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 **Septiembre 2023**

Associació Asociación
SALUD Y FAMILIA

El pilar de la salud sexual es garantizar que las relaciones íntimas estén libres de coacción y violencia. En España y Catalunya, la Ley de Garantía de la Libertad Sexual establece que cualquier interacción sexual sin consentimiento de ambas personas es una agresión incluso cuando no se utiliza la fuerza y/o la intimidación. Todas las conductas sexuales que reducen o anulan la voluntad de cualquier persona y que, hasta ahora, eran consideradas abusos han pasado a ser agresiones y suponen un acto delictivo. La educación sexual y afectiva es obligatoria en todas las etapas educativas y deben formarse en éste ámbito policías, jueces y fiscales. La

promoción de la salud sexual necesita entornos sociales y legales favorables al respeto efectivo e igualitario en las interacciones sexuales.De este modo se facilita que las relaciones sexuales sean una fuente de placer y reconocimiento mutuo. SÓLO SÍ ES SÍ.

Galería fotográfica de la última salida del programa Familias Hospitalarias en agosto al Castillo de Montjuïc. Acceso a la galería

SALIDA EN FAMILIA MES DE SEPTIEMBRE

SALIDA AL MUSEO DE LA CIENCIA

La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Museo de la Ciencia En colaboración con Apropa Cultura. Será el 9 de septiembre Plazas limitadas, inscripciones a rmendoza@saludyfamilia.es

SALIDA AL ZOO DE BARCELONA

La Asociación Salud y Familia programa una salida en familia al Museo de la

Ciencia En colaboración con Apropa Cultura. Será el 23 de septiembre Plazas limitadas, inscripciones a rmendoza@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 y todas. Visitando los parques dedicas a tus hijos e hijas un tiempo muy valioso y tú disfrutas de un rato calmado. Ahora que estamos en primavera 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 https://donesimadresendialogointercultural.es

SEPTIEMBRE 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 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 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

Enlace al post

NORMAS DE RESERVA DE PLAZAS PARA SALIDAS Y EVENTOS CULTURALES 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|*