

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

[Clique aquí para recibir correctamente nuestros boletines](#)



Asociación Salud y Familia

Enero 2023

SALIDAS DE ENERO



Salida al Park Güell

Primera salida del año en familia se hará al Park Güell; será el día 21 de enero. Plazas limitadas. Inscripciones a rmendoza@saludyfamilia.es. Una salida en colaboración con el programa Apropa Cultura



Salida al Zoológico

La segunda salida en familia será al Zoológico; el día 28 de enero. Plazas limitadas. Inscripciones a rmendoza@saludyfamilia.es. Una salida en colaboración con el programa. Apropa Cultura



Fiesta Multicultural de las Familias

Entrada Gratuita

Sábado 17 de Diciembre 2022 - 10h a 14h.

Espai Jove La Fontana

Calle Gran de Gracia, 190-192

Barcelona

Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA

Galería Fotográfica de la Fiesta Multicultural de las Familias

[Enlace](#)

ENERO SALUDABLE



La alimentación recibida durante los 1000 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 introducir 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 nuestro@s hijo@s y niet@s. 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 1000 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA

NORMAS DE RESERVA DE PLAZAS PARA SALIDAS Y EVENTOS CULTURALES A CARGO DE LA ASOCIACIÓN SALUD Y FAMILIA

Las personas interesadas comunicarán su voluntad de asistir dirigiéndose al correo electrónico rmendoza@saludyfamilia.es.

Se les confirmará telefónicamente si son admitidas. En caso de no poder realizarse la confirmación debido a la ausencia de respuesta de la persona interesada, se pasará a la siguiente persona inscrita y se enviará un correo electrónico avisando a la persona no encontrada que no ha sido admitida.

Inscripciones a las actividades

Todas nuestras actividades son gratuitas. Hay que inscribirse a través de los formularios correspondientes o bien enviando un correo a saludyfamilia@saludyfamilia.es.

Con la colaboración de:



Facebook



Twitter



Página web

Copyright © `*|CURRENT_YEAR|*` `*|LIST:COMPANY|*`.
`*|IFNOT:ARCHIVE_PAGE|*` `*|LIST:DESCRIPTION|*`

CONTACTE:

`*|HTML:LIST_ADDRESS_HTML|*` `*|END:IF|*`

[Cancela la suscripción](#) [Modifica la suscripción](#)

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