

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

Clique aquí si no visualiza correctamente nuestros boletines



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

JUNIO 2023

NOTICIAS DESTACADAS

DIA INTERNACIONAL DE ACCIÓN PARA LA SALUD DE LAS MUJERES 2023



En nuestro país las mujeres tenemos una esperanza de vida de las más largas del mundo y las relaciones con las personas que nos importan nos animan a cuidar y regenerar la salud. Dedicarnos tiempo a nosotras mismas permite que desarrollemos estilos de vida saludables en alimentación, durmamos suficientes horas, hagamos actividad física y prescindamos del tabaco. DISFRUTEMOS DE LA VIDA SALUDABLE Y LARGA QUE MERECEMOS

JORNADA TALAVERA DE LA REINA 'GARANTÍA MUJER: PREVENCIÓN EQUITATIVA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO'



La jornada del programa Garantía Mujer que se desarrollará en Talavera de la



Reina, en colaboración con Criasol. Será el 15 de junio de 2023. Se abordará la violencia de género desde la prevención equitativa. Tendrá una mesa redonda de experiencias y perspectivas.

PROGRAMA E INSCRIPCIONES:

<https://saludyfamilia.es/es/events/2023-06-15t093000-2023-06-15t140000>



✓ POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

JORNADA SANTIAGO DE COMPOSTELA 'GARANTÍA MUJER: PREVENCIÓN EQUITATIVA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO'



La jornada del programa Garantía Mujer que se desarrollará en Santiago de Compostela, en colaboración con Fagamos será el jueves, 22 de junio de 2023. Se abordará la violencia de género desde la prevención equitativa. Tendrá una mesa redonda de experiencias y perspectivas.

PROGRAMA E INSCRIPCIONES:

<https://saludyfamilia.es/es/events/2023-06-22t093000-2023-06-22t140000>



✓ POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

DIÁLOGO INTERCULTURAL MUJERES LATINAS 'ACELERANDO LA IGUALDAD DE GÉNERO: LA PALANCA DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS'



El primer seminario del diálogo intercultural será entre mujeres de origen latino, el viernes, 9 de junio. La finalidad será conocer de primera mano las discriminaciones que viven las mujeres inmigrantes con el objetivo de cerrar la brecha de género. El proyecto se centra en el ámbito de la salud sexual y reproductiva como un eje determinante a lo largo del ciclo de vida de las mujeres.



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 Salut y Família



Consulta la Memoria de la Asociación Salud y Familia y descubre 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](#)

De Bon Principi

Atenció precoç a mares i famílies amb menors en risc de pobresa i exclusió social

Nuevo programa de la Asociación De Bon Principi: Atención precoz a madres y familias con menores en riesgo de pobreza y exclusión social. Este proyecto

persigue combatir la pobreza infantil en familias vulnerables mediante estrategias combinadas de promoción de la salud y el empleo, cobertura de necesidades básicas y oportunidades de socialización intercultural.



TALLER ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Organitzat per:

De Bon Principi
Associació d'Associacions de Salut i Família

Amb la col·laboració de:

Fundació "la Caixa"

Més informació al Web:
www.saludyfamilia.com



TALLER ALIMENTACIÓ SALUDABLE
Barcelona, 1 de Juny 2023
Via Lalotana, 40 - Entresol

Taller Alimentación saludable en el programa 'De Bon Principi'. Será el jueves, 1 y 18 de junio en horario de mañana. Impartido por la enfermera pediátrica, D^a. Ángela Roureda.

TALLER SER MADRE EN EL SIGLO XXI

De Bon Principi
Associació d'Associacions de Salut i Família

Organitzat per:

Associació d'Associacions de Salut i Família

Amb la col·laboració de:

Fundació "la Caixa"



TALLER SER MARE AL SIGLO XXI
Divendres, 30 de Juny 2023

Associació d'Associacions de Salut i Família

Taller 'Ser Madre en el siglo XXI'; una charla a cargo de Cristina Sánchez Miret. Dra. en sociología por la Universidad de Girona; el 30 de junio será en horario de mañana.

SALIDAS EN FAMILIA DEL MES DE JUNIO

SALIDA AL JARDÍN BOTÁNICO DE BARCELONA



La Asociación Salud y Familia programa una salida al Jardín Botánico de Barcelona, en la montaña de Montjuïc. Un espacio especializado en mostrar la biodiversidad de la flora del clima mediterráneo. Permite situar, en el contexto geográfico adecuado, decenas de especies que pueden encontrarse en todos los jardines de la ciudad. Son plantas que se han adaptado perfectamente al clima templado a pesar de ser propias de otras latitudes. Será el 3 de junio en horario de mañana. Salida en colaboración con

SALIDA AL MUSEO COSMOCAIXA



Visita en familia a Cosmo Caixa. El Museo de la Ciencia CosmoCaixa es un centro de referencia para la divulgación científica en Barcelona que cada año visita miles de curiosos de todas las edades para satisfacer sus ansias de conocimiento a través de propuestas educativas y

dinámicas. Un espacio donde la ciencia y sus logros se acercan a la sociedad gracias a una amplia y diversa programación que se renueva de forma constante. Será el 10 de junio por la mañana. Plazas limitadas. Salida en colaboración con Apropa Cultura. Inscripciones en: jcamacho@saludyfamilia.es

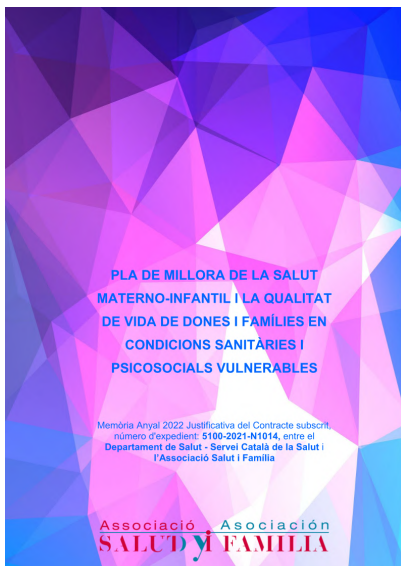


MUJERES Y MADRES EN DIÁLOGO INTERCULTURAL

Cada semana nos reunimos en GRUPOS DE DIÁLOGO INTERCULTURAL donde

mujeres y madres de origen latino, magrebí y paquistaní comparten las diferentes experiencias de transición cultural y expresan sus necesidades y expectativas desde el respeto y la igual dignidad de todas las culturas. LAS MUJERES Y MADRES INMIGRANTES Y ESPAÑOLAS EVOLUCIONAMOS JUNTAS HACIA LA CIUDADANÍA ACTIVA..

MEMORIA PAMR 2022



La Asociación Salud y Familia publica la primera rendición de cuentas del año. Es la 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 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 haber dado 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





GUÍA 'GANAR TIEMPO Y SALUD'

La Guía Práctica GANAR TIEMPO Y SALUD ha sido posible gracias a los testigos en primera persona de 34 mujeres de 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 carencia de corresponsabilidad en la vida familiar. Si quieres consultar los testimonios, conclusiones y recomendaciones. [Enllaç a la guia](#)

ESPACIO 'ESCUCHA'



Nos sentimos inquietas ante tantos cambios e incertidumbres que se 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

JUNIO 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

[Podría consultar nuestras actividades en la sede](#)

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|*