



CARTA **DIRECTOR**

Queridos hermanos y hermanas en Cristo,

Las vacaciones son un tiempo esperado por familias y personas mayores para descansar, viajar o simplemente disfrutar de la tranquilidad del hogar. Sin embargo, estos días también pueden ser una oportunidad para acercarse más a Dios y fortalecer la fe.

Sin las prisas de la rutina diaria, se hace más fácil empezar el día con una oración sencilla, dando gracias por la vida, la familia y la salud. Compartir un breve pasaje de la Biblia puede llenar el corazón de paz y brindar temas de conversación que unan a abuelos, padres y nietos.

Además, el contacto con la naturaleza en paseos o viajes nos invita a contemplar la belleza de la creación y reconocer la mano de Dios en cada detalle, desde el canto de los pájaros hasta la inmensidad del mar. Incluso visitar una iglesia local en un lugar nuevo puede convertirse en una experiencia especial de fe y comunidad.

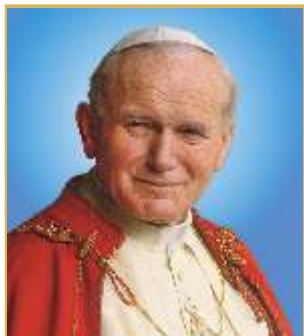
En estos días de descanso, es hermoso recordar que Dios no se va de vacaciones. Está siempre con nosotros, dispuesto a regalarnos momentos de serenidad, alegría y unión familiar.

¡Que Dios los bendiga siempre!

En Cristo,
Mn. Saturnino Rodríguez

JUAN PABLO II FUE UN PAPA SANTO, VALIENTE Y VIAJERO

Defensor de la dignidad humana y apóstol incansable del Evangelio



Juan Pablo II, nacido como Karol Józef Wojtyła el 18 de mayo de 1920 en Wadowice, Polonia, fue un hombre profundamente marcado por la fe y por las tragedias de su tiempo, como la Segunda Guerra Mundial y la opresión comunista. Ordenado sacerdote en 1946, destacó pronto por su inteligencia, espiritualidad y amor por los jóvenes.

El 16 de octubre de 1978 fue elegido Papa, convirtiéndose en el primer pontífice no italiano en más de cuatro siglos. Durante su largo pontificado, viajó por todo el mundo llevando el mensaje del Evangelio, defendiendo la dignidad de la persona humana, la vida y la familia, y proclamando con firmeza: “¡No tengáis miedo!”. Fue un gran promotor del diálogo interreligioso y jugó un papel clave en la caída del comunismo en Europa del Este, especialmente en su patria polaca. Escribió numerosas encíclicas, cartas apostólicas y fue impulsor de las Jornadas Mundiales de la Juventud, acercando a millones de jóvenes a Cristo.

LA REVISTA VALLDEJULI CELEBRA SU PRIMER ANIVERSARIO

Celebramos con alegría el primer aniversario de la “Revista Valldejuli”



Nació con la intención de dar voz y vida a la comunidad de residentes. Durante este primer año, la revista se ha convertido en un espacio de encuentro, memoria y creatividad. Ha sido testigo de relatos entrañables, actividades compartidas, reflexiones personales y, sobre todo, del espíritu cálido y participativo de quienes forman parte de nuestra residencia.

Comenzó como una pequeña idea impulsada por el deseo de conectar y comunicar, se ha transformado en una ventana abierta a las vivencias, intereses y talentos de nuestros residentes. Desde el equipo editorial, queremos agradecer a todos los que han hecho posible esta aventura editorial. ¡Vamos por muchos números más!

¡Feliz primer aniversario, Revista Valldejuli!

COORDINADAS CON NUESTRO EQUIPO

Calendario de actividades

de 10:00h a 12:45h		de 9:30h 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.	

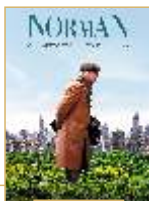
julio
Sábados
CINE
a las 17:00



Día 5



Día 12



Día 19



Día 26

Comer bien para vencer el calor

La alimentación ideal para las personas mayores puedan disfrutar el verano

Cuando suben las temperaturas, el cuerpo necesita menos calorías, pero más hidratación. En las personas mayores, cuidar la alimentación durante el verano no solo ayuda a sentirse mejor, sino que también previene golpes de calor, bajadas de tensión y problemas digestivos.

La clave está en elegir alimentos frescos, ligeros y ricos en agua. Las frutas como la sandía, el melón o las naranjas son excelentes aliadas, al igual que verduras como el pepino, el tomate o el calabacín. Los platos fríos, como gazpachos o ensaladas completas, aportan nutrición.



También conviene apostar por proteínas suaves, como el pescado blanco, el huevo o el pollo cocido al vapor o a la plancha. Un yogur frío, un poco de queso fresco pueden ser opciones sabrosas y fáciles de digerir. Beber agua a lo largo del día es fundamental, aunque no se tenga sed.

La Orquesta del Taxi nos deleitó con un gran concierto



El concierto de la Orquesta Taxi en las residencias Valldejuli fue mucho más que música: fue una tarde cargada de emociones, recuerdos y sonrisas. Desde el primer acorde, el salón se llenó de una energía especial, y era imposible no dejarse llevar por el ritmo y la alegría que transmitían los músicos.

Los ojos de muchos residentes brillaban mientras escuchaban canciones que les recordaban momentos felices de su vida. Algunos tarareaban las letras, otros aplaudían con entusiasmo. Cada gesto, cada mirada cómplice, hablaba del profundo impacto que la música tiene en el alma.

La Orquesta Taxi no solo ofreció un espectáculo musical de gran calidad, sino que se mostró cercana y cariñosa con todos. Interactuaron con los residentes, dedicaron canciones y consiguieron que cada persona se sintiera importante y protagonista de la tarde. Fue conmovedor ver cómo la música rompía barreras y unía generaciones en un mismo sentimiento de alegría y emoción.

FECHAS IMPORTANTES DE JULIO

Cumpleaños y Santos de Valldejuli

Cumpleaños Residentes



Pilar
(3 Julio)



Florentina
(20 Julio)



Rosa
(29 Julio)

Santos

Carmen
(16 Junio)

Gloria
(26 Julio)