



CARTA DIRECTOR

Queridos hermanos en Cristo,

La Cuaresma, un periodo de preparación espiritual que conduce a la celebración de la Semana Santa. Este tiempo comienza con el Miércoles de Ceniza, éste año es el día 18 de Febrero, una fecha profundamente simbólica que invita a los fieles a la reflexión, la conversión y la renovación interior.

El Miércoles de Ceniza recuerda a los católicos la fragilidad de la vida humana y la necesidad de volver el corazón a Dios. Al recibir la ceniza, signo de humildad y arrepentimiento, los creyentes asumen el compromiso de vivir la Cuaresma con mayor conciencia espiritual, fortaleciendo valores como la oración, el ayuno y la caridad.

Durante estos cuarenta días, la Iglesia propone un camino de preparación que va más allá de las tradiciones externas. Es un tiempo para el silencio interior, la reconciliación y el crecimiento personal, en el que cada católico es llamado a revisar su vida, renovar su fe y prepararse para vivir con mayor profundidad el misterio de la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesucristo.

La Cuaresma, iniciada con el Miércoles de Ceniza, es así una oportunidad para detenerse, reflexionar y reencontrarse con lo esencial de la fe cristiana, preparando el corazón para la alegría y la esperanza que trae consigo la Semana Santa.

En Cristo,
Mn. Saturnino Rodríguez.

HISTORIA DE LOS SANTOS

Santiago el Menor, distinguido como hijo de Alfeo y "hermano del Señor"



El apóstol Santiago el Menor fue uno de los doce apóstoles de Jesús y suele identificarse como hijo de Alfeo. Recibe el nombre de "el Menor" para diferenciarlo de Santiago el Mayor, hermano del apóstol Juan.

En los evangelios aparece de manera discreta, pero la tradición cristiana destaca su importancia dentro de la Iglesia primitiva. Después de la resurrección de Jesús, Santiago el Menor desempeñó un papel fundamental en la comunidad cristiana de Jerusalén, de la cual es considerado su primer obispo. Fue reconocido por su vida austera, su profunda oración y su fidelidad a las enseñanzas de Cristo.

Se le atribuye un carácter justo y sabio, cualidades que le dieron gran autoridad entre los primeros cristianos. Murió mártir por su fe, arrojado desde lo alto del templo y posteriormente ejecutado, sellando con su vida el testimonio del Evangelio. Su ejemplo sigue siendo modelo de humildad, constancia y entrega total a Dios.

SALIDAS Y ACTIVIDADES EXTRA

Éste mes disfrutaron de la obra musical "Big Bang Beethoven"



Durante la visita al Palau de la Música, los asistentes vivieron una experiencia cultural muy enriquecedora al disfrutar del espectáculo "Big Bang Beethoven". Esta propuesta innovadora presentó la música de Beethoven de una manera dinámica, cercana y llena de energía, combinando interpretación musical, movimiento y una puesta en escena atractiva.



El concierto permitió descubrir la fuerza y la emoción de las obras del compositor desde una perspectiva diferente, despertando la curiosidad y el interés por la música clásica. Además, el entorno incomparable del Palau de la Música hizo que la experiencia fuera aún más especial, convirtiendo la visita en un momento memorable de aprendizaje y disfrute cultural.

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.		

Sábados CINE

a las 16:30



CONSEJOS DE NUESTRO MÉDICO

Virus estomacales: qué son y cómo tratarlos en personas mayores

Los virus estomacales o gastroenteritis víricas son infecciones frecuentes que afectan al sistema digestivo y se manifiestan con síntomas como diarrea, vómitos, náuseas, dolor abdominal y cansancio. En las personas mayores pueden resultar más molestos, principalmente por el riesgo de deshidratación, por lo que es importante prestar atención a los primeros signos y actuar con rapidez.

El tratamiento se basa en aliviar los síntomas, ya que no existe una medicación específica para eliminar el virus. La hidratación constante es fundamental, junto con el reposo y una alimentación ligera cuando el apetito lo permita. El seguimiento por parte del personal sanitario es clave para controlar la evolución y prevenir complicaciones, especialmente en residentes con enfermedades previas.



La prevención es la mejor herramienta para evitar el contagio. Mantener una buena higiene de manos, limpiar y desinfectar adecuadamente los espacios, extremar el cuidado en la manipulación de alimentos y avisar ante los primeros síntomas ayuda a mantener un entorno seguro en la residencia.

Terapias con perros: bienestar que se siente y se comparte



Varios días al mes, nuestra residencia se llena de una energía especial gracias a las sesiones de terapia asistida con perros, una actividad que se ha convertido en uno de los momentos más esperados por muchos de nuestros residentes. Estos encuentros no solo aportan alegría y entretenimiento, sino que también tienen un impacto muy positivo en el bienestar emocional, físico y social de las personas mayores.

El contacto con los perros favorece la relajación, reduce el estrés y la ansiedad, y estimula recuerdos y emociones positivas. Durante las sesiones, los residentes pueden acariciarlos, hablarles, jugar con ellos o simplemente disfrutar de su compañía. Estas interacciones fomentan la comunicación, mejoran el estado de ánimo y ayudan a combatir la sensación de soledad, creando un ambiente cercano y lleno de afecto.

Además, la terapia con perros contribuye a mantener la actividad física y cognitiva de forma natural y agradable, adaptándose siempre a las capacidades de cada persona. La sonrisa de los residentes y su entusiasmo al esperar cada visita confirman que esta iniciativa es mucho más que una actividad: es una experiencia terapéutica que refuerza el vínculo emocional y mejora la calidad de vida en nuestro día a día.



FECHAS IMPORTANTES DE FEBRERO

Cumpleaños y Santos de Valldejuli

Cumpleaños Residentes



Rosalía
(28 Enero)

Cumpleaños Personal

Jimmy
(22 Enero)