

Añada la dirección [saludyfamilia@saludyfamilia.es](mailto:saludyfamilia@saludyfamilia.es) a sus contactos para recibir correctamente nuestros boletines

[Clique aquí](#) si no visualiza correctamente nuestros boletines



Associació Asociación  
**SALUD Y FAMILIA**

ENERO 2024

### NOTICIAS DESTACADAS



Video de la fiesta Multicultural de las familias celebrada el pasado diciembre en el Espai Jove la Fontana.

Una celebración de la participación y la diversidad. Video editado por 'La Interferència'

## TALLER ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Organizado por:

**De Bon Principi**  
Asociació - Associación  
**SALUD Y FAMILIA**

Con la colaboración de:

**Fundació "la Caixa"**

Mañana información al Web:  
[www.saludyfamilia.es](http://www.saludyfamilia.es)



**TALLER ALIMENTACIÓN SALUDABLE**  
Barcelona, 12 de enero 2024  
Via Layetana, 40 - Entradas  
Asociació - Associación  
**SALUD Y FAMILIA**

Taller Alimentación Saludable, impartido por D<sup>a</sup>. Angela Rourera, Enfermera pediátrica. Será el viernes, día 12 de 11h a 13h. en la sede de la Asociación Salud y Familia.

## TALLER SER MADRE EN EL SIGLO XXI

Organizado por:

**De Bon Principi**  
Asociació - Associación  
**SALUD Y FAMILIA**

Con la colaboración de:

**Fundació "la Caixa"**



**TALLER SER MADRE EN EL SIGLO XXI**  
Viernes, 12 enero de 2024  
Asociació - Associación  
**SALUD Y FAMILIA**

Taller Alimentación Saludable, impartido por D<sup>a</sup>. Cristina Sánchez Miret. Será el viernes, día 19 de 11h a 13h. en la sede de la Asociación Salud y Familia.

## SALIDAS MES DE ENERO

### SALIDA AL CASTILLO DE MONTJUÏC



La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Castillo de Montjuïc el próximo 20 de enero. Salida en colaboración con Apropa Cultura Plazas limitadas, inscripciones en [jacamacho@saludyfamilia.es](mailto:jacamacho@saludyfamilia.es)

### SALIDA AL POBLE ESPANYOL



La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Poble Espanyol. El sábado, 27



de enero. Salida en colaboración con Aproa  
Cultura Plazas limitadas, inscripciones en  
[jcamacho@saludyfamilia.es](mailto:jcamacho@saludyfamilia.es)

## PROGRAMA GARANTÍA MUJER 2024



### GARANTÍA MUJER 2024

Continuación del programa Garantía Mujer: Prevención equitativa de la violencia de género.

El programa de la Asociación Salud y Familia que contribuye a la sensibilización pública sobre la violencia de pareja y la violencia machista que sufren las mujeres de todos los orígenes y condiciones sociales.

## NUEVO PROGRAMA



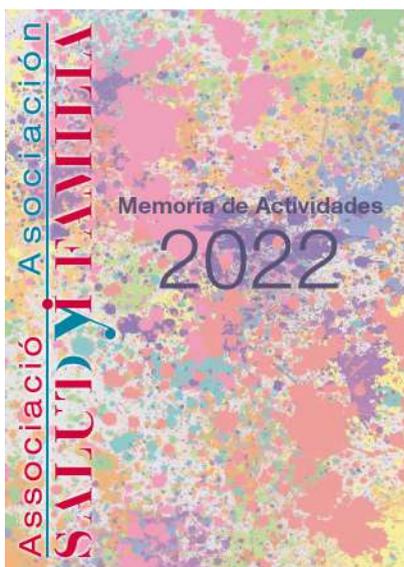
### CONVIVIR: Red de mujeres por la tolerancia y los derechos efectivos de las personas inmigrantes

Este nuevo programa de la Asociación Salud y Familia, financiado por el Fondo Social Europeo y de Desarrollo. La finalidad del programa es la de activar una Red de mujeres por la tolerancia y los derechos efectivos de las personas inmigradas

©Esteban Vicente. *Untitled*, 1958. Museo de

Arte Contemporáneo Esteban Vicente, Segovia

# PUBLICACIONES



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.

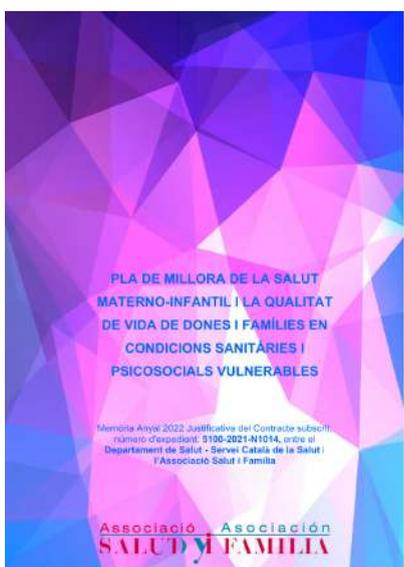
**Memoria 2022**

## 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 Gerona, Lérida y Tarragona. [Enlace al documento](#)

CARTERA DE SERVICIOS Y  
PRESTACIONES  
2023

Asociació / Asociación  
SALUD y FAMILIA



Memoria correspondiente al Programa de Atención a la Maternidad en Riesgo del año 2022. Contienen los datos de la cartera de servicios y prestaciones, la detección y la prevención de la violencia de pareja, el perfil de las mujeres atendidas, etc. Las mujeres son atendidas en los distintos programas de la entidad.

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**

GUANYAR TEMPS I SALUT PER A LES DONES

Dones de confiança en corresponsabilitat

## 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 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**

## ENERO 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.

[Enlace al post](#)

## 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

[Reserva una visita guiada al museo](#)

## SIGUENOS



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|\**