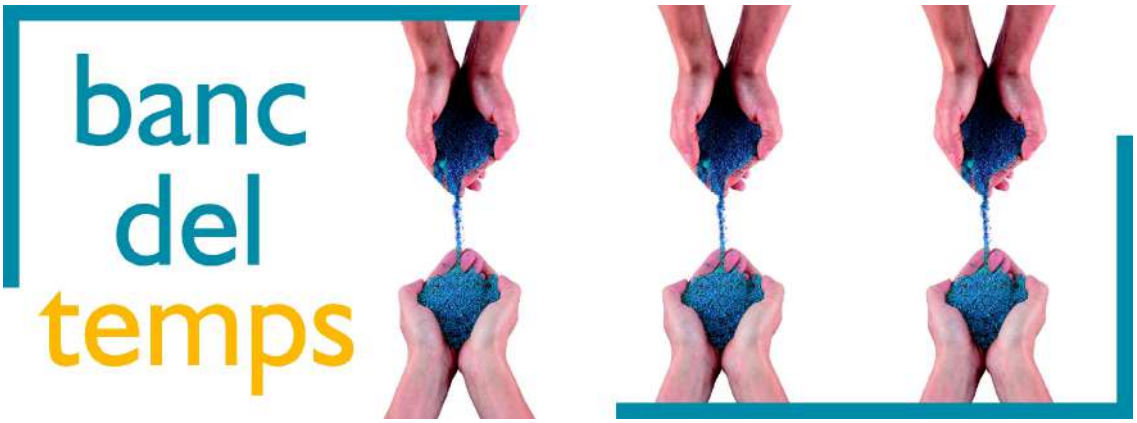
Afegeixi la direcció comunicacio@saludyfamilia.es als seus contactes per tal de rebre correctament els nostres butlletins

Cliqui aquí si no visualitza correctament el butlletí



Associació Asociación SALUD Y FAMILIA

Butlletí núm. 122 abril 2023

Les relacions entre persones de diferents generacions són una font de benestar i contribueixen a mantenir una bona salut al llarg de la vida.

Com més i millor temps dediquem a cultivar relacions amb persones que ens importen i aporten, més saludables i contents ens sentirem.

Per gaudir d'una bona salut és imprescindible anar més a poc a poc, ocupar-se de menys coses i cooperar a la família i al treball per poder disposar a parts iguals de temps de qualitat.

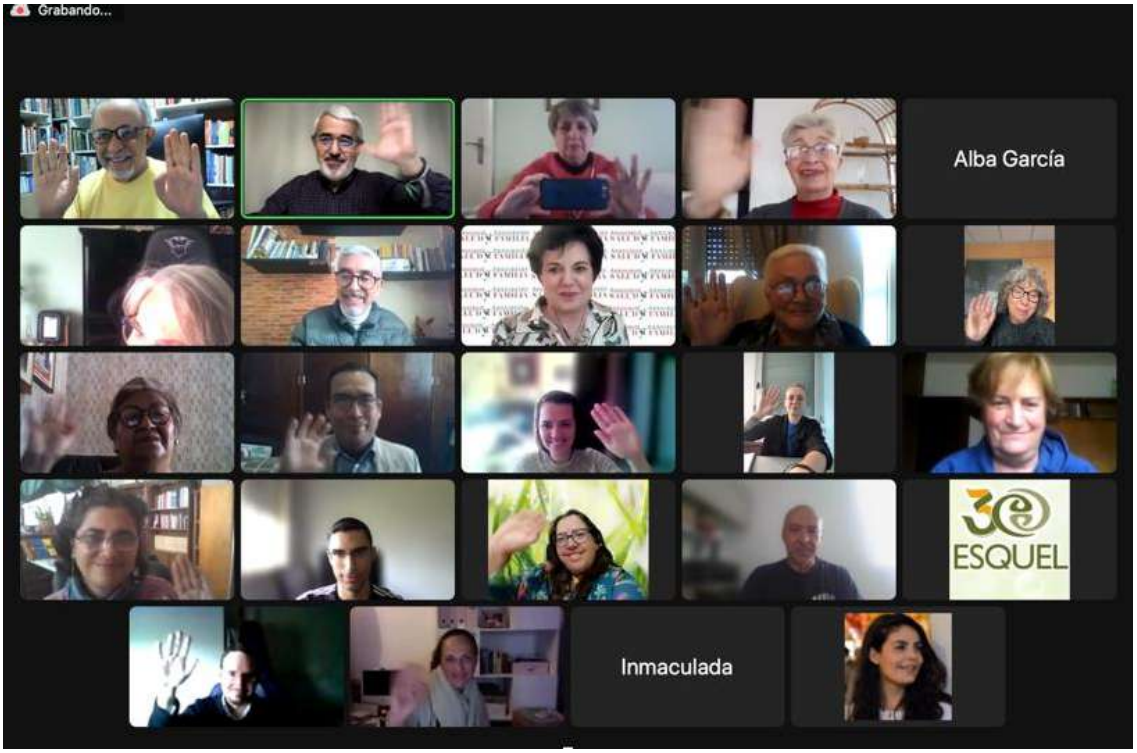
Dormir més hores, menjar i sopar més aviat, compassar les nostres activitats al ritme dels nostres cossos regits per la llum natural és posar en pràctica el nostre DRET AL TEMPS i així desenvolupar la nostra capacitat d'estar centrats, cuidar-nos i parar atenció al que ens envolta.

LA BONA SALUT I EL TEMPS DE QUALITAT VAN DE LA MÀ I SÓN INSEPARABLES A LA VIDA DE CADA DIA

SORTIDES DELS BANCS DEL TEMPS

SORTIDA AL TEATRE NACIONAL DE CATALUNYA

Sortida dels Bancs del Temps al Teatre Nacional de Catalunya. L'obra és L'Alquimista, una adaptació de Marguerite Yourcenar El Œuvre au noir, que recrea una Europa que oscil·la entre la foscor de l'Edat Mitjana i la llum del Renaixement. Una sortida en col·laboració amb Apropa Cultura. Places limitades.Serà el 20 de maig a les 19h Inscripcions a jcamacho@saludyfamilia.es



Participació de la Xarxa dels Bancs del Temps de l'Associació Salut i Família al Dia Internacional dels Bancs del Temps, convocat per l'Associació Ibero-americana de los Bancos del Tiempo; que es va celebrar el 22 de març. En aquesta ocasió es va fer un homenatge als Bancs del temps italians, amb més de 25 anys de treball continu.

Proper vídeo de la campanya de Transports Metropolitans de Barcelona de promoció i difusió dels Bancs del Temps

VÍDEO DELS BANCS DEL TEMPS

La Xarxa dels Bancs de Temps de l'Associació Salut i Família ha editat un vídeo on es reconeix i es visibilitza la tasca comunitària dels Bancs del Temps, especialment en els moments més difícils de la pandèmia. Amb el suport de Banc del Temps de Sant Cugat de Vallès i la Diputació de Barcelona

Vídeo amb subtítols en anglès

Vídeo editat per Roger Lapuente

BANC DEL TEMPS CERDANYOLA DEL VALLÈS (BARCELONA)

BANC DEL TEMPS BON PASTOR (BARCELONA)

Banc Del Temps Bon Pastor
12 de marzo a las 07:02 ·

Grup de sardanistes Banc del Temps:
Col·laboració i Participació a la inauguració (memòria Històrica) cases baixes de Bon Pastor
11/03/2023

BANC DEL TEMPS DE SITGES (BARCELONA)

BANC DEL TEMPS SANT CUGAT (BARCELONA)

BANC DEL TEMPS PREMIÀ DE MAR (BARCELONA)

BANC DE TEMPS PREMIÀ DE MAR

TALLER PREVENCIÓ I SALUT

Què fem en cas d'emergència?

A càrrec de:
Marc Piqué Pijuan, Director d'Àrea de la Pau, empresa proveïdora de SEM-CatSalut i col·laborador del Banc de Temps de Premià de Mar.

Taller pràctic que pretén donar eines per actuar davant d'una situació d'emergència sense posar en risc a la persona afectada.

Es mostrarà en una ambulància de Suport Vital Avançat els recursos prehospitalaris i els seus circuits d'activació, la detecció de patologies greus i els primers auxilis bàsics.

Lloc: **Centre Cívic de Premià de Mar**

Data: **Dijous 30 de març**

Hora: **18 h**

Us poden acompanyar amics i familiars

Ajuntament de Premià de Mar

PDM PREMIÀ DE MAR

Associació SALUT I FAMÍLIA · Asociación SALUD Y FAMILIA

Grup La Pau

BANC DEL TEMPS PONT DEL DIMONI (GIRONA)

Banc Del Temps Pont del Dimoni
18 de marzo a las 17:18 ·

10a Jornada del Banc del Temps Pont del Dimoni
18 març 2023
Fotografies realitzades pel Grup de Fotografia del Banc del Temps.

BANC DEL TEMPS CALONGE I SANT ANTONI (GIRONA)

TV Costa Brava ha emès una notícia sobre el Banc del Temps Calonge i Sant Antoni, en la que es fan ressó que, des de 2021, Calonge i Sant Antoni ts'hi han preinscrit una seixantena de persones i ja compta amb 91 ofertes.
Notícia

BANC DEL TEMPS LLORET DE MAR (GIRONA)

Banc del Temps Lloret de Mar
5 d ·

En el Dia Internacional dels Bancs del Temps, us convidem a que ens visiteu a la nostra secretaria qualsevol dia que obrim i podreu conèixer un espai on intercanviem serveis, habilitats, talents i TEMPS, sense que hi intervinguin els diners. T'agrada la idea?

BANC DEL TEMPS CAMBRILS (TARRAGONA)

BANC DEL TEMPS D'ALMERÍA

BANC DEL TEMPS DE RIVAS (MADRID)

BANCO DEL TIEMPO
RIVAS

Secretaría Presencial

Despacho O de la Casa de las Asociaciones de Barrio Oeste

Lunes alternos de 12 a 13 horas

Miércoles alternos de 18 a 19·horas

Adjuntamos el calendario de días de apertura (en naranja)

mismo, permanece abierta la Secretaría Virtual a través del correo electrónico: intertiempoderivas@gmail.com

También tienes a tu disposición la web y los grupos de whatsapp·

BANC DEL TEMPS CHURRIANA (MÀLAGA)

BANCO del TIEMPO CHURRIANA
3 d ·

Mañana martes nos vemos para programar el taller Crocheteando, si te interesa ya sabéis os esperamos a las 17,00 horas en la sede de la asociación de vecinos ARCUSVES, más información en el 692325846.
#bdtchurriana #malagaparticipa #arcusves

INTERNACIONAL

Associació Asociación
SALUT I FAMILIA

ASOCIACIÓN IBEROMERICANA DE BANCOS DEL TIEMPO
FUNDACIÓN ESQUEL
BANC DEL TEMPS DE SANT JOAN DESPÍ
BANC DEL TEMPS DE SANT CUGAT

BANCA DEL TEMPO ROMA (ITALIA)

BANCA DEL TEMPO CATANIA (ITALIA)

PROJECTE SUBVENCIONAT PER:

GOBIERNO DE ESPAÑA · MINISTERIO DE IGUALDAD · Instituto de las MUJERES

Més informació a la pàgina de facebook

Facebook Twitter Banc del Temps Escolar Pàgina web

*Copyright © *|CURRENT_YEAR|* *|LIST:COMPANY|*, All rights reserved.*
|IFNOT:ARCHIVE_PAGE| *|LIST:DESCRIPTION|*

Our mailing address is:
|HTML:LIST_ADDRESS_HTML| *|END:IF|*

cancel·la la subscripció modifica la subscripció

|IF:REWARDS| *|HTML:REWARDS|* *|END:IF|*