



## Inmaculada Concepción

### CARTA DIRECTOR

**Queridos hermanos y hermanas en Cristo,**

En este mes de agosto, celebramos con alegría la Asunción de la Virgen María, nuestra Madre Inmaculada, elevada al cielo en cuerpo y alma. Esta fiesta nos llena de esperanza en tiempos difíciles: María, que vivió una vida de fe, humildad y entrega, fue glorificada por Dios, y desde el cielo sigue intercediendo por nosotros.

La Virgen no es una figura lejana. Es Madre, es consuelo, es guía. En medio de nuestras luchas, nos muestra que la pureza, la fe y la confianza en Dios sí tienen recompensa. Ella nos anima a no rendirnos, a seguir creyendo, incluso cuando todo parece oscuro.

Su Asunción es una promesa: así como ella fue llevada al cielo, también nosotros estamos llamados a la vida eterna si caminamos con Dios. En este mes especial, pongamos bajo su manto nuestras preocupaciones y dejémonos guiar por su luz.

María, Inmaculada y Asunta al cielo, ruega por nosotros.

¡Que Dios los bendiga siempre!

En Cristo,  
**Mn. Saturnino Rodríguez**

SAN LORENZO, MÁRTIR: TESTIMONIO DE FE Y SERVICIO

## Es un símbolo de valentía, servicio y amor por los más necesitados.



San Lorenzo fue uno de los siete diáconos de Roma durante el siglo III, en tiempos del papa Sixto II. Su labor principal era ayudar a los pobres y administrar los bienes de la Iglesia.

Durante la persecución del emperador Valeriano en el año 258, fue arrestado poco después del martirio del Papa. Cuando las autoridades romanas le exigieron las riquezas de la Iglesia, Lorenzo pidió tiempo y distribuyó los bienes entre los necesitados.

Luego se presentó ante ellos llevando a los pobres y enfermos, diciendo: "Estos son los verdaderos tesoros de la Iglesia". Como castigo, fue martirizado el 10 de agosto del año 258, quemado vivo sobre una parrilla. La tradición cuenta que, incluso en medio del sufrimiento, conservó su fe y sentido del humor cristiano. San Lorenzo es recordado como un ejemplo de valentía, generosidad y fidelidad. Es patrono de los diáconos, los pobres y los cocineros.

---

iMUÉVETE, SONRÍE Y GANA SALUD!

## ¿Qué es la fisioterapia y por qué es tan beneficiosa para todos?



La fisioterapia es una forma de ejercicio suave y adaptado que ayuda a mantener tus músculos fuertes, tus articulaciones en movimiento y tu equilibrio en forma. Además, previene caídas, mejora la circulación y ayuda a reducir dolores y molestias del día a día. ¡Y no hace falta ser un atleta para disfrutarla! ¿Y lo mejor? ¡También es divertida!

En nuestras sesiones, trabajamos con música, juegos, pelotas, ejercicios grupales y mucha alegría. Cada día es diferente y está pensado para que te sientas bien, tanto física como emocionalmente. Reímos, nos movemos y celebramos cada pequeño logro. Muchos de nuestros residentes dicen que esperan las sesiones con ilusión porque además de mejorar su cuerpo, les anima el alma.

**iTe esperamos de Lunes a Viernes de 10:30 a 13:30h!**

COORDINADAS CON NUESTRO EQUIPO

## Calendario de actividades

de 10:00h a 12:45h		de 10:30h a 13.30h	de 17:00h a 17:30h
Estimulación Cognitiva y Física		Gimnasia Grupal	
Lunes	Lenguaje	Rotadores externos / Estabilidad en la espalda	Misa
Martes	Memoria y Percepción	Vertebrales / Movilidad lumbar	Misa
Miércoles	Arteterapia / Manualidades	Cervicales / Cintura escapular	Misa
Jueves	Cálculo y Praxia	Cervicales / Cintura escapular	Misa
Viernes	Juegos de Mesa / Ocio	Propiocepción / Coordinación	Misa
de Lunes a Viernes		Actividades recreativas programadas de 17:30h a 19 h	
Sábados y Domingos		Misas: Sábado 11h y domingo 10h. Juegos de mesa de 17:30h a 18:15h.	

j u l i o  
Sábados  
**CINE**  
a las 17:00



RECOMENDACIONES DE NUESTRO MÉDICO

## Hidratación en la tercera edad: vital en épocas de calor

En verano, los adultos mayores tienen más riesgo de deshidratarse, ya que sienten menos sed y muchos toman medicamentos que aumentan la pérdida de líquidos. Como familiar o cuidador, es clave ofrecerles agua regularmente, aunque no la pidan.

Se recomienda entre 7 y 10 vasos al día, y hasta 3 litros si hace mucho calor. También ayudan las frutas, sopas e infusiones sin cafeína.

**Señales de alerta:** Boca seca, orina oscura o escasa, mareos o confusión.

**Consejos rápidos:** Tener agua siempre al alcance, establecer horarios para beber, evitar alcohol y bebidas con cafeína, mantener el ambiente fresco. Cuidar la hidratación es cuidar su salud.



UN ESPACIO PARA DISFRUTAR Y COMPARTIR

# Inauguramos el Nuevo Comedor en nuestra “Residencia Valldejuli”



Con enorme ilusión, inauguramos oficialmente nuestro nuevo comedor, un espacio completamente renovado que representa un gran paso adelante en nuestro compromiso con el bienestar y la calidad de vida de nuestros residentes.

El nuevo comedor ha sido diseñado pensando en el confort, la funcionalidad y la calidez. Destaca por su vista panorámica al jardín, que permite disfrutar de la luz natural y del entorno verde durante todo el día, creando un ambiente tranquilo y acogedor que invita a la convivencia y al disfrute de cada comida. Además, hemos estrenado una nueva cocina completamente equipada, que nos permitirá seguir ofreciendo menús saludables, caseros y adaptados a las necesidades nutricionales de cada residente, con mayor eficiencia y calidad.

La inauguración fue celebrada con un pequeño acto junto a los residentes, familiares y personal del centro, donde se compartió una comida especial para marcar el comienzo de esta nueva etapa.

## FECHAS IMPORTANTES DE AGOSTO

# Cumpleaños y Santos de Valldejulí

### Cumpleaños Residentes



Marcos  
(3 Agosto)



María  
(11 Agosto)



Carmen  
(27 Agosto)

### Cumpleaños Personal

Karen  
(25 Agosto)

### Santos

Rosa  
(23 Agosto)



— FUNDACIÓ —  
*Valldejuli*