

10 MANDAMIENTOS DE LA VEJEZ

1. Cuidarás tu presentación todos los días. Arréglate como si fueras a una fiesta. Qué más fiesta que la vida.
2. No te encerrarás en tu casa ni en tu habitación. Nada de jugar al enclaustrado o al preso voluntario. El agua estancada se pudre y la máquina inmóvil se enmohece.
3. Amarás al ejercicio físico como a ti mismo. Un rato de gimnasio, una caminata razonable dentro o fuera de casa.
4. Evitarás actividades y gestos de viejo derrumbado. La cabeza gacha, la espalda encorvada, los pies arrastrándose. ¡No!
5. No hablarás de tu vejez ni te quejarás de tus achaques. Con ello, acabarás por creerte más viejo y más enfermo de lo que en realidad estás. Deja de autollamarte viejo y considerarte enfermo.
6. Cultivarás el optimismo sobre todas las cosas. Al mal tiempo buena cara. La vejez no es cuestión de años sino un estado de ánimo.

7. Serás útil a ti mismo y a los demás. Bástate hasta donde sea posible y ayuda. Ayuda con una sonrisa, con un consejo.

8. Trabajarás con tus manos y tu mente. El trabajo es la terapia infalible. Cualquier actitud intelectual, artísticas...

9. Mantendrás vivas y cordiales las relaciones humanas. Desde luego que las que anudan dentro del hogar, integrándose a todos los miembros de la familia. Ahí tienes la oportunidad de convivir con todas las edades, niños, jóvenes y adultos, el perfecto muestrario de la vida.

10. No pensarás que todo tiempo pasado fue mejor. Deja de estar condenando a tu mundo y maldiciendo tu momento.

¡No te olvides de reír a menudo para mantener la salud!



A. S. V. A. I.
Asociación Vallisoletana de Ayuda
a la Ancianidad y a la Infancia



***Esta programación esta sujeta a posibles modificaciones, si fuese necesario.**

FIESTAS

Ntra. Sra. Del Carmen



**Del 9 al 16 de Julio
2018**

FIESTAS DE NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN

NOVENA y ROSARIO a la

Virgen del Carmen desde el 7 al 15 de Julio.

A las 19:00 Horas en la CAPILLA.

LUNES 9 DE JULIO

11:30 Horas. BINGO MUSICAL CON REGALO DIRECTO. SALÓN DE ACTOS.

17:15 Horas. TALLER DE MANUALIDADES ESPECIAL VERANO. SALÓN DE ACTOS.



MARTES 10 DE JULIO

11:15 Horas. TALLER ESPECIAL DEL VERANO. SALÓN DE ACTOS.

17:15 Horas. TALLER DE MUSICA Y PALABRAS. SALÓN DE ACTOS.

MIERCOLES 11 DE JULIO

11:30 Horas. ACTIVIDAD ESPECIAL A CARGO DEL COLEGIO SAFA ARCAS REALES. SALÓN DE ACTOS.

17:15 Horas. RECUERDO A FELIX RODRIGUEZ DE LA FUENTE. SALÓN DE ACTOS.

JUEVES 12 DE JULIO

11:00 Horas. GYMкана.

PATIO TRASERO



17:30 Horas. ACTUACIÓN DEL GRUPO DE VARIEDADES "FRAY ANTONIO ALCALDE" DE CIGALES. SALÓN DE ACTOS.



VIERNES 13 DE JULIO

11:00 Horas. PROYECCION DEL MONTAJE DE FOTOS RECORDANDO LOS 98 AÑOS DE LAS HERMANAS FRANCISCANAS EN ESTA CASA. SALÓN DE ACTOS.

11:30 Horas. CINE 1ª PARTE "HA LLEGADO UN ANGEL". SALÓN DE ACTOS.

17:15 Horas. CINE 2ª PARTE "HA LLEGADO UN ANGEL". SALÓN DE ACTOS.

LUNES 16 DE JULIO



8:15 Horas. ROSARIO DE LA AURORA Y

PROCESIÓN DE LA VIRGEN A HOMBROS POR LA RESIDENCIA, SALIDA

DESDE LA CAPILLA.

11:00 Horas. EUCARISTÍA CANTADA POR EL CORO DE LA RESIDENCIA.



20:30 Horas. VERBENA. Amenizada por DISCOMOVIL MOSQUITO POL. EN EL JARDIN CON PASTAS Y SANGRIA PARA TODOS.

EXPOSICIÓN DE TRABAJOS MANUALES

**DEL 9 AL 17 DE JULIO
EN EL HALL DE LA CAPILLA**