

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

Clique aquí si no visualiza correctamente nuestros boletines



Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA

ABRIL 2024

NOTICIAS DESTACADAS



Las relaciones entre personas de distintas generaciones son una fuente de bienestar y contribuyen a mantener una buena salud a lo largo de la vida.

Cuanto más y mejor tiempo dediquemos a cultivar relaciones con personas que nos importan y aportan, más saludables y contentos nos sentiremos.

Para gozar de una buena salud es imprescindible ir más despacio, ocuparse de menos cosas y cooperar a la familia y al trabajo para poder disponer a partes iguales de tiempo de calidad.

Dormir más horas, comer y cenar más bien, acompasar nuestras actividades al ritmo de nuestros cuerpos regidos por la luz natural es poner en práctica nuestro DERECHO AL TIEMPO y así desarrollar nuestra capacidad de estar centrados, cuidarnos y prestar atención a lo que nos rodea.

LA BUENA SALUD Y EL TIEMPO DE CALIDAD VAN DE LA MANO Y SON

INSEPARABLES EN LA VIDA DE CADA DÍA



Elvira Méndez Méndez
Médica

NUEVO VÍDEO: EL TIEMPO DE LAS MUJERES

Este vídeo pone en valor el tiempo de las mujeres desde la diversidad de perspectivas culturales. Editado en el marco del proyecto Temps Retrobat.
Autor: 'La interferencia'

TALLERES MES DE ABRIL

TALLER PRÁCTICO 'DE LOS DERECHOS LABORALES PARA LAS Y LOS TRABAJADORES DOMÉSTICOS'

La Asociación Salud y Familia participará en el Taller práctico 'De los derechos laborales por las y los trabajadores domésticos' con la ponencia de la abogada de la entidad, D^a. Concha Par López-Pinto, especialista en extranjería y personas en movimiento transnacional.

Será el próximo 9 de abril de 10h a 13h

Inscripciones: info@anue.org

TALLER PRÁCTICO

DE LOS DERECHOS LABORALES PARA LAS Y LOS TRABAJADORES DOMÉSTICOS

CONVENIO 189 DE LA OIT
El Convenio 189 mejora los derechos laborales y las condiciones laborales para las y los trabajadoras domésticas, abordando la igualdad en el empleo, la seguridad social y la flexibilización de su trabajo.

LLCC: Associació per a les Nacions Unides, Via Luitana, 51, entlo. 3r
DATA: 9 d'abril del 2024, de 10h a 13h.
Confirmació d'assistència a: info@anue.org

PONENTE: Concha Par López-Pinto:
Abogada especialista en extranjería y personas en movimiento transnacional

Organizado por:
Asociación para las Naciones Unidas en España
ANUE

Con el apoyo de:
Departament de Igualtat i Femines

Con la col·laboració de:
DERECHOS HUMANOS DE LAS MUJERES
ASSOCIACIÓ SALUT I FAMILIA

TALLER ALIMENTACIÓN SALUDABLE



de las personas inmigrantes

©Esteban Vicente. *Untitled*, 1958. Museo de Arte Contemporáneo Esteban Vicente, Segovia

Klub Hannah Barcelona

• Invitación para el Jueves 11 de abril de 2024 •

(Queridas amigas del Klub Hannah)

Tenemos el placer de dar la bienvenida a Dra. Elvira Méndez. Elvira Méndez es médica especialista en medicina preventiva y salud pública, ha sido alta funcionaria en sanidad en los gobiernos español y catalán y profesora del Departamento de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona. En la actualidad es Directora General de la Asociación Salud y Familia. Completará con nosotros su trayectoria profesional en España y en Europa acerca del ámbito y desarrollo de políticas públicas de igualdad de Trato y Oportunidades entre mujeres y hombres y especialmente en los ámbitos de salud reproductiva, salud materno-infantil, conciliación de la vida familiar y laboral y usos del tiempo.



Presentación y charla en español.

¿Cuándo? Jueves 11 de abril 2024

¿Dónde? Instituto Goethe, Calle Roger de Flor, 224, Barcelona



19:30 h. Meet & Greet en la Cafetería
19:45 h. Ina Laiadhi introduce el Klub Hannah
20:00h. Elvira Méndez nos habla de igualdad de Trato y de Oportunidades
20:30 h. Preguntas e interacción de las/os
21:00 h. Cena (opcional)

Os esperamos con mucha ilusión. Pasad la invitación a vuestras amigas.

Confirmad vuestra asistencia a ina_laiadhi@yahoo.es

Un abrazo muy fuerte

Ina Laiadhi

Contamos nuestras historias: Klub Hannah es una iniciativa creada en 2017 con ánimo de hacer parte importante del intercambio de experiencias e ideas entre mujeres porque cada una de nosotras tiene una historia que contar.

La Directora General de la Asociación Salud y Familia, la Dra. Elvira Méndez es la invitada del Klub Hannah en el Instituto Goethe. En este evento tratará su trayectoria profesional sobre la Igualdad de Trato y Oportunidades entre mujeres y hombres, especialmente en los ámbitos de salud reproductiva, salud materno-infantil, conciliación de la vida familiar y laboral y usos del tiempo.

Será el jueves, 11 de abril de 19:30 a 21h en la sede del Instituto Goethe, calle Roger de Flor, 224.

Inscripciones: ina_laiadhi@yahoo.es

SALIDAS MES DE ABRIL

SALIDA AL ZOO DE BARCELONA



La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Zoo de Barcelona el sábado, 13 de abril de 10:30 a 13:30. Salida en colaboración con Apropa Cultura. Plazas limitadas, inscripciones en jcamacho@saludyfamilia.es

SALIDA AL PARK GÜELL

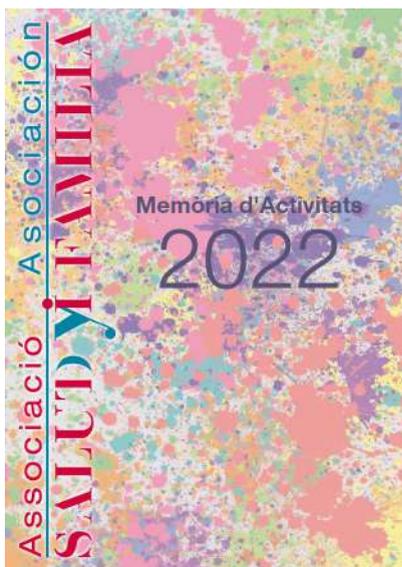


La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Park Güell, el sábado, 27 de abril de 10:30 a 13:30. Salida en colaboración con Apropa Cultura. Plazas limitadas, inscripciones en jcamacho@saludyfamilia.es

PUBLICACIONES



Memoria del Programa de Atención a la Maternidad de Riesgo del año 2023. Contienen los datos de la cartera de servicios y prestaciones, la detección y prevención de la violencia de pareja, el perfil de las mujeres atendidas, etc. Las mujeres atendidas tienen acceso a los distintos programas de la entidad.



Consulte la Memoria de la Asociación Salud y Familia y descubra los principales resultados y actividades de la entidad durante 2022 en todos nuestros ámbitos de intervención, especialmente las mujeres, familias vulnerables, salud reproductiva, inmigración, interculturalidad y cohesión social.

Además de todas nuestras publicaciones (estudios, informes, aportaciones a las leyes...) y nuestra actividad internacional.

Memoria 2022

CARTERA DE SERVICIOS Y PRESTACIONES DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA

La Asociación Salud y Familia ha editado la cartera de servicios y prestaciones que ofrece en 2023. Todos nuestros servicios son gratuitos y de calidad. Los programas que desarrollamos son el Programa de Atención a la Maternidad de Riesgo, Brújula, Impulso, Mujeres y Madres en diálogo intercultural, Multicultura, De Bon Principi, 1.000 primeros días de vida; en nuestras delegaciones de Girona, Lleida y Tarragona [Enlace al documento](#)

CARTERA DE SERVICIOS Y
PRESTACIONES
2023

Asociació Asociación
SALUD Y FAMILIA

Esta publicación de Cristina Sánchez-Miret y Elvira Méndez es el resultado de dar voz a las mujeres vulnerables afectadas por desigualdades interseccionales sobre las posibilidades de ganar tiempo y salud mediante la corresponsabilidad. Se recogen las expectativas, experiencias y condiciones de organización del tiempo en sus vidas diarias y se perfilan las necesidades de apoyo externo que tienen para realizar cambios

[Enlace a la publicación](#)



ESPACIO 'ESCUCHA'



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

ABRIL SALUDABLE



La alimentación del bebé debe consistir en las cantidades moderadas de leche y cereales que te indicará tu 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/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

PROYECTO SUBVENCIONADO POR:



Instituto de las
MUJERES

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

SÍGUENOS



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|