



CARTA **DIRECTOR**

Queridos hermanos y hermanas en Cristo,

Después de las vacaciones llega el momento de reencontrarnos, recuperar nuestras rutinas y comenzar una nueva etapa llena de actividades. En la residencia hemos preparado diferentes propuestas pensadas para que todos nuestros residentes puedan participar, disfrutar y mantenerse activos.

Durante estas semanas podremos disfrutar de musicoterapia, terapia asistida con perros, club de lectura y sesiones de fisioterapia, entre muchas otras actividades. Cada una de ellas nos ofrece beneficios diferentes: estimulación de la memoria, movimiento, bienestar emocional, compañía y, sobre todo, momentos para compartir.

La vuelta a la rutina es una buena oportunidad para marcarnos pequeños objetivos, mantenernos activos y disfrutar de nuestro día a día.

¡Os esperamos con mucha ilusión para comenzar juntos esta nueva etapa!

¡Que Dios los bendiga siempre!

MADRE TERESA DE CALCUTA

Una vida dedicada a dar amor y ayudar a los demás



Madre Teresa de Calcuta fue una mujer que dedicó gran parte de su vida a cuidar y acompañar a las personas más necesitadas. Nació en 1910 y, movida por su vocación de servicio, fundó las Misioneras de la Caridad, una congregación dedicada a ayudar a personas enfermas, pobres y abandonadas.

Su ejemplo nos recuerda que los pequeños gestos de cariño, compañía y solidaridad pueden tener un gran valor. Para ella, ayudar a los demás no siempre requería grandes acciones; muchas veces bastaba con ofrecer una sonrisa, escuchar o estar al lado de quien lo necesitaba.

En 1979 recibió el Premio Nobel de la Paz por su labor humanitaria. Su vida nos deja un mensaje que sigue siendo actual: cuidar, acompañar y tratar a los demás con cariño es una de las formas más bonitas de hacer del mundo un lugar mejor.

ACTIVIDADES, LA MÚSICA TAMBIÉN CUIDA

Musicoterapia: momentos para recordar, sentir y compartir



Cada dos semanas, en nuestra residencia disfrutamos de una actividad muy especial: sesiones de musicoterapia. A través de canciones, ritmos y melodías creamos un espacio para disfrutar, expresarnos y compartir buenos momentos.

La música puede aportar importantes beneficios en las personas mayores: estimula la memoria y la atención, favorece la expresión de emociones, mejora el estado de ánimo y fomenta la comunicación y las relaciones sociales. Además, escuchar canciones conocidas puede despertar recuerdos y experiencias que forman parte de nuestra historia personal.

Por eso, cada sesión es mucho más que escuchar música: es una oportunidad para sonreír, recordar, participar y conectar con los demás. ¡Os animamos a seguir disfrutando de la música y a dejar que cada canción nos regale un momento especial!

CALENDARIO DEL MES DE SEPTIEMBRE

Actividades extraordinarias

TERAPIA ASISTIDA con PERROS

Jueves 3 y 17

Lugar: **Sala Multidisciplinar** / Hora: **17:30h**

MUSICOTERAPIA

Lunes 7 y 21

Lugar: **Sala Multidisciplinar** / Hora: **10:00h**

CATEQUESIS para ADULTOS

Previo aviso del sacerdote

Lugar: **Capilla** / Hora: **16:30h**

CONFESIONES ACOMPANIAMIENTO

Previo aviso del sacerdote

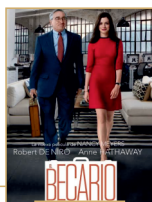
CIRCULO DE LECTURA

Lunes 14 y 28

Lugar: **Sala Multidisciplinar** / Hora: **10:00h**

**Animate a participar
en todas nuestras actividades**

septiembre
Sábados
CINE
a las **16:30**



Día 5



Día 12



Día 19



Día 26

RECOMENDACIONES DE NUESTRO MÉDICO

Caminar, una medicina para el bienestar de los residentes

Como profesionales de la salud, recomendamos mantenernos activos siempre que nuestras condiciones físicas lo permitan. Un paseo corto por los alrededores de la residencia puede aportar grandes beneficios: favorece la movilidad, ayuda a mantener la fuerza y el equilibrio y contribuye a mejorar el estado de ánimo.

No es necesario caminar largas distancias. Unos minutos al aire libre, a nuestro propio ritmo y con el acompañamiento necesario, son suficientes para empezar a notar sus beneficios.



Cada paso cuenta. Por eso, os animamos a incorporar estos pequeños paseos a vuestra rutina diaria. Cuidar de nuestra salud también puede ser tan sencillo como ponerse los zapatos y salir a caminar.

COMPAÑEROS QUE NOS HACEN SONREÍR

Terapia asistida con perros: cariño, compañía y bienestar



Cada dos semanas, en nuestra residencia tenemos la oportunidad de disfrutar de una actividad muy especial: la terapia asistida con perros. La presencia de estos animales nos ofrece momentos de cariño, alegría y conexión.

El contacto con los perros puede ayudar a mejorar el estado de ánimo, reducir la sensación de soledad y ansiedad, estimular la memoria y favorecer la comunicación y las relaciones sociales. Además, acariciarlos, hablarles o participar en pequeños juegos nos anima a movernos y a mantenernos activos.

Más allá de sus beneficios, estos encuentros nos regalan algo muy importante: momentos de ilusión, ternura y compañía. ¡Os animamos a participar, disfrutar de su compañía y dejar que estos pequeños amigos nos regalen una sonrisa!

FECHAS IMPORTANTES DE SEPTIEMBRE

Cumpleaños y Santos de Valldejuli

Cumpleaños Residentes



Pilar
(6 Septiembre)



Montse
(9 Septiembre)



Dolores
(10 Septiembre)



Concepción
(29 Septiembre)

Santos

Rosalía
(4 Septiembre)

María C.
(12 Septiembre)

María B.
(12 Septiembre)

Dolores
(15 Septiembre)