

CV
DE
Revista

11 al 17 de febrero de 2007



Segundo Certamen de décimas

Entérate



El próximo miércoles, 13 de febrero Caridades presenta a El Visitante, su Director, equipo de trabajo y operaciones semanales. ¡No se lo pierda! (Foto YR)

Caridades por Teleoro

José A. Rodríguez González
redaccionsjc@elvisitante.biz

El programa Caridades, de Servicios Sociales Católicos de P.R. y Caritas-P.R., que lleva unos cuatro años al aire, se transmite los miércoles a las 8:30 a.m. Américo Pablo López Ortiz es el presentador del programa y director de ambas instituciones caritativas, organizadas por la Iglesia en pro de justicia social.

En entrevista para El Visitante, el moderador, manifestó que la finalidad del programa es presentar la obra social de la Iglesia tanto en Puerto Rico como en el extranjero; y colaborar con la nueva Evangelización, enfatizando la pastoral social. “En el programa se tienen entrevistas de personalidades, se visitan instituciones de caridad y justicia social para llevar al pueblo la información de la obra que realizan y se discuten temas de interés, sobre todo en el aspecto social y religioso”, informó Américo.

Sobre los frutos de la programación, sostuvo: “El programa ha hecho que se genere mucha correspondencia de personas interesadas en colaborar como voluntarios de Servicios Sociales Católicos de Puerto Rico, así como consultas sobre distintos aspectos de la pastoral social. Ayuda a formar a nuestros líderes en las comunidades parroquiales; los cuales tienen a su cargo como agente de pastoral la obra social de la Iglesia en sus parroquias. Se difunden los documentos papales sobre la Doctrina Social de la Iglesia y los discute para conocimiento de los televidentes. El programa de televisión es como un tele periódico que difunde el contenido de la revista caridades, que se publica para llevar el mensaje de la Iglesia sobre los problemas sociales y sus soluciones cristianas”.

Para mayor información puede escribir a: Servicios Sociales Católicos de Puerto Rico, PO BOX 8812, San Juan, P.R., 00910 ó llamar al 787-727-7373. Además, la dirección electrónica es ssc@arqsj.org y la página interactiva es www.sscpr.org.

No te pierdas Caridades todos los miércoles, a las 8:30 a.m. por Teleoro, canal 13.

Entérate



EXPO: Manos Unidas por Puerto Rico

Fondos Unidos de Puerto Rico te invita a visitar la Expo: Manos Unidas por Puerto Rico en Plaza Del Caribe en Ponce. Del 8 al 11 de febrero tendrás la oportunidad de conocer la labor de ayuda y los servicios que ofrecen 18 instituciones sin fines de lucro, afiliadas a Fondos Unidos, en el beneficio de nuestro pueblo.

Durante el evento, se ofrecerán charlas educativas y de salud, habrá entretenimiento para niños y oportunidades para colaborar, entre otras sorpresas. Para más información puede comunicarse con Luz Marina Zuluaga, Gerente de Marca, al 787-728-8500 ext. 228 o al 787-448-9898.

Sierra Club de Puerto Rico Calendario de excursiones y actividades

febrero

domingo, 18

Los Enanos del Yunque

Visita y caminata al Bosque Enano del Yunque con un guía oficial del Servicio Forestal. Disfrutaremos de la biodiversidad, flora, fauna y el compañerismo a.m.biental. **Encuentro:** 9:30 a.m. **Regreso:** 3:00 p.m. **Nivel:** Mod/Difícil **Traer*:** \$4 para el guía, traje de baño, almuerzo **Contacto:** Santiago Acevedo, 787-292-6782, 787-983-4974 **(requiere reservación)**

boque húmedo subtropical hasta la cima de la montaña que le da su nombre y desde donde tendremos una vista espectacular. **Encuentro:** 9:00 a.m. **Regreso:** 1:00 p.m. **Nivel:** Moderado/Difícil **Traer*:** Agua, gafas de sol, sombrero, merienda, bloqueador solar, zapatos cómodos, repelente de insectos. **Contacto:** Gonzalo de León 781-7899/253-2571 papalion@hotmail.com o Sheila Galíndez 242-3769 (requiere reservación)

domingo, 25

Costa Norte a Costa Sur

Caminaremos por una vereda dentro del Bosque Estatal de Guilarte clasificado como un

El Sierra Club y sus 800 mil miembros, inspirados por la naturaleza, trabajan juntos para proteger las comunidades y el planeta.
www.puertorico.sierraclub.org * 787-688-6214 * ca.m.illa.feibelman@sierraclub.org

Clínicas de Vacunación y Servicios Veterinarios REGISTRA A TU MASCOTA

En Carolina

Supermercados Amigo se une a Animal Services para ofrecerte los servicios veterinarios básicos y de identificación que tu mascota necesita. Tenemos ofertas de vacunación de \$20 dólares en adelante. El domingo, 11 de febrero estaremos en el Supermercado Amigo de Central Plaza (Piñero - San Patricio) de 11 a.m. a 4 p.m.

También se estarán ofreciendo servicios veterinarios a bajo costo y tratamientos de condiciones tales como sarna, pulgas y garrapatas. Para más información, pueden llamar al 787-764-1339 ó al 787-237-8267 o visitar la página Web www.animalservicespr.com.



Amor a la décima y a El Visitante

Yarelis del Carmen Rivera
evrevista@elvisitante.biz

Genéricamente una décima en poesía es una estrofa constituida por 10 versos octosílabos, según explica el Diccionario de la Real Academia Española. Por otro lado, las investigaciones realizadas por el doctor Marcelino Canino, especialista en folclor puertorriqueño, reflejan que la décima es una forma poética que llegó a la Isla durante el siglo XVI. Su invención se atribuye al escritor español Lope de Vega, o al poeta Vicente Espinel.

El Visitante, en su empeño por preservar las tradiciones y el folclor local, celebró por segunda ocasión el Certamen de Décimas Cántale al Amor y a El Visitante.

Felicitemos a nuestros ganadores de este año, José “Pepe” García, Luz “Lucy” Ruiz y Jorge Santiago. Igualmente, agradecemos a las decenas de participantes de toda la Isla, quienes enviaron sus composiciones. Será hasta un próximo certamen.

PRIMER LUGAR

Décimas a El Visitante

Nunca he sido trovador,
Yo no sé de improvisar:
Pero es bonito cantar
Cuando se canta al Amor...
Porque en el alma el calor
Crece y crece a cada instante,
Y nada es más importante
Que mantener la ilusión;
Porque es una bendición
Que hace que el corazón cante...

Periódico El Visitante:
Tienes también tu misión,
Por eso en cada edición
Tu calidad es constante...
Hoy eres - igual que antes -
De la Iglesia fiel aliado;
De su doctrina impregnado
En cada página estás:
Por amor a la Verdad
Tienes al pueblo informado...

Puedo hallar El Visitante
En parroquias y en capillas
De Cabo Rojo a Río Grande,
De Guayama hasta Aguadilla...
Nuestro periódico brilla
Como luz en la mañana:
En él, información sana
Siempre podemos hallar
Por que es la voz titular
de la Iglesia borincana...

Hoy, mi musa principiante
Ha encontrado inspiración
Y al Señor de la creación
Rinde gloria en el instante...
Al Amor y a El Visitante
Estos versos les dedico...
Y a la Virgen le suplico
Que bendiga y dé favor
¡A El Visitante, el mejor
Semanario en Puerto Rico!

José M. (Pepe) García Ressay
Mayagüez

SEGUNDO LUGAR

El amor y El Visitante

Sin nace en tu corazón
el deseo de servir
y con otros compartir
la gracia y la bendición,
recuerda en esta ocasión
un sentimiento importante
que lleva el hombre adelante
perfecciona su interior,
reafirma este valor,
“Amor en El Visitante”.

Este regalo es virtud
que del cielo ha bajado
un diario muy renombrado
en grandeza, en plenitud,
excelencia y rectitud,
redacción impresionante,
para el lector que es amante
de la exquisita lectura
en calidad y en altura
es amor “El Visitante”.

Dichoso aquel que al leer
encuentra sana escritura
que enaltece su cultura
acrecienta su saber,
de la mano en el deber
al cristiano caminante,
como bueno peregrinante
su sed añora saciar
católico has de encontrar
“Amor en El Visitante”.

No actúa con bajeza
este ejemplar rotativo
centinela siempre activo
exalta con delicadeza
la real naturaleza,
de la noticia al instante
hechos que son alarmantes
redacta con claridad
es historia y es verdad
que es “Amor al Visitante”.

Luz “Lucy” S. Ruiz
Aguada

TERCER LUGAR

El Amor y el Visitante

El amor y El Visitante
van cogidos de la mano
es obra del Soberano
por eso es edificante
redacta lo refrescante
es como jardín en flor
catequista, informador
la tragedia no edifica
y en todo tiempo predica
Dios, que tu eres amor.

Yo eterno enamorado
me dieron donde me gusta
la oportunidad es justa
y lo canto con agrado
mi tema es el consagrado
porque Él es el dador
nos manda al consolador
Dios Padre no tiene igual
roconozco su sitial
mi Dios tú eres amor.

Tú te sentirás triunfante
si vives el compartir
y en común unión vivir
haciendo lo edificante
tenemos El Visitante
verdadero informador
describe con esplendor
trayendo la buena nueva
y al cristiano que promueva
Dios que tú eres el amor.

El catorce de febrero
dicen es de enamorados
piensa en quien tienes al lado
si es bueno y sincero
si tiene amor verdadero
que denote esplendor
no promueva el desamor
si es cristiano que se note
que su alegría se brote
porque Dios es el amor.

A todo aquél que dedica
al Visitante su tiempo
ordinario o en adviento
o si en cuaresma predica
es labor que justifica
ése es un amador
si expone con esplendor
las palabras del amado
lo declarado consagrado
por mi Dios que es amor.

Jorge Santiago Ortega
Naranjito





Frases
Célebres

Beato Luis Variara:

“No me hago ilusiones, todo lo dejo en manos de la Virgen María”.

Sabías que...

Sobre la vestimenta litúrgica

La vestimenta de un celebrante en la liturgia consiste en cinco prendas fundamentales.

El amito, debajo del alba; el alba, túnica blanca; el cíngulo, cordón que se utiliza como correa; la estola, banda a través del cuello que cae hasta las rodillas; y la casulla.

OK, no es el regalo más romántico, pero siempre es bueno dar un detalle a nuestros seres queridos en cualquier ocasión.

Regala EL VISITANTE

Para suscripciones, llama al 787-728-3710 o envíanos un e-mail a serviciocliente@elvisitante.biz



de PELÍCULA con Luis Trelles

ESTRENO

Dreamgirls

Procedencia: Estados Unidos
Género: Musical
Director: Bill Condon
Protagonistas: Beyoncé Knowles, Jaime Foxx y Eddy Murphy
Clas. Católica: A-3, mayores, por complicaciones románticas que incluyen el adulterio, un hijo nacido fuera de matrimonio, uso de drogas, lenguaje crudo y vulgaridad presente en las presentaciones teatrales.
Clas. Industria: PG-13, se advierte con insistencia a los padres o guardianes que algún material del contenido en esta película podría resultar impropio para menores de 13 años.

El musical fue un género muy popular en el cine norteamericano tras la implementación del sonido, convirtiéndose también en el tipo de película que se prestaba, de una parte, para el pleno despliegue de los valores de producción; de la otra, como plataforma para el lanzamiento y subsiguiente popularidad de las nuevas estrellas que este género exigía.

A partir de los años setenta, sin embargo, el género decayó notablemente y fueron pocas las cintas que se estrenaron pertenecientes a esta categoría de filmes.

Recientemente, un musical como Chicago, multipremiado por la Academia de Artes y Ciencias Cinematográficas, determinó un resurgir de dicho género y hoy el estreno de Dreamgirls pone de nuevo en la actualidad fílmica a esta clase de producciones.

Dreamgirls figura este año a la cabeza de las películas candidatas a los “oscar” al acumular ocho nominaciones para la premiación que tomará lugar el próximo 25 de febrero en Los Ángeles.

La película, recién estrenada entre nosotros, ha sido dirigida por Bill Condon, el mismo realizador que nos

diera Kinsey años atrás y como Chicago, Dreamgirls es la transposición a la pantalla grande de un exitoso musical que se mantuvo en Broadway por más de 1,500



representaciones.

Sus protagonistas son tres jóvenes afro-americanas que intentan hacerse de una carrera triunfante con sus números de canto y baile. Son nativas de Detroit y proceden de familias humildes y el contacto con un aguzado empresario las pone en el camino del triunfo.

Lo logran, pero a costa de una serie de crisis y dificultades que incluyen las relaciones íntimas entre el empresario y una de las chicas; la ruptura del grupo original al despedirse por el empresario a la que poseía la mejor voz y las nuevas relaciones entre el personaje en cuestión y la más atractiva de estas jóvenes que se convierte así en la gran figura del conjunto. Inevitablemente surgen las desavenencias entre ellos y la reincorporación al grupo de la compañera despedida.

Aun cuando la letra de las canciones es poco inspirada, la ejecución de las mismas y su efectiva presentación fílmica resultan de primer orden, imponiéndose del conjunto, Jennifer Hudson, que inicia con este papel su carrera en cine. También se destaca el conocido intérprete Eddie Murphy, ambos nominados para los premios de la Academia en las categorías de mejores interpretaciones secundarias.

Dreamgirls es ejemplo de un musical efectivamente llevado al cine y dotado de la energía y vigor que caracteriza a sus números de canto y baile. Parece inspirado en la carrera de las Supremes, un conjunto en el que sobresalió Diana Ross.

La Oficina Católica de Cine de Estados Unidos, al clasificarla para mayores, destacó “que los temas de lealtad, hacer lo adecuado, dedicación a la familia y a los amigos y el sobreponerse a adversidades sobresalen en el filme”.



(Fotos suministradas)

CINE EN VIDEO/DVD

Bernadette

Procedencia: Francia

Género: Biográfico

Director: Jean Delannoy

Protagonista: Sydney Penny

Clasificación Católica: A-I, todos

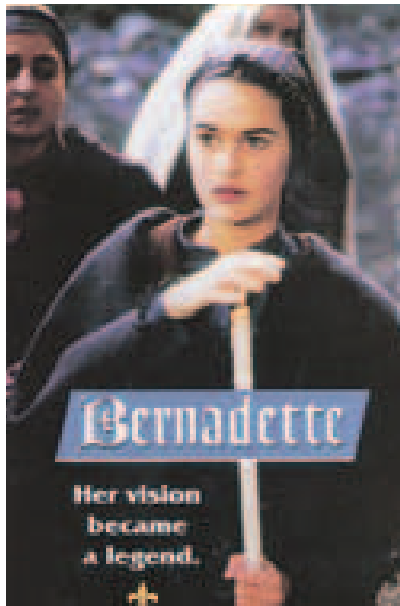
Clasificación Industria: PG, se sugiere la orientación de los padres o guardianes.

Duración: 120 minutos

Disponibilidad: DVD

La celebración el domingo 11 de febrero de un nuevo aniversario de las apariciones de la Santísima Virgen a Santa María Bernarda Soubirous (Bernardita) en Lourdes constituye una fecha propicia para destacar en esta sección de cine en video la disponibilidad de la película francesa dirigida por Jean Delannoy titulada Bernadette.

Data del año 1987 y constituye una nueva y diferente aproximación del cine de largometraje a la vida de la Santa durante la etapa inicial de su existencia, aquella que la hizo pasar del anonimato propio de una joven campesina, sin recursos y escasa educación formal, a la condición privilegiada de vidente de la Madre de Dios a través de las apariciones que tuvieron lugar en el 1858, tan sólo cuatro años después de la definición por el Papa Pío IX del dogma de la Inmaculada Concepción de Nuestra Señora.



(Foto suministrada)

En dichas apariciones la Santísima Virgen le pidió a Bernardita varias cosas, entre ellas que se orara por los pecadores y que se construyera en la cueva de Masabielle, lugar de las apariciones, una capilla en su honor. Sólo hacia el final de las apariciones y a instancias del sacerdote de la localidad que le pidió a la joven que le preguntase su nombre, la aparición se identificó como la Inmaculada Concepción, refirmando así el dogma recientemente proclamado.

La película es diferente a The Song of Bernadette, la aclamada y multipremiada cinta norteamericana de los años cuarenta que hizo

de su protagonista, Jennifer Jones, una estrella de primer orden al ganar el premio de mejor actriz protagónica del año 1943, otorgado por la Academia de Artes y Ciencias Cinematográficas.

La cinta cuenta la misma historia que The Song of Bernadette pero se distingue y caracteriza por su sencillez y naturalidad. Ésta se atiene a la presentación de los sucesos tal como fueron documentados en su momento. Tampoco se ve a la Santísima Virgen sino que sólo se contempla el efecto que su presencia causa en la vidente que cae en éxtasis y se transforma al ver y oír a la Virgen.

La película concluye con unas breves escenas referentes a la despedida de sus padres y a su llegada al convento de Nevers donde profesaría como religiosa y lugar en el que concluiría su vida en olor de santidad.

A nivel interpretativo la cinta descansa en una joven actriz norteamericana, Sydney Penny, que asume con sencilla convicción el papel de Bernardita, recayendo en intérpretes franceses los otros roles del filme. Éste fue rodado no en estudios como The Song of Bernadette sino en los escenarios auténticos en que se desarrolló la historia de estas apariciones y constituye por tanto un nuevo ejemplo de tratamiento filmico de la vida de un santo.

Bernadette pertenece a la colección formada por Ignatius Press de cintas relacionadas con la religión y se halla disponible en una versión doblada al inglés con subtítulos en español, pudiéndose adquirir en las librerías de las Hijas de San Pablo (Paulinas) u ordenándose directamente por vía telefónica al 1-800-651-1531 ó por el Internet al: www.ignatius.com

CENTENARIOS

César Romero

El cine cuenta en sus filas no sólo con grandes actores y estrellas legendarias, sino también con otro tipo de intérpretes representado por los actores de apoyo, aquéllos que no logran alcanzar pleno rango estelar, pero que resultan indispensables en toda clase de producciones.

Esa necesidad y dependencia de actores de apoyo fue mayor en la llamada “era de los grandes estudios”—aquel periodo en la historia del cine norteamericano que se extiende en el tiempo de 1925 a los años cincuenta del pasado siglo—. Llamada así por la procedencia casi total de la producción de Hollywood de las grandes compañías pelicularas, esa era se caracterizó por los contratos de larga duración y servicios exclusivos que hizo que cada estudio contara tanto con sus personalidades famosas como con sus intérpretes de segundo orden.

En el caso de la Twentieth Century Fox, sus grandes nombres fueron entre otros los de Tyrone Power entre los galanes, Shirley Temple como estrella infantil y Alice Faye y Betty Grable entre los representantes de un género que fue muy popular en aquel entonces, el musical.

Y fue precisamente en las películas de la Twentieth Century Fox que César Romero se dio a conocer ampliamente.

Nacido en la ciudad de Nueva York, en el seno de una familia caribeña (se rumoraba que era nieto de José Martí por su lado materno al ser su progenitora la hija de María Montilla), este actor de gran estatura, tipo físico característicamente caribeño y simpatía desbordante se dio a conocer primero a través de papeles de “amante latino” en las películas de ese estudio del período comprendido entre los años 30 y 50 del siglo XX. Más tarde y ya entrado en años, siguió activo en el mundo del cine y en la televisión, desempeñándose en papeles de característico. Había sido antes de llegar al cine bailarín profesional en salones y clubes nocturnos e, inclusive, tuvo una corta presencia en los musicales que se montaban en Broadway.

Su carrera, iniciada a comienzos del periodo sonoro en el 1933- se extendió hasta unos pocos años antes de ocurrir su muerte.

Su filmografía abundantísima- se compone de cerca de 50 intervenciones- destacándose como el famoso bandolero Cisco Kid en el grupo de películas que sobre este personaje filmico rodó la Fox a partir de 1938. Antes había interpretado todo tipo de papeles secundarios e, inclusive, fue compañero de reparto de Shirley Temple en la cinta por ella protagonizada titulada The Little Princess.

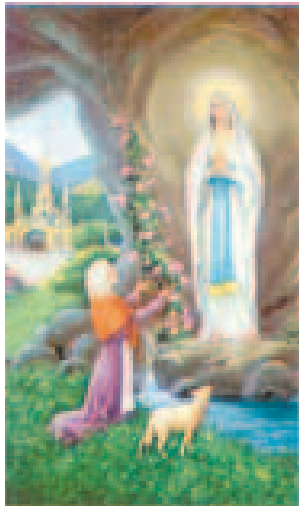
A comienzos de la década de los años cuarenta, se hizo visible en el tipo de comedia musical que su estudio concibió para el destaque de Alice Faye como Week_End in Havana, donde también aparecía Carmen Miranda o más tarde en Carnival in Costa Rica, con Vera Ellen al frente del reparto. De ese periodo es también A Captain from Castille, costosa superproducción que pertenece al grupo de filmes que, concluida la Segunda Guerra Mundial, el estudio de la Fox preparó para su gran estrella masculina, Tyrone Power.

Otras apariciones de César Romero se dieron en cintas compuestas por varios episodios como Tales of Manhattan, westerns al estilo de Vera Cruz o adaptaciones espectaculares de obras de Julio Verne como Around the World in 80 Days.

Como tantos otros intérpretes de su época, César Romero también accedió a la televisión pudiéndosele ver en el papel del Joker en la serie televisiva sobre Batman, de los años sesenta o asumiendo el rol de Peter Stravos en Falcon Crest, a finales de los ochenta.



(Foto suministrada)



*Madre celestial
gracias por
llegar a
Bernardita y
a la Gruta de
Lourdes.*



Centro Multimedia

Calle Arzuaga 164, Río Piedras
787-764-4885 | Fax 787-767-6214

Librería Paulinas

Plaza San Francisco
787-763-5441

Aceptamos órdenes por correo.

Mediante esta página
las Hijas de San
Pablo promueven la
evangelización del
pueblo.

Producción: Myrna Fernández, Coop. fp.
Montaje: J. David Santana

En el día de San Valentín

Todos, grandes y chicos, pueden llevar un mensaje, que coincide, precisamente, en la celebración del Día de la Amistad y el Amor. Esto es así, porque la esencia del ser humano, como seguidor de Cristo, no es el saber sino el amar.

Celebramos hoy la amistad, el noviazgo, la relación de amor de mami y papi. El origen de toda esta celebración, es Dios, a través de Valentín y su entrega y devoción a Dios, fuente de todo cuanto somos y tenemos.

CAMINATA PENITENCIAL JUVENIL MISIONERA



Pastoral Juvenil de Colegios Católicos y Parroquias

(con grupos de oración y comités locales de parroquias)

FECHA: 21 de febrero del 2007 (miércoles de Ceniza)

INSCRIPCIÓN: 8:00 a.m. en el Parque Luis Muñoz Rivera

SALIDA: 10:00 a.m. desde el Parque Luis Muñoz Rivera hacia la Catedral de San Juan.

REUNIÓN: 12:00 p.m. en la Catedral de San Juan

Ciudad de San Pedro Apóstol - OMP
PO Box 191882
San Juan, Puerto Rico 00919-1882
Tel: 787-754-0747/8748/ (809-842-4233)
www.sanpedroapostol@omp-puertorico.com



En octubre de 2006, las **Cortes Juveniles de las Hijas Católicas de las Américas**, hicieron en un día especial, una visita a la Casa Providencia, en San Juan. Cada niña preparó su cartelón alusivo para esa ocasión, celebrada como el **Día de la Diferencia**. Escuchar al prójimo, sonreírle, ser amable, etc., sin duda alguna, puede hacer la diferencia. (Foto e información suministrada.)

Celebra el Amor

Díme pequeñas maneras de amar:

1. _____
2. _____
3. _____

Inténtalo

Hay una santa en el cielo, muy conocida, que murió jovencita. Ella dijo en una ocasión: “Mi vocación es el amor”. ¿Quién es?

entrerisas ¡Maravilloso!

“Encontré una casa para alquilar por la que cobran sólo 100 dólares mensuales”, le dice Paco a su amigo. Entonces el amigo responde, muy interesado: “¿Y dónde la encontraste?”

Feliz, Paco le informa:

“En un recorte de periódico de 1980.”

(Y ahora, ¿dónde busco yo?)

¡Así es Lourdes!

En el Nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén. Mis saludos a todos en esta nueva semana. Hoy domingo es un día especial y lo vamos a dedicar a Nuestra Señora de Lourdes. ¿Quién no la conoce?

El lugar de la Virgen

Fue el 11 de febrero de 1858 cuando Bernardita Soubirous, una joven que residía en Lourdes, Francia, contempló por primera vez a Nuestra Señora. Luego, por 18 veces más. ¡Qué hermoso!

Allí acuden millones de personas cada año. Se llaman peregrinos aquellos que viajan a ese o a cualquier otro santuario católico. Se dice que allí, la presencia de Nuestro Señor Eucarístico y de nuestra Señora se extiende por todo Lourdes.

Celebraciones

En ese santuario se llevan a cabo varias celebraciones, todas para adorar a Jesús sacramentado y honrar a Nuestra Señora de Lourdes. La adoración eucarística se lleva a cabo durante el día bajo una gran carpa. Ya en el atardecer, se celebra en la capilla de adoración de la iglesia santa Bernardita. Además hay exposición del Santísimo en la gruta donde apareció la Virgen, cerca de la medianoche.

Recordar que Jesús sana

También, cada día, en el atardecer, se celebra una procesión con el

Santísimo. Los enfermos son llevados ante Jesús para su sanación. Los niños, los ancianos, las personas de condición débil y/o con impedimentos, son los más importantes. Allí ocurren sanaciones. Las que son verificadas y aprobadas por la Iglesia se llaman *milagros*.

Allí, todos ayudan

Durante el verano, llegan a Lourdes grupos de jóvenes que acuden para ayudar a los enfermos en su traslado al área donde sus cuerpos reciben el agua que puede sanarlos. Pero recuerden que hay que creer y tener fe.

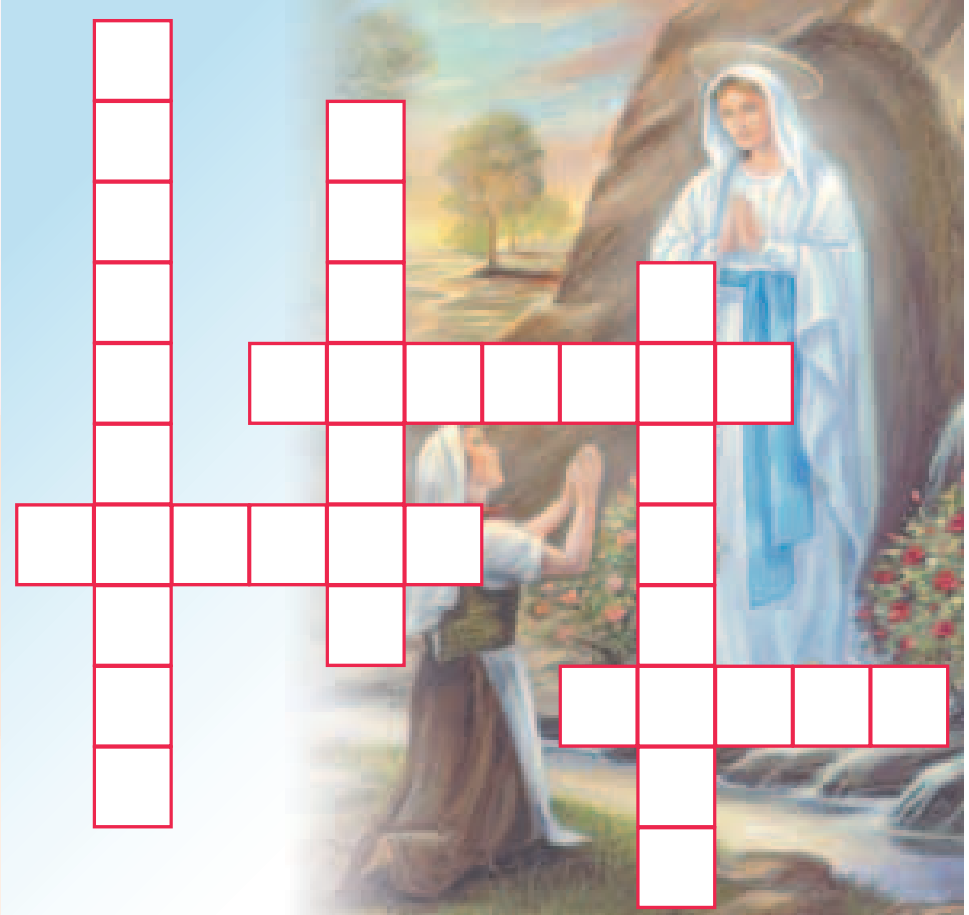
También son miles los niños escuchas que allí acuden para ayudar a los enfermos. Ya por la noche todos se unen a la procesión de adoración y del rezo del Rosario. Imaginemos la escena de la procesión con los miles de jóvenes cargando las velas, orando a Jesús Sacramentado, a través de Nuestra Señora de Lourdes, juntos todos, sin importar idioma ni nacionalidad.

En Lourdes hay establecidas sobre 40 comunidades religiosas. ¡Si todos vivieran como los peregrinos en Lourdes, habría paz en todo el mundo! Sin embargo, Nuestra Señora nos ha dado la solución: visiten y adoren a su Hijo en el Santísimo Sacramento, y recen el Rosario por los pecadores, la sanación de todos y la paz mundial.

(Fuentes combinadas, traducida y editada por Myrna Fernández, Coop.fp.)



Palabras Cruzadas



Camino a Lourdes. Confío que muchos de ustedes algún día logren llegar a Lourdes. Por ahora, ubiquen las palabras y nombres que corresponden a ese santuario: **peregrinos, milagros, Francia, Virgen, Lourdes, gruta.** Cuenten las letras en cada palabra y verán qué fácil.



(Foto CNS)

Salud promueve: Conoce tus 4 números

Como un mensaje educativo del Departamento de Salud sobre cómo alcanzar y mantener un estilo de vida saludable en la rutina de vida diaria, la secretaria de salud, doctora Rosa Pérez Perdomo, exhortó a la población a conocer sus 4 números saludables para controlar y prevenir enfermedades crónicas y controlar la obesidad.

Los 4 números saludables que debe conocer cada persona son: presión arterial, colesterol, glucosa (azúcar en sangre) e índice de masa corporal.

Estas enfermedades, así como la obesidad, hoy día representan los mayores factores de riesgo y peligro para la vida de las personas. Para que un individuo pueda alcanzar y mantener el nivel apropiado para cada uno de los 4 números saludables es necesario mantener: un plan de alimentación balanceado y saludable, realizar actividad física diaria y visitar al médico preventivamente o visitas regulares si padece de alguna enfermedad. Estos 4 números saludables son indicadores para conocer nuestro riesgo a padecer o determinar si padecemos algunas de las principales causas de enfermedades en la población. Estas son enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes.

El valor deseable es el que las autoridades médicas establecen como meta ideal para el estado de salud óptimo. Representa la meta a la que deberíamos aspirar para mantener la salud y prevenir enfermedades. El valor apropiado es la meta de tratamiento que el médico primario establece a base de varios criterios. Cuando el médico analiza los valores de las pruebas toma en consideración el historial de salud, edad y sexo. Estos valores se revisan conforme a los cambios en el estado de salud del individuo. Consulte siempre los valores de sus pruebas con su médico primario y las medidas preventivas que debe observar para mantenerse saludable.

“El cuidado de la salud comienza con un examen físico. Es el momento propicio para establecer la relación de confianza con su médico primario. Te exhorto a separar una fecha en tu calendario para comenzar a conocer tus números. Visita tu médico primario y solicítale las pruebas,” señaló Pérez Perdomo.

Para más información pueden comunicarse con la Secretaría Auxiliar para la Promoción de la Salud al 787-977-2116, de lunes a viernes de 8:00 AM a 4:30 PM.

Visita de
Médico



Para los jóvenes del ayer Hogar Mi Ángel

Se complace en ofrecerte un Nuevo concepto de Hogar
para Envejecientes y Personas Retiradas
Único en Puerto Rico y el caribe

Es un Concepto diseñado y preparado para personas que se puedan valer por sí mismas.

Se harán excepciones para personas encamadas.

- Disfrutarán de un programa estructurado que les proveerá una alta y sana calidad de vida.
- Con el programa de actividades, buena y sana nutrición y cuidados de calidad podrán mejorar su salud física y espiritual.

El hogar te ofrece:

- Dormitorio privado o semiprivado
- Trámites para arreglo personal: Recortes, Manicure, Pedicure, Masajes, otros
- Trámites de servicios de salud
- Transportación al Pueblo de Caguas para hacer sus Actividades Personales.

Actividades:

- * Películas * Fiestas y Bailes
- * Conciertos * Cancha * Piscina
- * Caminar y Ejercicios * Manualidades
- * Cuidado de Plantas
- * Cuidado de Animales
- * Ayuda a otros más necesitados * Concursos
- * Días de Campo y BBQ
- * Muchísimas cosas más...

Costos

- Habitación Doble desde \$1,800
- Habitación Sencilla desde \$2,500

¿Te Sientes Solo (a), Triste, Deprimido (a), con Falta de Atenciones? Aquí Te espera una hermosa Montaña con los encantos de la naturaleza :pinos, frutas, vegetales, animales domésticos y sobre todo mucho AMOR***



PMB 317 PO BOX 4961 Caguas, Puerto Rico 00726, Carr. 789, Km. 2.6 Bo. Tomás de Castro II
Caguas, Puerto Rico (Al lado Casa Retiro Padre Fernando)

E-mail: SegarraAstrid@yahoo.com / Tel. (787) 747-5515; (787) 720-5296; (787) 743-4549; (787) 209-4156