



## CARTA DIRECTOR

### **Queridos hermanos y hermanas en Cristo,**

Les deseo un mes lleno de bendiciones y paz. Que cada día esté iluminado por la luz de Dios y que el Espíritu Santo les guíe en todo momento. Sigamos fortaleciendo nuestra fe y amor mutuo, siendo testigos del amor de Cristo en nuestras vidas.

Los encomiendo en mis oraciones.

Con cariño,

**Mn. Saturnino Rodríguez.**

# La Mercè, patrona oficial de Barcelona, junto con santa Eulalia



A la Virgen de la Mercè se le atribuyen algunos milagros. Una noche de verano de 1218, la Virgen se le apareció a la vez en sueño a el rey Jaime I, San Pedro Nolasco y San Ramón Peñafort, pidiendo que fundara una orden religiosa para rescatar a prisioneros cristianos, ése mismo año se fundó la orden de la Mercè.

En 1687, la ciudad sufrió una gran plaga de langosta perjudicando las cosechas y el 25 de septiembre se incendió el convento de la Mercè. El concejo de Ciento se comprometió a nombrarla patrona si liberaba la población de las langostas, hecho que se cumplió en Marzo de 1688. La virgen fue conmemorada todos los veranos. No fue hasta 1868 cuando el Papa Pío IX ratificó la decisión, trasladando su fiesta al 24 de Septiembre.

La virgen de la Mercè pasaba a ser la patrona oficial de la ciudad, título que hasta entonces tenía santa Eulalia en solitario.

---

## ACTIVIDADES DE OCIO Y DIVERSIÓN

# Una vez al mes celebramos nuestro BINGO popular en la sala polivalente



Como parte de nuestras actividades del mes, una de las preferidas de nuestros residentes es el Bingo. Además de ser muy entretenido, es un juego muy beneficioso para las personas mayores, activa múltiples procesos mentales como la atención, la concentración y la memoria inmediata. También se trabaja la percepción visual y auditiva.

A nivel físico se práctica la coordinación de las manos y de la vista y ayuda a repasar el lenguaje matemático reteniendo los diferentes números.

Así que no lo pienses más, te invitamos a jugar al bingo con nosotros, además de compartir divertidos momentos, ejercitas tu mente y cuerpo, no te arrepentirás.

COORDINADAS CON NUESTRO EQUIPO

# Calendario de actividades

Mañanas de 10:00h a 12.00h		de 17:00h a 17:30h	Tardes de 17:30h a 18.00h
Estimulación Cognitiva			Gimnasia Grupal
Lunes	Lenguaje	Misa	Rotadores externos / Estabilidad en la espalda
Martes	Memoria y Percepción	Misa	Vertebrales / Movilidad lumbar
Miércoles	Arteterapia / Manualidades	Misa	Cervicales / Cintura escapular
Jueves	Cálculo y Praxia	Misa	Cervicales / Cintura escapular
Viernes	Juegos de Mesa / Ocio	Misa	Propiocepción / Coordinación
Sábados y Domingos		Misa de 11:00 a 12h. y Juegos de mesa y puzzles de 17:30h a 18:15h.	

septiembre  
**Sábados**  
**CINE**  
a las 17:00



## CONSEJO DE NUESTRO MÉDICO

# El colesterol en personas mayores, los peligros y cómo controlarlo

El colesterol es una sustancia parecida a la grasa que se encuentran en todas las células del cuerpo. Pero si se tienen demasiados, se pueden pegar en las paredes de las arterias, estrechándolas o incluso bloqueándolas. En las personas mayores resulta más complicado controlar el colesterol, sin embargo, con una alimentación sana y ejercicio físico, es la manera más eficaz de combatirlo.

Hay muchos factores que afectar los niveles de colesterol. lo importante es actuar a tiempo. La grasa saturada es la que más influye en el aumento, por eso debemos consumir moderadamente los alimentos como las carnes, los lácteos, productos horneados, fritos y el chocolate.

También controlar el sobrepeso, uno de los factores de riesgo de enfermedad cardíaca y aumento de colesterol. Importantísimo hacer regularmente actividad física (andar, bicicleta, natación).

Las pruebas deben realizarse por lo menos 1 vez al año a partir de los 45 años.



DEL 20 AL 24 DE SEPTIEMBRE DE 2024

# La Mercè, fiesta Mayor de Barcelona, homenaje a la patrona de la ciudad



Como cada año, Barcelona se viste de gala para celebrar "La Mercè" y la ciudad se prepara para celebrar su fiesta mayor, sus calles, plazas y parques se llenarán de música, actividades culturales para todas las edades.

Entre los numerosos actos, destacan la cabalgata de la Mercè, el gran correfoc, la procesión de los gigantes y enanos, las castelleras y las danzas.

Ésta fiesta se ha celebrado desde 1868 en honor a la Virgen de la Mercè.

También se realizan espectáculos de fuegos artificiales en la playa de Barcelona, entre las playas de Sant Miquel y del Somorrostro.

El cierre de la fiesta, en la fuente de Montjuic, se unen la música y los fuegos artificiales, cada año nos asombran con muchas novedades, feliz día de La Mercè.

## FECHAS IMPORTANTES DE SEPTIEMBRE

### Cumpleaños y Santos de Valldejulí

Cumpleaños



María Pilar M.  
(6 Septiembre)



Maria Pilar B.  
(6 Septiembre)



Montserrat B.  
(9 Septiembre)



María Dolores B.  
(10 Septiembre)



Concepción M.  
(29 Septiembre)



Liliana  
(13 Septiembre)



Mónica  
(15 Septiembre)



Guillen  
(26 Septiembre)



Hilda  
(30 Septiembre)

### Santos



Rosalia R.  
(4 Septiembre)



María Dolores B.  
(15 Septiembre)