



*Hermanas*  
*Guadalupanas de La Salle*

**COLECCIÓN**  
**“DOCUMENTOS DEL INSTITUTO”**  
**NO. 2**

*“Es tu Obra Señor”*

## *Hermanas Guadalupeanas de La Salle*

### PLAN DE GERIATRÍA



#### *AL ATERDECER DE LA VIDA*

*Al atardecer de la vida  
es el momento de la paz  
del gozo de seguir viviendo,  
de disfrutar de lo importante.*

*Ahora es el momento  
de dedicarnos  
a lo verdaderamente especial  
a lo que nunca termina.*

*para que, cuando cae la tarde,  
podamos descansar en la ternura  
de tu Corazón abierto  
y ser examinados en el amor.*

**TITULO:**

**DISFRUTEMOS NUESTRA VIDA CON FE, ALEGRÍA Y  
DIGNIDAD**

“La edad no es una barrera para sentirte plena”

**+ Justificación:**

Debido a que en el Instituto la mayoría de las Hermanas son mayores, respondiendo al llamado del X Cap. Gral. Línea de



Acción 5.4.2.4 vemos la necesidad de sugerir diferentes temas, actividades, cursos que ayuden al bienestar de cada una de ellas de acuerdo a la etapa en la que se encuentran viviendo.

**ILUMINACIÓN:** (Carta de san Juan Pablo II a los ancianos 1999)

Con la presente carta deseo solamente expresar mi cercanía espiritual, con el estado de ánimo de quien, año

tras año, siente crecer dentro de sí una comprensión cada vez más profunda de esta fase de la vida y, en consecuencia, se da cuenta de la necesidad de un contacto más inmediato con sus coetáneos, para tratar de las cosas que son experiencia común, poniéndolo todo bajo la mirada de Dios, el cual nos envuelve con su amor y nos sostiene y conduce con su providencia.

Queridas hermanas, a nuestra edad resulta espontáneo recorrer de nuevo el pasado para intentar hacer una especie de balance. Esta mirada retrospectiva permite una valoración más serena y objetiva de las personas que hemos encontrado y de las situaciones vividas a lo largo del camino. El paso del tiempo difumina los rasgos de los acontecimientos y suaviza sus aspectos dolorosos. Por desgracia, en la existencia de cada uno hay sobradas cruces y tribulaciones. A veces se trata de problemas y sufrimientos que ponen a dura prueba la resistencia psicofísica y hasta conmocionan quizás la fe misma. No obstante, la experiencia enseña que, con la gracia del Señor, los mismos sinsabores cotidianos contribuyen con frecuencia a la madurez de las personas, templando su carácter.

Cuando pasan los años, nuestra vida se tiene que hacer como el buen vino que, conforme va pasando el tiempo,

se va haciendo mejor, tiene más olor y más sabor, es de mejor calidad. Es cuestión como decía el Beato Hermano Rafael Arnáiz, se saber esperar, y añadió:

“Toda nuestra ciencia consiste en saber esperar...Esperar con fe, con amor, con santa paz; es la única alegría de vivir, arder en amor a Dios y saber que ese Dios nos espera...Deja que Dios se apodere de ti y entonces, tu vida será una espera, una espera serena”.

Hemos sido creados para vivir. La vida es siempre el regalo de Dios. Acogerla y entregarla, es la mayor sabiduría. Dios, que es la Vida, nos recuerda que, cuando pasan los años, nos acercamos a saborear la verdadera vida, que se inicia aquí y tiene su culminación en la eternidad con el abrazo definitivo con quien es la Vida, con Dios.

+ **Objetivo General:** Ayudar a las Hermanas mayores a mantenerse activas y a que vivan en plenitud y con dignidad su etapa aceptando las limitaciones como posibilidad de crecimiento.

Objetivos Específicos:

1. Reconocer las debilidades y limitaciones de la Hermana mayor, que requiere ser siempre acompañada.

2. Motivar a las Hermanas mayores para que a través de su oración ofrezcan su cansancio y sus enfermedades por las vocaciones, los niños, los jóvenes y las familias.
3. Programar actividades de acuerdo a la organización de la comunidad que ayuden y mantengan activas, tanto física como mentalmente a las Hermanas mayores.

**+Lugares:**

En México, Colombia y donde hay hermanas mayores.

**+ Destinatarios directos:**

Hermanas mayores

**+ Calendario:**

Durante el sexenio 2016-2022

La programación se irá dosificando en el Plan Anual.

**+ Actividades, tareas y metodología:** Qué tipo de acciones formarán parte del proyecto y cómo se realizarán.

<b>ACTIVIDADES PROGRAMADAS</b>	<b>MATERIAL</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLES</b>
Juegos de mesa.	Damas chinas	Un día a la semana	Directoras, con apoyo de las Hermanas de la Comunidad y responsable de la Formación.
Computación	Computadoras		
Separar granos y semillas.	Juega y no te enojés.		
Rompecabezas.			
Actividades con gimnasia cerebral.	Canicas		
Sopa de letras.	Uno		
Diálogos informales.	Serpientes y escaleras		
Lecturas breves.			
Película o videos cortos.	Lotería...		
Organizar algunos torneos entre ellas.	Dados		
Programar visitas de algún experto.	Yute Pelotas		
Papiroflexia.			
Manualidades.			
Uso de pinzas de ropa.			
El rasgado.			
Plastilina.			
Realizar material para fiestas cívicas, litúrgicas y congregacionales.			
Manipulación de pelotas.			
Juegos con			

pinturas vinci.			
Costura.			
Bordado.			
Tejido.			
Rosarios.			
Zumba.			
Karaoke.			
Taller de música			
Ejercicios físicos Armar collage sobre algún tema.			
Deshilar yute.			
Visita de alumnos de los colegios cercanos.			
Separar objetos según el color o tamaño.			

### + Recursos:

Recursos humanos: Hermanas mayores, directoras, Hermanas jóvenes (especialmente las de formación), personas invitadas.

Recursos lúdicos: material pedagógico.

### + Presupuesto:

Compra de material, pagos y/o gratificaciones, adquisición de incentivos, viajes y viáticos.

### + Evaluación:

La evaluación de las actividades que se programan en cada comunidad serán evaluadas después de haber realizado las actividades, y dicha evaluación se hará llegar a la Hna. Ana Bertha.

Las actividades programadas por personas que visiten a la comunidad serán evaluadas el mismo día de la aplicación e igualmente se harán llegar los resultados a la misma Hna. Ana Bertha.

### *CALENDARIO DE ACTIVIDADES 2017/2018*

COMUNIDAD	FECHA	ACTIVIDADES REALIZAR	A	RESPONSABLE
Comunidad: "San Juan Bautista de la Salle"	26/08/17	Lectura breve Juegos mesa Computación Papiroflexia Ejercicios físicos Armar collage sobre algún tema Sopa de letras		Hna. Bertha Hna. Directora Hna. Cecilia Hnas. Escolásticas Hna. Juany Hna. Victoire
Comunidad: "Juan Pablo II"	30/09/17	Lectura breve Juegos mesa Sopa de letras		Hna. Bertha Hna. Directora

		Separar granos y semillas. Papiroflexia Rompecabezas	Hna. Ninoska
Comunidad: "Divina Providencia"	07/10/17	Lectura breve Juegos mesa Papiroflexia Torneo de pinzas Participación alumnos de "Fromental La Salle"	Hna. Bertha, Hna. Directora, Hna. Martha y Hnas. Escolásticas
Comunidad: "San Juan Bautista de la Salle"	25/11/17	Lectura breve Juegos mesa Separar granos y semillas. Rompecabezas. Sopa de letras.	Hna. Bertha Hna. Directora Hna. Cecilia Escolásticas Hna. Juany
Comunidad: "Divina Providencia"	21/01/18	Lectura breve Juegos mesa Separar granos y semillas. Video Rompecabezas. Sopa de letras.	Hna. Bertha, Hna. Directora, Hna. Martha y Hnas. Escolásticas

<p>Comunidad: "Juan Pablo II"</p>	<p>18/02/18</p>	<p>Lectura breve Juegos mesa Sopa de letras Actividades con gimnasia cerebral. Participación alumnos la "Salle Cayroche"</p>	<p>Hna. Maricela Hna. Directora Hna. Ninoska</p>
<p>Comunidad: "San Juan Bautista de la Salle"</p>	<p>17/03/18</p>	<p>Lectura breve Juegos mesa Computación Papiroflexia Sopa de letras Actividades con gimnasia cerebral.</p>	<p>Hna. Bertha Hna. Directora Hna Cecilia Escolásticas Hna.Victoire</p>
<p>"Juan Pablo II"</p>	<p>14/04/18</p>	<p>Lectura breve Juegos de mesa Realizar material para fiestas cívicas, litúrgicas y congregacionales Sopa de letras</p>	<p>Hna. Bertha Hna. Directora Hna. Ninoska</p>

Comunidad: "Divina Providencia"	05/05/18	Lectura breve Juegos de mesa Realizar material para fiestas cívicas, litúrgicas y congregacionales	Hna. Bertha, Hna. Directora, Hna. Martha y Hnas. Escolásticas
Comunidad: "San Juan Bautista de la Salle"	09/06/18	Lectura breve Juegos mesa Realizar material para fiestas cívicas, litúrgicas y congregacionales	Hna. Bertha Hna. Directora Hna Cecilia Escolásticas Hna. Juany
Comunidad: "Juan Pablo II"	30/06/18	Lectura breve Juegos mesa Realizar material para fiestas cívicas, litúrgicas y congregacionales	Hna. Bertha Hna. Directora Hna. Ninoska

