

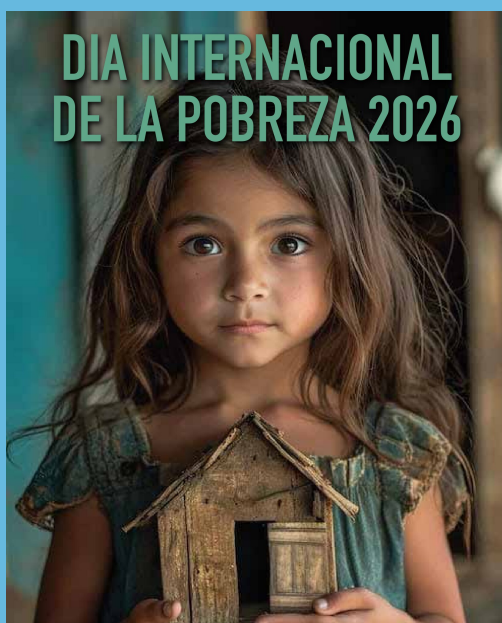
Añada la dirección comunicacio@saludyfamilia.es a sus contactos para recibir correctamente nuestros boletines

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



[Asociación Salud y Familia](#)

OCTUBRE 2026



Asociación SALUD y Familia

España sigue figurando entre los cinco países europeos con la peor situación de privación material y social severa para casi cuatro millones de personas.

A pesar de la mejora general de la situación económica, la pobreza sigue enquistada y se concentra en los hogares con menores y en la población inmigrante.

Los que peor lo están pasando son los niños y niñas y los/las adolescentes, lo que compromete el futuro e interpela a nuestra conciencia moral para redoblar los esfuerzos contra esta gran injusticia.

**ERRADICAR LA POBREZA INFANTIL:
CADA UNO DE NOSOTROS SOMOS
PARTE DE LA SOLUCIÓN.**



AMPLIACIÓN DE SERVICIOS Y PRESTACIONES

Durante el 2026, el Programa SALUD: 1000 PRIMEROS DÍAS DE VIDA amplía el servicio de Crianza Positiva abriendo CONSULTAS INDIVIDUALES A DEMANDA y añade la nueva prestación de un paquete de PAÑALES.

El Programa ofrece a madres vulnerables de todos los orígenes:

- #Acceso preferente y gratuito a los anticonceptivos modernos de gran eficacia y larga duración.
- #Acceso preferente y gratuito a información y orientación sobre las ayudas públicas disponibles para madres, niños y familias.
- #Talleres de Crianza Positiva y Talleres de Alimentación Saludable con servicio gratuito de guardería.
- #Acceso a un paquete de leche y cereales para bebés entre 4 y 17 meses de edad.

LA CALIDAD DE LA ATENCIÓN RECIBIDA DURANTE LOS 1000 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA ES EL PILAR DEL DESARROLLO FÍSICO Y MENTAL SALUDABLE A LARGO DE TODA LA VIDA.

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 

TALLERES OCTUBRE

TALLER ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Organizado por:

Associació - Asociación
SALUD Y FAMILIA

Con la colaboración de:

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 

Más información en el Web:
www.saludfamilia.es



Taller alimentación saludable

Barcelona, 2 de octubre 2026
Via Layetana, 40 - Entresuelo

Associació - Asociación
SALUD Y FAMILIA

La Asociación Salud y Familia organiza el taller Alimentación saludable a cargo de la enfermera pediátrica Sra. Ángela Rourera. Será el viernes, 2 de octubre de 10:30 a 13:00h. Inscripciones en fjaramillo@saludfamilia.es. Plazas limitadas.

TALLER CRIANZA POSITIVA

Organizado por:


Associació - Asociación
SALUD Y FAMILIA

Con la colaboración de:

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 



TALLER
CRIANZA POSITIVA

Barcelona, 16 de octubre 2026
Via Layetana, 40 - Entresuelo

Associació - Asociación
SALUD Y FAMILIA

La Asociación Salud y Familia organiza el taller crianza positiva a cargo de la enfermera pediátrica Sra. Ángela Rourera. Será el viernes, 16 de octubre de 10:30 a 13:00h. Inscripciones en fjaramillo@saludfamilia.es. Plazas limitadas.

SALIDAS EN FAMILIA OCTUBRE

SALIDA AL JARDÍN BOTÁNICO



La Asociación Salud y Familia programa una visita en familia al Jardín Botánico. Será el sábado, 10 de octubre de 10:30 a 14:30 h. En colaboración con el programa Apropa Cultura. Inscripciones en fjaramillo@saludyfamilia.es Plazas limitadas.

SALIDA AL PUEBLO ESPAÑOL



La Asociación Salud y Familia programa una visita en familia al Pueblo Español. Será el sábado, 31 de octubre de 10:30 a 14:30 h. En colaboración con el programa Apropa Cultura. Inscripciones en fjaramillo@saludyfamilia.es Plazas limitadas.



LOS PARQUES SON TU SEGUNDA CASA. La luz natural regula nuestra energía.

Pasear solo/a, en pareja o con tus hijos, desde bebés y durante toda la etapa escolar, por parques y espacios verdes es una **ACTIVIDAD IMPRESCINDIBLE** para mantener y mejorar la salud de todos. Visitando los parques regalas a tus hijos un tiempo muy valioso y disfrutas de un rato más calmado. Ahora puede aprovechar la luz y los colores de la estación y cargarse de energía. **DA UN RESPIRO Y CUIDA DE TU SALUD FÍSICA Y MENTAL. VISITAR LOS PARQUES Y ZONAS VERDES**

ESTÁ AL ALCANCE DE TODOS. LOS PILARES DE LA ENERGÍA VITAL SE
CONSTRUYEN A LO LARGO DE LOS 1000 PRIMEROS DÍAS DE VIDA

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 

OCTUBRE SALUDABLE



La alimentación recibida durante los 1000 primeros días de la 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 a tu bebé, 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 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 SALUD DURADERA SE CONSTRUYE DURANTE LOS 1000 PRIMEROS DÍAS DE LA VIDA.

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 

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 saludfamilia@saludfamilia.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:



Facebook



Twitter



Página web



WhatsApp



Instagram

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|*`