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

Cliqueaquí para recibir correctamente nuestros boletines

Asociación Salud y Familia **Septiembre 2024**

Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA

La salud sexual es parte integral de la salud humana.Va de establecer relaciones sobre la base de la confianza y el respeto mutuo.

Todas las personas tienen derecho a decidir si quieren o no tener relaciones sexuales, cuando quieren tenerlas y con quien.

Todas las personas tienen derecho a tomar sus propias decisiones acerca de sus vidas y cuerpos sin ningún tipo de discriminación.

Gozamos de salud sexual cuando conocemos nuestros cuerpos, cuando

entendemos cómo cuidarnos y protegernos y cuando tenemos un acceso fácil a servicios de salud y apoyo.

Taller 'Porque amamos la vida, queremos una buena muerte'; Será el jueves, 19 de septiembre a las 18h en la sede de la entidad, C/Vía Layetana, 40, entlo. En el que se aprenderá a elaborar el Documento de Voluntades Anticipadas. Una charla en colaboración con 'Dret a morir dignament'. Inscripciones en saludyfamilia@saludyfamilia.es

SALIDAS EN FAMILIA MES DE SEPTIEMBRE

SALIDA AL ZOO

La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Zoo de Barcelona. Será el sábado, 14 de septiembre de 10.30 a 13.30 h. En colaboración con el programa Apropa Cultura..
Plazas limitadas. Inscripciones en jcamacho@saludyfamilia.es

LOS PARQUES SON TU SEGUNDA CASA. La luz natural regula nuestra energía. Pasear sola o en familia por los parques de Barcelona es una ACTIVIDAD IMPRESCINDIBLE para mantener y mejorar la salud de todos. Visitando los parques dedicas a tus hijos e hijas un tiempo muy valioso y tú disfrutas de un rato calmado. Ahora que estamos en verano podrás aprovechar las horas de luz. DA UN RESPIRO Y CUIDA DE TU SALUD FÍSICA Y MENTAL. VISITAR LOS PARQUES Y LAS ZONAS VERDES ESTÁ A TU ALCANCE. LOS PILARES DE LA ENERGÍA VITAL SE CONSTRUYEN A LO LARGO DE LOS 1000 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA https://saludyfamilia.es

SEPTIEMBRE SALUDABLE

La alimentación del bebé debe consistir en las cantidades moderadas de leche y cereales que te indicará el 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 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 1000

PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA

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

Todas nuestras actividades son gratuitas. Las personas interesadas comunicarán la voluntad de asistir dirigiéndose al correo electrónico jcamacho@saludyfamilia.es.

Se les confirmará telefónicamente si son admitidas. En caso de no poder realizar 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.

Con la colaboración de:

Ajuntament de Barcelona

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 subscrición

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