

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 Asociación  
**SALUD Y FAMILIA**

JUNY 2024

## NOTICIES DESTACADES



L'Associació Salut i Família se suma a aquesta celebració internacional ia favor d'iniciatives que facilitin estils de vida saludables d'acord amb la cronobiologia humana. Suficients hores de son per a totes les dones com a base per mantenir una bona alimentació, activitat física, absentisme del tabac i altres tòxics, i relacions regeneratives.

FORMEM PART DE LA CADENA DE LA VIDA. SOM NATURA.



**Elvira Méndez Méndez**  
Médica

### NOU VÍDEO: EL TEMPS DE LES DONES

Aquest vídeo posa en valor el temps de les dones des de la diversitat de perspectives culturals. Editat en el marc del projecte Temps Retrobat.

Autor: 'La interferència'.

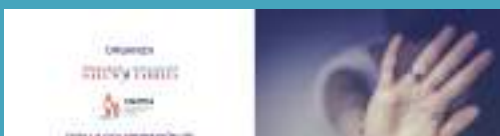


### JORNADA BARCELONA: GARANTIA MUJER - 6 DE JUNY

L'Associació Salut i Família organitza la Jornada del programa Garantía Mujer: La eliminación del estigma en las víctimas de la violencia de género juntament amb l'Associació per les Nacions Unides a Espanya (ANUE).

La jornada serà el proper dijous, 6 de juny al Pati Manning de Barcelona de 9:30 a 13:30

### PROGRAMA I INSCRIPCIONS



### JORNADA SANTIAGO DE COMPOSTELA: GARANTIA



## MUJER - 20 DE JUNY

L'Associació Salut i Família organitza la Jornada del programa Garantía Mujer: La eliminación del estigma en las víctimas de la violencia de género a Santiago de Compostel-la. Amb el recolzament de

Fagamos. La jornada serà el proper dijous, 20 de juny al de 9:30 a 13:30 a la casa Xohana Torres de Santiago de Compostel-la

### PROGRAMA I INSCRIPCIONS



### CONVIURE: Xarxa de dones per la tolerància i els drets efectius de les persones immigrants

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

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

## SORTIDES MES DE JUNY

## **SORTIDA A MONTJUÏC**



L'Associació Salut i Família programa una sortida en família al Castell de Montjuïc, dissabte, 8 de juny de 10.30 a 13.30. Sortida en col·laboració amb Apropa Cultura

## **SORTIDA EN FAMILIA AL MUSEU DE CIÈNCIES NATURALS**



L'Associació Salut i Família programa una sortida en família al Museu de Ciències Naturals. Una visita a l'exposició 'Planeta Vida'. El dissabte, 15 de juny de 10.30 a 13.30. Sortida en col·laboració amb Apropa Cultura.

## **SORTIDA EN FAMILIA AL POBLE ESPANYOL**



L'Associació Salut i Família programa una sortida en família al conjunt monumental del Poble Espanyol. Serà el dissabte 22 de juny de 10.30 a 13.30. Sortida en col·laboració amb Apropa Cultura.

# **PUBLICACIONS**

## INFORME DEL PROYECTO 'ACELERANDO LA IGUALDAD DE GÉNERO'

Estudi publicat per l'Associació Salut i Família de les propostes d' implementació equitativa i no discriminatòria dels drets sexuals i reproductius. Com a eix vehicular del programa desenvolupat l'any 2023. Conclusions dels seminaris de dones llatines, magrebines i pakistaneses a Madrid i Barcelona .

[Enllaç al document](#)



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

Consulteu la Memòria de l'Associació Salut i Família i descobriu-ne els principals resultats i activitats de l'entitat durant el 2023 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.

[Enllaç a la memòria](#)



Memòria del Programa d'Atenció a la Maternitat de Risc de l'any 2023. 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.

[Enllaç a la memòria](#)

## CARTERA DE SERVEIS I PRESTACIONES 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](#)



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 les teves 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**

## JUNY 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.

### 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 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|\**