

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  
**SALUT Y FAMILIA**

FEBRERO 2022

## NOTICIAS DESTACADAS

### EL ABORTO LEGAL ES GRATUITO

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



Associació . Asociación  
**SALUT Y FAMILIA**



### GUÍA 'GUANYAR TEMPS I SALUT'

La Guia Pràctica GUANYAR TEMPS I SALUT ha sido posible gracias a los testimonios en primera persona de treinta y cuatro 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 falta de corresponsabilidad en la vida familiar. Si quieres consultar sus declaraciones, las conclusiones y las recomendaciones. [Enlace a la guía](#)

Organizado por: **Minuto Cero**

Asociació **SALUD Y FAMILIA**

Con la colaboración de: **Fundación "la Caixa"**



**TALLER**  
**MATERNIDAD Y**  
**REHABILITACIÓN DEL SUELO**  
**PÉLVICO**

### Talleres 'maternidad y rehabilitación suelo pélvico'

La Asociación Salud y Familia dentro del marco del programa Minuto Cero organiza los talleres de maternidad y rehabilitación del suelo pélvico dirigido a las madres. Serán los jueves 3 y 10 de febrero.

Organizado por: **Minuto Cero**

Asociació **SALUD Y FAMILIA**

Con la colaboración de: **Fundació "la Caixa"**



**TALLER**  
**SER MUJER EN EL SIGLO XXI**

### Talleres 'ser mujer en el siglo XXI'

La Asociación Salud y Familia organiza los talleres 'Ser mujer en el siglo XXI' en los que se ofrece información sobre el funcionamiento de las influencias familiares, educativas y culturales en el proceso de llegar a ser mujeres; entre otros aspectos. Serán los viernes 18 y 25 de febrero.

### Los programas de la Asociación Salud y Familia se exponen en los vagones de FGC

Los programas de asesoramiento y servicios a los usuarios se exponen en las líneas de FGC del Vallès y del Llobregat. Son los programas Brújula, Atención a la Maternidad en Riesgo, Mujeres y Madres en diálogo intercultural y La infancia es esencial.





### Salida al Museo de Historia Ciudad de Barcelona



Cultura

La Asociación Salud y Familia a través del programa Familias Hospitalarias organiza la salida al Museo de Historia Ciudad de Barcelona (MUHBA), a visitar el subsuelo romano. Será el próximo 12 de febrero a las 11 de la mañana. Actividad en colaboración con el programa Apropa

### Salida al Castillo de Montjuïc



La Asociación Salud y Familia a través del programa Familias Hospitalarias organiza una salida en familias al Castillo de Montjuïc. Visita y paseo. Será el próximo 26 de febrero a las 11 de la mañana. Actividad en colaboración con el programa Apropa Cultura

## MINUTO CERO: CUIDAR EN FAMILIA DE LA PRIMERÍSIMA INFANCIA



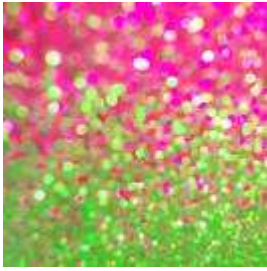
salidas en familia.

Ofrecemos apoyo, orientación y atención precoz a familias vulnerables con menores. Afrontamos la pobreza infantil acercando los servicios sociales, entregando paquetes de alimentación para lactantes, ofreciendo planificación familiar, formación ocupacional, atención emocional y jurídica y

TODOS NUESTROS SERVICIOS SON GRATUITOS, SEGUROS Y DE CALIDAD.



## **CANAL YOUTUBE DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA**



La Asociación Salud y Familia dispone de su canal de youtube en el que podéis encontrar todas las jornadas íntegras que hemos organizado. Se pueden consultar todas las ediciones de las jornadas de Transformando Vulnerabilidad (Madrid, Salamanca, Barcelona y Santander), la jornada Brújula para los Derechos Humanos; el desarrollo y las conclusiones relativas al programa Mujeres y Madres en diálogo intercultural, 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 en el **canal**

## **CANAL NOTICIAS 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, Pandemia COVID 19, Estilos de vida. **ESTAR BIEN INFORMADOS NOS HACE MÁS LIBRES Y NOS CONECTA CON LOS DEMÁS.**

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



# FIESTA MULTICULTURAL DE LAS FAMILIAS

Entrada Gratuita

Sábado 18 de Diciembre 2021 - 10h a 14h.

Espai Jove La Fontana

Calle Gran de Gracia, 190-192

08012 Barcelona

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

La Asociación Salud y Familia organizó la fiesta multicultural de las familias, que este año fue en el Espai Jove La Fontana donde las familias pasaron una mañana del sábado de 10h a 14h. Fue encuentro festivo con el objetivo de demostrar la práctica de los valores que impulsa la Asociación, la de la multiculturalidad, la del respeto y la de refuerzo de las redes sociales más importantes, la de la familia y la de la vecindad. Bailes de Perú y de Paraguay y de Pakistán, magia y un taller de Henna. Enlace al [vídeo](#) y a las [fotos](#)

## FEBRERO SALUDABLE



La alimentación recibida durante los 1.000 primeros días de vida influye de forma decisiva sobre la salud y la tendencia a la obesidad en la edad adulta.

La alimentación de tu 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 bollería, pizza, patatas fritas, dulces, carnes rojas ni tampoco bebidas azucaradas.

Los adultos debemos imitar lo que hacemos por nuestros hijos y nietos. 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

## SÍGUENOS



Facebook



Twitter



Instagram



Página 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|\*