

XVI ENCUENTRO DE HERMANAS

MAYORES: 4/06/2016

Encuentro esperado y deseado por todas nosotras, de manera especial por las hermanas de la comunidad de Bonanova. Los preparativos ya hace muchos días que están en marcha. Canciones, carteles, la sala, el comedor...

Al inicio de la mañana nos hemos ido encontrando y saludando con cariño. Una oración bien preparada por la comunidad de el Prat nos puso a tono, rezamos y compartimos nuestra oración agradecida al Dios de la vida. Este día, nos acompaña también Rosa Macià que acaba de llegar del Paraguay y se incorpora a nuestra Provincia. Ha sido un buen momento para poder saludarnos mutuamente.

Rehacemos nuestras fuerzas con un pequeño desayuno y a continuación nos reunimos en la sala para escuchar una conferencia que lleva por título: "UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE" a cargo de la Dra. Concha Ferriz. Hizo una exposición clara y con muy buenas ilustraciones. Nos dijo que una buena nutrición tiene una gran influencia en toda nuestra persona: cuerpo físico, emocional, mental, espiritual. Un todo que funciona con armonía y en el que tiene una parte muy importante la alimentación.



Nos pone un poco al día de diferentes corrientes en el tema según las personas que han realizado estudios con más profundidad. Nos habla de la importancia de tomar alimentos ecológicos de proximidad ya que tienen más nutrientes. Pocos cocinados, cociones saludables, al vapor, pocos aceites, más pescado y menos carnes rojas y recuperar el tesoro perdido que son las legumbres. Grasas saludables Omega3 y Omega6. Verduras, frutas, hortalizas... Es importante ser conscientes de nuestra alimentación:

Comer despacio y no llenar el estómago más del 80% de su capacidad.

Después de escuchar todo esto compartimos la comida. Esta ha sido preparada con todo detalle y delicadeza por las hermanas encargadas de la casa, Ma Àngels y Lucia.

Un poco de descanso y pasamos a la tarde con la animación correspondiente:

Canto por el coro de las hermanas de la Bonanova, chistes, trabalenguas...

Una pequeña representación con motivo del año Cervantes y un final de fiesta con unas danzas africanas a cargo de un grupo especializado. Nos dejaron maravilladas con el toque de tambores, tam-tams y otros instrumentos propios de la tierra africana, tocados con pasión y mucha energía.



Con los agradecimientos y abrazos correspondientes a la fiesta y encuentro de las hermanas, vamos volviendo cada una de nosotras a nuestras comunidades respectivas.

ASAMBLEA

COSECHA 18/06/2016

Haciendo el bien...

Educando, sanamos y
sanando, educamos



¿Qué actitudes son importantes
para que nuestra realidad se
pueda transformar?



¿Qué cambios he descubierto en mí y en mi
entorno últimamente?



Agradecemos y compartimos los **DINAMISMOS** descubiertos





MIRAMOS A JESÚS

Jesús enseña a los suyos una manera nueva de estar en la vida: bienaventurados...

Jesús enseña de manera nueva, con autoridad

Les da autoridad para curar y les envía a proclamar el Reino

Jesús recorre toda la Galilea enseñando, proclamando la Buena Nueva del Reino y sanando toda enfermedad

Este encuentro ha estado lleno del deseo de vivir el CARISMA a fondo.

El canto de inicio, SEGUIR AMANDO nos ha introducido de lleno en el tema del encuentro.



*“Educando donde nadie
educa*

*Junto a aquel enfermo que
te mira...*

*En el niño
abandonado que nos grita...*

*La presencia con los que
hoy sufren...”*

Las comunidades y los laicos hemos presentado, de manera breve, la misión que llevamos a cabo en este momento.

Acabamos este encuentro con el himno del Bicentenario y un aperitivo.

Ma. Eulàlia Feixas

UNA MUJER, UN SUEÑO

UNA AVENTURA MISIONERA

EL MISMO DIOS QUE INSPIRÓ

TUS PASOS

MUEVE NUESTRO CAMINAR

NOS ALIENTA, JESÚS, AL ANDAR.

UNA MUJER, UN SUEÑO

UNA AVENTURA MISIONERA

TU CORAZÓN, DE MUJER Y MADRE

DOSCIENTOS AÑOS DESPUÉS

SIGUE ALUMBRANDO EL AMOR.

