

Afegeixi la direcció [saludyfamilia@saludyfamilia.es](mailto:saludyfamilia@saludyfamilia.es) als seus contactes per tal de rebre correctament els nostres butlletins

Cliqui aquí si no visualitza correctament els nostres butlletins



Associació **SALUD Y FAMILIA** Asociación

GENER 2024

## NOTÍCIES DESTACADES



Video de la festa Multicultural de les famílies celebrada el passat desembre a l'Espai Jove la Fontana.

Una celebració de la participació i la diversitat. Video editat per 'La Interferència'

## TALLER ALIMENTACIÓ SALUDABLE

Organitzat per:

Associació **SALUD Y FAMILIA** Asociación

Amb la col·laboració de:

Fundació "la Caixa"

**TALLER ALIMENTACIÓ SALUDABLE**

Barrisera, 13 de gener 2024  
Via Lalana, 40 - Entresol

Taller Alimentació Saludable, impartit per la Sra. Angela Rourera, Infermera pediàtrica. Serà el divendres, dia 12 d'11h a 13h. a la seu de l'Associació Salut i Família.

## TALLER SER MARE AL SEGLE XXI



Taller 'Ser mare al segle XXI', dia 19 d'11h a 13h. a la seu de l'Associació Salut i Família. Impartit per la Sra. Cristina Sánchez Miret

## SORTIDES MES DE GENER

### SORTIDA AL CASTELL DE MONTJUÏC



L'Associació Salut i Família programa una sortida en família al Castell de Montjuïc el proper 20 de gener. Sortida en col·laboració amb Apropa Cultura Places limitades, inscripcions a [jcamacho@saludyfamilia.es](mailto:jcamacho@saludyfamilia.es)

### SORTIDA AL POBLE ESPANYOL



L'Associació Salut i Família programa una sortida en família al Poble Espanyol. El dissabte, 27 de gener. Sortida en col·laboració amb Apropa Cultura Places limitades, inscripcions a [jcamacho@saludyfamilia.es](mailto:jcamacho@saludyfamilia.es)

## PROGRAMA GARANTÍA MUJER



Continuació del programa Garantía Mujer: Prevenió equitativa de la violència de gènere. El programa de l'Associació Salut i Família que contribueixi a la sensibilització pública sobre la violència de parellai la violència masculista que



pateixen les dones de tots els orígens i condicions socials.

## NOU PROGRAMA



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

Aquest nou programa de l'Associació Salut i Família, finançat pel Fons Social Europeu i de Desenvolupament. La finalitat del programa és la d'activar una Xarxa de dones per la tolerància i els drets efectius de les persones immigrants.

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

Arte Contemporáneo Esteban Vicente, Segovia

## PUBLICACIONES



**Consulteu la Memòria de l'Associació Salut i Família i descobriu-ne els principals resultats i activitats de l'entitat durant el 2022 en 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.**

**Memòria 2022**

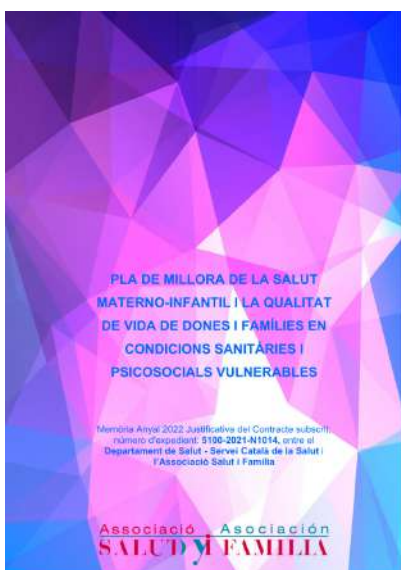
## CARTERA DE SERVEIS I PRESTACIONS DE L' ASSOCIACIÓ SALUT I FAMILIA

L'Associació Salut i Família ha editat la cartera de serveis i prestacions que ofereix al 2023. 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 documento](#)

## CARTERA DE SERVICIOS Y PRESTACIONES 2023

Asociació, Asociación  
**SALUD Y FAMILIA**



Memòria corresponent al Programa d'Atenció a la Maternitat en Risc de l'any 2022. 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 són ateses als diferents programes de l'entitat.

Aquesta publicació de Cristina Sánchez-Miret i Elvira Méndez és el resultat de donar veu a les dones vulnerables afectades per desigualtats interseccionals sobre les possibilitats de guanyar temps i salut mitjançant la coresponsabilitat. Es recullen les expectatives, experiències i condicions d'organització del temps a les seves vides diàries i es perfilen les necessitats de suport extern que tenen per fer canvis

[Enllaç a la publicació](#)



## ESPAI 'ESCOLTA'



Ens sentim inquietes davant de tants canvis i incerteses que ens vénen a sobre a una velocitat de vertigen. Les preocupacions per nosaltres mateixos i els nostres fills i néts ocupen cada cop més el nostre dia a dia. No esperis a tenir més símptomes de nerviosisme, confusió i/o manca de ganes de fer res. La teva salut mental és la base de la teva vida i relacions. Vine a l'ESPAI

ESCOLTA on seràs tractada amb sensibilitat i respecte. Aquest servei d'alta qualitat ofereix quatre visites individuals i gratuïtes de 45 minuts dedicades a tu.

RECUPERA LA TEVA CONFIANÇA I LA TEVA ENERGIA AMB NOSALTRES

## GENER SALUDABLE



L'alimentació del bebè ha de consistir en les quantitats moderades de llet i cereals que t'indicarà el teu pediatre. Quan comencis a introduir altres aliments, aquests han de ser FRUITES VERDURES PEIX I/O CARN DE POLLASTRE. No acostumis al teu bebè a menjar pastisseria, pizza, patates fregides, dolços, carns vermelles ni begudes ensucrades.

Els adults hem d'imitar el que fem pels nostres fills/es i néts/es. A qualsevol edat, una alimentació saludable reforça el sistema immunitari, ens fa més resistent al contagi d'infeccions i, si ens infectem, ens permet recuperar-nos abans.

LA BASE D'UNA ALIMENTACIÓ SANA ES CONSTRUEIX DURANT ELS 1.000 PRIMERS DIES DE LA VIDA.

[Enllaç al post](#)

**CONSULTEU LES NOSTRES PUBLICACIONS**

PROJECTE SUBVENCIONAT PER:



**Instituto** de las  
**MUJERES**

### **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](#).**

### **SEGUEIX-NOS**



Facebook



Twitter



Instagram



Pàgina web



Flickr



LinkedIn

Associació **SALUD** Asociación **FAMÍLIA**

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|\**