Fiesta Multicultural de las Familias.

Entra al canal

CANAL NOTÍCIAS DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA



La Asociación Salud y Familia publica a diario una selección de calidad de artículos de interés sobre: Igualdad, Mujeres, Familias, Salud positiva, Inmigración, Cambios y crisis sociales, Estilos de vida. **ESTAR BIEN INFORMADOS NOS HACE MÁS LIBRES Y NOS CONECTA CON LOS DEMÁS.**

[Entra en la sección de noticias...](#)

ENERO SALUDABLE



La alimentación del bebé debe consistir en las cantidades moderadas de leche y cereales que te indicará tu pediatra. Cuando empieces a introducirle 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/as y nietos/as. 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 1.000 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA.

CONSULTAD NUESTRAS PUBLICACIONES

Información práctica:

- **Estemos en:**

C/Via Layetana, 40, 08003 Barcelona

- **Teléfono:** 932682453

- **Horario:**

lunes 9:00–19:30

martes 9:00–18:00

miércoles 9:00–19:30

jueves 9:00–18:00

viernes 9:00–16:30

sábado cerrado

domingo cerrado

[Redes sociales y otras actividades de la asociación](#)

SÍGUENOS



Facebook



Twitter



Instagram



Página 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|*