

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

[Cliqui aquí per rebre correctamente els nostres butlletins](#)



[Associació Salut i Família](#)

OCTUBRE 2026

DIA INTERNACIONAL DE LA POBRESA 2026



Associació Salut i Família

Espanya continua figurant entre els cinc països europeus amb la pitjor situació de privació material i social severa per a gairebé quatre milions de persones.

Malgrat la millora general de la situació econòmica, la pobresa continua enquistada i es concentra a les llars amb menors i en la població immigrant.

Els que pitjor ho estan passant són els nens i les nenes i els/les adolescents, la qual cosa compromet el futur i interpel·la la nostra consciència moral per redoblar els esforços contra aquesta gran injustícia.

ERRADICAR LA POBRESA INFANTIL: CADASCÚ DE NOSALTRES SOM PART DE LA SOLUCIÓ.



AMPLIACIÓ DE SERVEIS I PRESTACIONS

Durant el 2026, el Programa SALUT: 1000 PRIMERS DIES DE VIDA amplia el servei de Criança Positiva obrint CONSULTES

INDIVIDUALS A DEMANDA i afegeix la nova prestació d'un paquet de PAÑALES. El Programa ofereix a mares vulnerables de tots els orígens:

#Accés preferent i gratuït als anticonceptius moderns de gran eficàcia i llarga durada. #Accés preferent i gratuït a informació i orientació sobre els ajuts públics disponibles per a mares, nens i famílies.

#Tallers de Criança Positiva i Tallers d'Alimentació Saludable amb servei gratuït de guarderia. #Accés a un paquet de llet i cereals per a nadons entre 4 i 17 mesos. LA QUALITAT DE L'ATENCIÓ REBUDA DURANT ELS 1000 PRIMERS DIES DE LA VIDA ÉS EL PILAR DEL DESENVOLUPAMENT FÍSIC I MENTAL SALUDABLE A LLARG DE TOTA LA VIDA.



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 

TALLERS OCTUBRE

TALLER ALIMENTACIÓ SALUDABLE

Organitzat per:

Associació **Asociación**
SALUD Y FAMILIA

Amb la col·laboració de:

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 

Més informació al Web:
www.saludyfamilia.es



Taller Alimentació saludable

Barcelona, 2 d'octubre 2026
Via Laietana, 40 - Entresol

Associació **Asociación**
SALUD Y FAMILIA

L'Associació Salut i Família organitza el taller Alimentació saludable a càrrec de la infermera pediàtrica Sra. Ángela Rourera. Serà divendres, 2 d'octubre de 10:30 a 13:00 h. Inscripcions a fjaramillo@saludyfamilia.es. Places limitades.

TALLER CRIANÇA POSITIVA

Organitzat per:



Associació **Asociación**
SALUD Y FAMILIA

Amb la col·laboració de:

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona 



TALLER
CRIANÇA POSITIVA

Barcelona, 16 d'octubre 2026
Via Laietana, 40 - Entresol

Associació **Asociación**
SALUD Y FAMILIA

L'Associació Salut i Família organitza el taller criança positiva a càrrec de la infermera pediàtrica Sra. Ángela Rourera. Serà divendres, 16 d'octubre de 10.30 a 13.00 h. Inscripcions a fjaramillo@saludyfamilia.es. Places limitades.

SORTIDES EN FAMÍLIA OCTUBRE

SORTIDA AL JARDÍ BOTÀNIC



L'Associació Salut i Família programa una visita en família al Jardí Botànic. Serà el dissabte, 10 d'octubre de 10.30 a 14.30 h. En col·laboració amb el programa Apropa Cultura. Inscripcions a fjaramillo@saludyfamilia.es
Places limitades.

SORTIDA AL POBLE ESPANYOL



L'Associació Salut i Família programa una visita en família al Poble Espanyol. Serà el dissabte, 31 d'octubre de 10.30 a 14.30 h. En col·laboració amb el programa Apropa Cultura. Inscripcions a fjaramillo@saludyfamilia.es
Places limitades.



ELS PARCS SÓN LA TEVA SEGONA CASA. La llum natural regula la nostra energia. Passejar sol/a, en parella o amb els teus fills, des de bebès i durant tota l'etapa escolar, per parcs i espais verds és una ACTIVITAT IMPRESCINDIBLE per

mantenir i millorar la salut de tothom. Visitant els parcs regales als teus fills un temps molt valuós i gaudeixes d'una estona més calmada. Ara podeu aprofitar la llum i els colors de l'estació i carregar-se d'energia. **DÓNA UN RESPIR I CUIDA DE LA TEVA SALUT FÍSICA I MENTAL. VISITAR ELS PARCS I ZONES VERDES ESTÀ A L'ABAST DE TOTS. ELS PILARS DE L'ENERGIA VITAL ES CONSTRUEIXEN AL LLARG DELS 1000 PRIMERS DIES DE VIDA**



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona

OCTUBRE SALUDABLE



L'alimentació rebuda durant els 1000 primers dies de la vida influeix de manera decisiva sobre la salut i la tendència a l'obesitat a l'edat adulta.

L'alimentació del bebè ha de consistir en les quantitats moderades de llet i cereals que t'indicarà el teu pediatre.

Quan comencis a introduir altres aliments al teu nadó, aquests han de ser FRUITES, VERDURES, PEIX I/O CARN DE POLLASTRE. No acostumis al teu bebè a menjar pastisseria, pizza, patates fregides, dolços, carns vermelles ni begudes ensucrades.

Els adults hem d'imitar allò que fem pels nostres fills i néts. A qualsevol edat, una alimentació saludable reforça el sistema immunitari, ens fa més resistent al contagi d'infeccions i, si ens infectem, ens permet recuperar-nos abans.

LA BASE D'UNA SALUT DURADORA ES CONSTRUEIX DURANT ELS 1000 PRIMERS DIES DE LA VIDA.



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona

NORMES DE RESERVA DE PLACES PER A SORTIDES I ESDEVENIMENTS CULTURALS A CÀRREC DE L'ASSOCIACIÓ SALUT I FAMÍLIA

Totes les nostres activitats són gratuïtes. Les persones interessades comunicaran la voluntat d'assistir-hi adreçant-se al correu electrònic saludyfamilia@saludyfamilia.es.

Se'ls confirmarà telefònicament si són admeses. En cas de no poder fer la confirmació a causa de l'absència de resposta de la persona interessada, es passarà a la següent persona inscrita i s'enviarà un correu electrònic avisant la persona no trobada que no ha estat admesa.

Amb la col·laboració de:



Facebook



Twitter



Pàgina 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|*`