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

Cliqui aquí per rebre correctament els nostres butlletins



Associació Salut i Familia

NOVEMBRE 2026



En aquest Dia Internacional, l'Associació Salut i Família mostra el seu rebuig als agressors masclistes i als còmplices i el ferm compromís amb les víctimes. Les nostres accions permanents d'atenció a les víctimes de violències masclistes i de promoció de la igualtat efectiva entre dones i homes busquen eliminar les violències físiques, sexuals, psicològiques i econòmiques que encara avui soscaven la integritat i l'autonomia de les dones. Qualsevol de les expressions que adopta la violència masclista afecta la salut de les dones i dels seus fills i filles impedint el seu ple desenvolupament com a persones i la seva contribució a la societat. EL REBUIG DELS HOMES CAP ALS AGRESSORS MASCISTES ÉS IMPRESCINDIBLE PER A ELIMINAR LA VIOLÈNCIA CONTRA LES DONES.

DIA MUNDIAL DE LA INFÀNCIA 2026



Associació Asociación
SALUT y FAMILIA

Els nens i nenes estan creixent en una amplíssima varietat de circumstàncies socials i de contextos culturals. Els nens i nenes són participants actius del seu propi desenvolupament, reflectint un impuls humà intrínsec a explorar i apropiar-se de l'ambient que els envolta. Els nens i nenes necessiten ser cuidats per poder desenvolupar les capacitats d'autoregulació fisiològiques, emocionals i cognitives que sostenen la vida humana al llarg dels anys. LES VEUS DELS NENS HAN DE SER ESCOLTADES perquè segueixin sent actius enllaçant relacions familiars i també comunitats d'origen i destí en un món en trànsit cap a un futur on ells seran els guionistes principals

SALUT 1000 PrimersDiesdeVida

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 COMANDA i afegeix la nova prestació d'un paquet de BOLQUERS 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

TALLERS NOVEMBRE

TALLER ALIMENTACIÓ SALUDABLE



L'Associació Salut i Família organitza el taller Alimentació saludable a càrrec de la infermera pediàtrica Sra. Ángela Rourera
Serà divendres, 6 de novembre de 10:30 a 13:00h. Inscripcions a fjaramillo@saludyfamilia.es
Places limitades.

TALLER CRIANÇA POSITIVA



L'Associació Salut i Família organitza el taller criança positiva a càrrec de la infermera pediàtrica Sra. Ángela Rourera
Serà el divendres, 27 de novembre de 10:30 a 13:00h. Inscripcions a fjaramillo@saludyfamilia.es
Places limitades.

SORTIDES EN FAMÍLIA NOVEMBRE

SORTIDA AL CASTELL DE MONTJUÏC



L´Associació Salut i Família programa una visita en família al Castell de Montjuïc.
Serà el dissabte, 7 de novembre de 10:30 a 14:30h. En col·laboració amb el programa Apropa Cultura. Inscripcions a fjaramillo@saludyfamilia.es
Places limitades.

SORTIDA AL ZOO



L'Associació Salut i Família programa una visita en família al Zoo. Serà el dissabte, 21 de novembre de 10:30 a 14:30h. 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 DURANT ELS 1000 PRIMERS DIES DE VIDA

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Barcelona

NOVEMBRE 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 resistents 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:

Barcelona

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 subscrición

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