Contamos contigo | Banco General. Cuenta Corriente. Iglesia Católica Panorama Católico. Cta. 03-01-01001660-7

Latinoamérica | ¿En qué dirección se movió la Iglesia, a 15 años de Aparecida? PAG. 12

DOMINGO IV DE PASCUA • JESUCRISTO "EL BUEN PASTOR • Ciclo C • 8 de mayo de 2022 • Año 37 • № 1861

B/.0.50

Panorama Católico

www.**panoramacatolico**.com

Mochilas escolares, más allá del diseño y los dolores

NO TODAS SON BUENAS | Las mejores mochilas para nuestros niños escolares son aquellas que poseen dos tirantes anchos, contorneados y acolchonados, pues ayudan a reducir la compresión sobre los hombros.

PAGS. 14-15



ELECCIONES DE 2024. MÁS QUE PACTO ENTRE POLÍTICOS, URGE UN ACUERDO ENTRE ELECTORES, PARA QUE ELIJAN BIEN Y SIN PREBENDAS.

¡Revolución de conciencias!

A dos años de las elecciones generales, el país sigue necesitando un nuevo rumbo. Especialistas, investigadores y activistas consultados coinciden en lo mismo: la renovación no va a surgir de la clase política, sino de los ciudadanos.





Retablo

ARRESTAN CRISTIANOS EN TEHERÁN

Las violaciones de la libertad religiosa en Irán no solo afectan a los cristianos sino también a los bahaíes, sufíes, sunitas y ateos, según se informa.

LA VOZ Del pastor



MONS. JOSÉ DOMINGO ULLOA M.

«Somos guardianes del hermano»

En una sociedad donde pugnan el egoísmo y las Bienaventuranzas, el cristiano debe siempre elegir la propuesta de Jesús, que nos habla de solidaridad y justicia.

bre de huir. de desconectarnos, de evitar la responsabilidad en cuanto al otro, al prójimo. Decimos: "que vivan su vida, y me dejen vivir la mía en paz"; "que cada uno carque su muerto".

Es que hemos heredado el talante de Caín. Cuando el Creador le preguntó por su hermano Abel, respondió: "No lo sé. ¿Soy acaso el quardián de mi hermano?" (Gn 4, 10). Como él, nos resistimos a aceptar que sí lo somos, que nos corresponde ser pastores de todo aquel que se nos ha dado, ya sea cercano o alejado, jy hasta del enemigo!

En ocasiones nos corresponderá ser oveja, y otras tantas debemos preocuparnos por el beniestar del otro, de su situación como persona, de su salud espiritual y mental, de su condición física y ciudadana. Aceptar eso, es hacer vida la misericordia.

enemos la costum- | El mundo en que vivimos a cada instante nos está catequisando en vía contraria. Nos dice que no, que el otro no es nuestro problema, que lo más importante sobre la tierra es el "Yo", "lo mío", que los demás son desechables cuando se oponen a lo único crucial en la vida: "mi comodidad y mi felicidad".

> Cristo, por el contrario, nos mantiene su propuesta de siempre, las Bienaventuranzas, ese catálogo del bien que pone al otro en primerlugar, y al buen cristiano como servidor.

> No caigamos en la trampa de los nuevos caínes que defienden el aborto, la eutanasia y el descarte de los débiles (ancianos, migrantes, personas con discapacidad, pobres, analfabetas), y optemos siempre por la propuesta de Jesús, el Buen Pastor, que nos enseña que la solidaridad, la justicia social y servicio a quien lo necesita, es el camino.

FOTONOTICIA







Jesús consuela a los pastores, porque Él es el Buen Pastor. Si estáis cerca del Señor, del obispo, entre vosotros, y del pueblo de Dios; si tenéis el estilo de Dios - cercanía, compasión y ternura - no tengáis miedo: todo irá bien. #OrdenacionesSacerdotales

7:30 a. m. - 25 abr. 2021 - TweetDeck



Todos los cristianos estamos llamados a imitar al Buen Pastor y ocuparnos de las familias heridas.

5:00 a. m. · 12 nov. 2015 · TweetDeck



Papa Francisco 63

Jesús es el Buen Pastor. Nos busca y está cerca de nosotros aunque seamos pecadores, sobre todo porque somos pecadores.

5:05 a. m. · 6 sept. 2014 · TweetDeck



Dirección: Calle 1era. Sur Carrasquilla, Edif. del Arzobispado, Ofic. 101 | **Teléfono:** 282-6556 www.panoramacatolico.com/email: redaccion@panoramacatolico.com

Fiesta de JESUCRISTO BUEN PASTOR

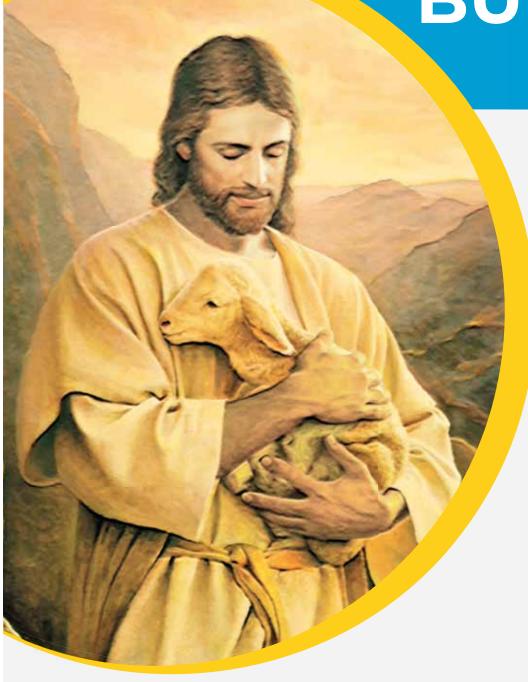
8 de mayo de 2022

Fecha en que la Iglesia universal conmemora la 59° Jornada Mundial de Oración por las Vocaciones.

"Los sacerdotes somos los que con mayor humildad debemos ser espejo de Cristo, ya que Él, como a Pedro, nos ha encargado: apacienta mis ovejas".

Mons. José Domingo Ulloa Mendieta Arzobispo de Panamá





General de Elecun manual para reclutamiento permitirá esta-

resultados.

MEREDITH SERRACÍN

redaccion@panoramacatolico.com

n dos años los ciudadanos tendrán la responsabilidad de ejercer el voto, una tarea cívica que implica la toma de decisión sobre el futuro de un país y sus futuras generaciones, una decisión que debe ir más allá de candidatos simpáticos, con carisma o prebendas.

Dicho en las palabras de monseñor José Domingo Ulloa Mendieta, más que resucitar el espíritu de los políticos que nos gobiernan, "los ciudadanos deben resucitar su conciencia" para elegir correctamente a los gobernantes que liderarán el país.

Y ha sido el comportamiento político, la poca transparencia en la gestión gubernamental y el desinterés por muchas de las necesidades reales de la comunidad, lo que ha levantado durante los últimos años el interés de aspirantes por la libre postulación y la creación de nuevos movimientos.

Durante los próximos dos años el camino hacia el 5 de mayo del 2024 será intenso y el escenario preocupa a muchos frente a un Tribunal Electoral que deberá garantizar unas elecciones atravesando quizás por la mayor crisis de credibilidad en los últimos 30 años.

Para Alfredo Pittí, quien encabeza el movimiento RELEVO, que intenta

Dentro del Plan EL PODER LO TIENEN LOS ELECTORES

ciones (PLAGEL) La conciencia ciudadana y capacitación, que debe resucitar a dos blecer criterios de medición de años de las elecciones



La temperatura subió a su máximo tope durante la discusión de las reformas electorales

convertirse en un partido político, serán dos años agitados en la política, empezando con aquellos que aspiran por la libre postulación donde se verán a muchos jóvenes que saldrán en busca de esas firmas que respalden una candidatura y el segundo panorama vendrá de los partidos políticos y sus internas con aquellos de siempre que pretenderán mantenerse vigente.

Sin embargo, para Pittí el panorama más complicado podría estar en la incertidumbre que se ha creado sobre las luces dadas por el Tribunal Electoral en actuaciones "algo dudosas". pero que aun así considera

¿QUÉ SE DICE EN LA CALLE?



Diputada WALKIRIA CHANDLER

"El TE en algún momento intentó levantarse de las negociaciones de la Reformas Electorales, pero quedó plegado a un sistema que en la Constitución dice que es presidencialista, pero que hemos evidenciado es controlado desde la Asamblea; algunos diputados concentran el poder.



Sociedad Civil LUIS PINEDO

Lastimosamente muchas comunidades están secuestradas y no saben que están secuestradas por el clientelismo y las malas practicas políticas. Lo que quisiéramos es que esas autoridades que llegan por elección popular, realmente piensen en solucionar problemas básicos.



Conciencia Ciudadana CRISTIAN ÁBREGO

Es importante que la sociedad civil entienda la responsabilidad que tiene al poder manifestarse y alzar la voz, para hacerle saber a los políticos que hay ciudadanos que no están de acuerdo con esas prácticas clientelistasyquequeremosver un forma de hacer política diferente y limpia.



1. Los partidos polítcos legalmente constitui**dos han logrado** un gran total de un millón seiscientos diecisiete mil ochocientos setenta y un (1,617,871)

2. Aquellas personas interesadas en la libre **postulación** tienen entre el 1 de junio al 31 de julio de 2022 para solicitar el reconocimiento como candidato por libre postulación.

3. Los comicios serán el 5 de mayo de 2024, según el calendario aprobado.

es una institución con credibilidad y capacidad.

Será una elección polarizada y coincide en que durante este proceso el factor determinante será la responsabilidad con la que los ciudadanos escojan a sus futuros líderes.

Los retos del **Tribunal Electoral**

La crisis de valores y la intolerancia que se acrecientan no son desconocidos por la institución y frente



Periodista TV FÉLIX CHÁVEZ

El escenario político es incierto. Lo interesante de la contienda es que algunos colectivos están en acercamientos para posibles alianzas entre opositores. Como en todo gobierno, estos últimos años se prestarán para el clientelismo político pensando en las próximas elecciones. Amanecerá y veremos

Mediante el Plan General se instruirá a los capacitadores para que desarrollen las habilidades que se requieren para enfrentar situaciones de estrés durante los procesos electorales, según se ha establecido en el manual aprobado.

a ellos el magistrado del Tribunal Electoral, Alfredo Juncá, dijo a **Panorama Católico** que son momentos en los que el país requiere de instituciones fuertes y con credibilidad.

Juncá considera que los constantes ataques que ha recibido el TE están orientados a debilitar a la institución y a la democracia, "en su mayoría son organizados por actores políticos nuevos o emergentes que utilizan estas tácticas para sus propios fines sin importarles el daño que le están haciendo al país".

En esa línea, Juncá reiteró que el deber del Tribunal es acatar las normas y mantenerse dentro de lo que establece la Ley, respetándola y haciéndola cumplir tomando decisiones en estricto derecho, sin fijarse en quién o quiénes son los involucrados, aunque esto obviamente no agradará a quienes ven sus intereses afectados en la deliveración.

La tecnología

A nivel tecnológico el Tribunal Electoral se mantiene en un proceso constante de actualización y modernización y para el magistrado en este renglón está el reto más grande de la institución.

Reconoce que poner y probar innovaciones tecnológicas en manos de los ciudadanos no ha sido un proceso fácil debido a la desconfianza natural que se vive en los procesos electorales, desde los sistemas digitales de recolección de firmas hasta la tecnología para el voto.

"Todos estos medios pasan por el tamiz de cierta incertidumbre y desconfianza natural lo que representa un tremendo reto para el Tribunal Electoral", puntualizó.



El país tiene la oportunidad de cambiar muchas cosas

SERÁ DETERMINANTE LA RESPONSABILIDAD DEL CIUDADANO AL ELEGIR. URGE UN VOTO INFORMADO, Y CON VALORES Y PRINCIPIOS QUE NO SE VENDAN



Con su voto, los electores pueden refundar el país.

Nuevos movimientos ciudadanos

"Vamos", una coalición encabezada por diputados de la libre postulación que han buscado el apoyo de líderes de la sociedad civil, ha surgido según la diputada suplente Walkiria Chandler para combatir esa concentración de poder en algunos diputados que lastimosamente controlan ministerios, instituciones, partidas y planillas.

Todo esto se ha convertido "en un bolsón de efectivo" para sus intereses particulares a lo interno de sus partidos, señala la diputada.

"Si seguimos haciendo lo mismo con los mismos, yo veo muy sombrío lo que le espera a Panamá", enfatizó Chandler.

Para la diputada suplente no existe total independencia empezando con la designación de los magistrados. "Pareciera que ya está seteado el tablero de juego y no serán las mejores condiciones y probablemente va a correr muchísimo dinero, dinero obtenido de lo que pudiese haber sido hospitales, escuelas carreteras".

Agregó que el modelo político ya está agotado y no solo está en riesgo la institucionalidad del país, sino también la frágil democracia que tenemos.

Es allí en donde coincide en que son los ciudadanos tienen que levantarse y entender la fuerza que tiene el voto, pues no se puede seguir votando por un jamón que llega una vez al año. Y más allá de votar cada 5 años, también hacer ese proceso de fiscalización.

Reconoce y le preocupa además que la fragilidad del TE sea aprovechada por un grupo.



Se requiere un pacto, pero no entre políticos, sino de ciudadanos dispuestos a hacer las cosas bien.

YOEL GONZÁLEZ NÚÑEZ

DE LA MISIÓN AL QUEHACER PASTORAL Y SOCIAL, ESTA PARROQUIA HA CRECIDO EN LAICOS Y COMUNIDADES.

Misión, tradición, cultura profética y peregrinaje en la parroquia de Chepo

Contactar a las comunidades distantes a la parroquia es un proceso de ingenio y creatividad. Así mismo, es necesario reinventarse para visitarlas y proyectar sus iniciativas en sinodalidad y así lograr ese acercamiento constante con la fe, la Buena Nueva y el devenir diario de su Iglesia madre.

YOEL E. GONZÁLEZ N.

ygonzalez@panoramacatolico.com

06 PANORAMA Católico

A unas dos horas de la ciudad, en el Este de la capital, encontramos una tierra rica en tradición, con una cultura arrasadora y una fe que camina diversos senderos de esperanza y devoción.

Chepo es un distrito con trayectoria cuya parroquia, San Cristóbal, posee una senda de peregrinaje y discipulado, acompañados por los frailes menores capuchinos quienes son el ingrediente que ilumina ese sendero.

La parroquia fue reconstruida en 1889. Existen libros que datan de 1830, por lo que tomando como referencia la fundación del distrito de Chepo es posible que ya estuviera la parroquia. Algunos cálculos llevan a pensar que esta jurisdicción eclesiástica tiene aproximadamente 200 años de existencia.

Su Párroco

Fray Gustavo Elizondo, su actual párroco, atiende a más de 50 comunidades, 34 en áreas de difícil acceso, 15 relativamente cerca a la sede parroquial y unas seis podrían ser consideradas parroquias por su amplio camino y su gente comprometida.

Debido a la amplitud geográfica, ha sido dificil



En esta parroquia convergen fieles de diversas áreas del país que residen en comunidades cercanas.

el trabajo, pero Dios le ha regalado la capacidad y oportunidad de conocer a esta parroquia a lo interno y más administrativamente.

En San Cristóbal, su párroco debe conocer dónde se encienden las luces del templo y qué se requiere para hacer un trabaio específico. Para Fray Gustavo son cosas simples, pero es un trabajo desgastante, aunque su recompensa es hermosísima.

Su Misión

Comparten esta misión evangelizadora las Hermanas de San José de la Aparición y las Hermanas de María Reparadora.



La Sinodalidad una máxima de la escucha y acción pastoral.

La zona pastoral de Chepo posee una diversidad de grupos que enriquecen el trabajo de la Iglesia, entre ellos: los Neo-Catecúmenos, Legión de María, Misioneros Laicos, Jóvenes Misioneros, Tercera Edad,

Comité de Cargadores, Comité San Cristóbal, Pastoral Familiar, Pastoral Social y de Enfermos, Pastoral Juvenil, Pastoral Infantil, Pastoral de Comunicación, Pastoral Litúrgica, además de las catequesis pastoraSAN CRISTÓ-**BALES UNA COMUNIDAD MUY TRADI-CIONAL QUE RESALTA EN SEMANA** SANTA, CON **ASPECTOS MUY ANTI-**GUOS.

les Pre-Bautismal, Familiar, Confirmación y Categuesis RICA (Rito de Iniciación Cristiana de Adultos).

Este trabajo pastoral lo enriquecen los coros, ministros, lectores y servidores del Altar. Su asamblea pastoral está compuesta de manera primordial y obligatoria por los coordinadores. Todos participan libremente de las acciones pastorales de la iglesia.

Su diversidad de coros ofrece una serie de tradiciones culturales en cada comunidad, desde los que son parte de su sede central hasta los más apartados en capillas.

Actualmente, esta batería de coros ha crecido un poco y con la pandemia se han fortalecido mucho más.

En Tanara encontramos al Ministerio de Música Santa Clara de Asís. En Las Margaritas cuentan con "Cantar es Vivir y Juventud de Cristo". Mientras que en la comunidad de Primavera, está el Coro de Primavera.

El centro parroquial posee dos coros, el parroquial de San Cristóbal y Un solo Espíritu, que recientemente fue creado para atender las eucaristías que se transmitían a través de las redes sociales, durante el tiempo más fuerte de la pandemia del COVID-19. La comunidad de Higuera posee el coro San Francisco de Asís y en Cañita cuentan con Fe y Esperanza.

Trabajo pastoral

Una vez por semana, los frailes acuden a las comunidades de Primavera, Chepo centro, Higuera, Margarita y Cañitas.

Tres celebraciones al mes reciben las comunidades de: Naranjal, Unicito, Polín, Tierra Prometida, Platanares, Jenené, Superación Campesina, Altos del Llano, Buenos Aires, Unión de Azuero, El Llano, Loma del Naranjo, Espavé, Llano Cartí y La Nícora.

Cada tres meses tienen celebración eucaristíca las 34 comunidades, entre ellas: Lagarto, Martinambo, Chinina, Manuel Santos, Los Planes, Calobre, Río Tigre, Pásiga, El Valle,

Carlos De La Cruz lleva ocho años de servicio en esta parroquia y actualmente apoya y asesora a grupos de jóvenes y en lo administrativo y técnico.



Es una iglesia misionera que sale al encuentro de su gente.

Unión Herrerana, Valle de la Unión, Corpus Christi, Torín, San Isidro, Tres Quebradas, La Mina, Palmas Bellas, Chararé, El Tigre, San José de Chinina, Aqua Buena, Jagüito, San José de Madroño, Chepillo, Trapiche Arriba, Trapiche Abajo, Pavita, Nazareno, La Zahína y Marchena.

Todas las comunidades funcionan con los lineamientos del Plan Arquidiocesano, con una pastoral orgánica y de conjunto, unidos y en red de comunicación, información, animación y apoyo mutuo.

Cronología de sus pastores

Desde 1980 han pasado 9 párrocos y vicarios.

En 1981 estuvo el padre Juan Rooney y su vicario fue el padre Gerardo Díaz.

Para el año 1983 estuvo el padre Francisco Heinen que estuvo hasta 1984, cuando inicia la era de los frailes menores capuchinos, que actualmente regentan esta parroquia.

En 1984 fue párroco Fray Francisco Hearthy y su vicario fue Fray Miguel Sulli-



Se organizan y llevan su trabajo pastoral en Sinodalidad.

van y Fray Felipe Casper lo acompañó. Posteriormente, Fray Andrés Weller estuvo hasta el 2009 cuando llega Fray Franco Brenes.

En el 2011 llega Fray Claudio Calderón, posteriormente atendió en el 2012 Fray Fernando Espinoza.

Fray Esteban Mora inició en el 2013, y a partir del 2019 Fray Gustavo Elizondo, su vícario es Fray José Chavarría v también le acompaña Fray Nelson Duarte, actualmente.

Algunos de sus laicos

Elena Martínez participa en la Capilla de La Primavera. Inició allí cuando sus hijas hicieron su catequesis de Primera Comunión, se fue involucrando en tareas puntuales y actualmente pertenece al coro.

Carlos Vásquez participa en la Capilla Jesús el Maestro en Tanara, allí la juventud participa en masa, siempre llenos del Espíritu Santo. Lo novedoso en su capilla es el Centro de Capacitación Jesús Obrero, que brinda atención espiritual, psicológica y talleres con diversos oficios, que redunden en el emprendimiento laboral de sus participantes.



www.arquidiocesisdepanama.org





YTRANSMI-

DE FIESTA. SE CONGREGARON PARA AGRADECER EL TRABAJO REALIZADO.

USMA sale del campus para reconocer labor pastoral del padre Patricio Hanssens

Una comunidad reunida y en alegría por el título Honoris Causa que le fue entregado al sacerdote por parte de la Universidad Santa María la Antigua en su pueblo, en el que ha entregado su trabajo y grandes momentos de su vida.

REDACCIÓN

redaccion@panoramacatolico.com

Una noche cargada de significado, llena de esperanza, fiesta, alegría y gozo... de aprendizajes y emociones fue lo que se vivió durante la entrega del título de Doctor Honoris Causa al padre Patricio Hanssens, párroco de la parroquia La Santa Cruz-Chilibre y Caimitillo.

Monseñor José Domingo Ulloa destacó que el trabajo del padre Patricio ha transcendido de lo nacional a lo latinoamericano y lo global. Y que fue en el contexto del modelo de Iglesia de Comunidades de Base en San Miquelito, que se desarrollaba desde 1963, por los misioneros de Chicago con el padre Leo Majo al frente, modelo de Iglesia que es inspirado en el documento de Vaticano II en 1965, seguidos por el documento de Medellín en 1968, Puebla 1979 y que se retomó en Aparecida 2007.

Además, señaló que este es el modelo que necesitamos seguir con el ejemplo de la parroquia de La Santa Cruz- Chilibre y Caimitillo, ya que se ha desarrollado por más de 40 años, y que sin duda se ven muchos frutos.

La experiencia de Iglesia de Panamá, en San Mi-



Los aplausos no faltaron en la entrega de este reconocimiento.

quelito, ha sido reproducida primero por sacerdotes brasileños, tanto, que se pensaba que ese era su origen. Esto fue aclarado por estos, en un encuentro latinoamericano de Comunidades Eclesiales de Base en México en el año 2004.

Este modelo de Comunidades Eclesiales, de Base vivenciadas en la lulesia panameña en San Miguelito, ha sido una inspiración para comunidades cristianas de base principalmente en Centroamérica, México y la comunidad latina en los Estados Unidos, lo mismo que en

EL GRADO HONORIS CAUSA

Es el grado más alto que una universidad ofrece, y se entrega a una persona cuando se tiene la seguridad de que tiene el sello de la casa de estudios, porque cuenta con los valores que en ella se enarbolan en un grado máximo.

"Yes eso lo que ha hecho el padre Patricio, como gran promotor, como profesor, como académico, es un gran promotor de los valores cristianos, humanistas, a través de los programas y sobre todo de su acción pastoral en Chilibre y la pastoral social en general", destaca el rector de la USMA, Francisco Blanco.

Además, se resalta la gran obra que ha unido estas comunidades en el contexto actual de la sinodalidad, un pueblo que camina unido en pos del ideal cristiano.

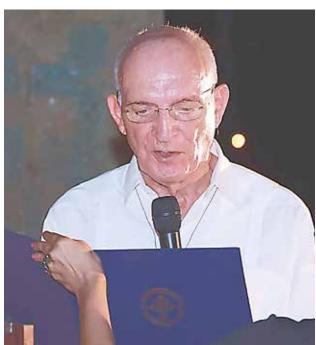
"El hecho de trasladarnos a la comunidad es la manera más genuina y profunda de vivir uno de los pilares de la USMA que es la extensión universitaria, la unión de la academia con la sociedad", dijo Blanco.

algunos lugares de otros continentes.

Un testimonio que habla por sí solo

Anayansi Escobar, representa a la parroquia Cristo Liberador en la comunidad de Santa Librada, donde fue nombrado por primera vez el padre Patricio Hanssens, señala que una característica particular del modelo de iglesia de San Miguelito es su Cristo centrismo. por eso reconocerán nombres como: Cristo Redentor, Cristo Resucitado, Cristo Luz del Mundo, Cristo Hijo de Dios, Cristo el Hijo del Hombre, Cristo Servidor y Cristo Liberador en Santa Librada, que luego se llamó la Transfiguración de Jesús.





Motivó a la población a seguir fortaleciendo las comunidades.



Con su trabajo y experiencia, el padre Patricio deja plasmadas muchas huellas, con ese ejemplo de comunidades cristianas de base, en donde todos se aman y se apoyan entre sí.

tro querido padre Patricio ha sido reforzar en todo momento el hecho de que la comodidad nos aleja de la misión de Cristo, esta misión que él mismo nos ha encomendado como discípulos suyos", dijo.

Por otro lado, el profesor Francisco Blanco. Rector de la USMA, también se hizo presente para hacer converger lo legal con lo vivencial, es decir, traducir la misión y la visión de la universidad plasmadas en el estatuto universitario. con la experiencia de fe y vida del padre Patricio.

En este sentido, la señora Anayansi resaltó la importancia de la coherencia que debe existir entre lo que creemos, decimos v hacemos para siempre dar testimonio del Cristo resucitado.

La figura de Jesús debe guiar nuestras vidas

La fortaleza de esta noche fue la clase magistral en teología pastoralista, que brindó el Doctor Honoris Causa, padre Patricio Hanssens, quien con firmeza y de pie hizo referencia a la diferencia entre la teología contemplativa y la pastoralista.

Resaltó a los presentes que, la Teología pastoralista se correlaciona con la pedagogía de Paolo Freire y el método de ver. juzgar y actuar. Que la persona reconstruye su presente y construye su futuro con la experiencia de Jesús en sus vidas.

Esa teología que nos transforma en agentes de cambio para una sociedad de hombres y mujeres nuevas, para una nueva sociedad, donde al pobre se le da la oportu-



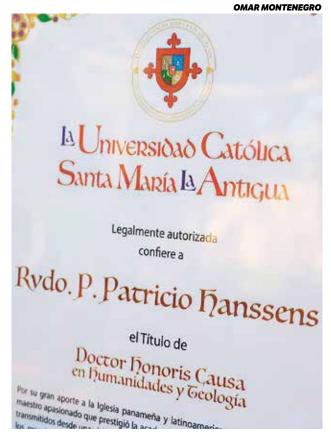
Mons Ulloa le abrazó, pues sabe la lucha del P. Patricio por nuestra iglesia.

nidad de ser y tener para vivir dignamente, porque los ricos tienen todos los medios para lograrlo.

"El padre Patricio Hanssens tiene la dicha de haber repartido su vida en San Miguelito, por eso deseamos que su trabajo sea siempre ofrenda fecunda y se

haga fruto en nuestro corazón", destacaron los fieles presentes.

El padre Miguel Angel Keller se hizo presente y centró su invocación religiosa centrando su reflexión en que una vez más Dios no utiliza un nombre propio para presentarse ante nosotros, sino que



El pergamino expresa el agradecimiento del pueblo panameño.



La comunidad se muestra agradecida con él.

LA GENTE OPINA



Katherine Vargas PARROQUIANA

El P. Patricio es una persona con los pies en la tierra y el alma cercadeDios.Unpadrenosolo espiritual, sino vivencial.



Anayansi Escobar **FELIGRÉS**

Esun promotor del crecimiento y del compromiso cristiano, él nos prepara para ser agentes de cambio.



Hna. Quero HNAS. DE CRISTO REY

Es como de la familia, confiable. Es iluminador para todo lo que hacemos es un hombre de Dios, sencillo, entregado.

solo nos dice "YO SOY el que SOY", un Dios cercano, que siempre está con nosotros y entre nosotros por lo que nos hace tomar conciencia que todas las horas, de todos los días. son santas si estamos en comunión con Él.

La comunidad parroquial agradeció a monseñor José Domingo Ulloa por la iniciativa de solicitar a

ELTRABAJO DEL PADRE PATRICIO HA TRANSCEN-DIDO DE LO **NACIONALA** LO LATINOA-**MERICANO Y** GLOBAL.

la Junta de Directores de la Universidad Santa María la Antigua, la misión de otorgar este máximo título académico por la Facultad de Ciencias, Humanidades y Teología, al padre Patricio quien ha dedicado su vida en Panamá, principalmente al trabajo pastoral parroquial, a la pastoral social y a la académica en la USMA.

También se mostraron agradecidos con el Rector de la Universidad Santa María la Antiqua, Francisco Blanco, por ser la primera institución de educación superior que traslada su sede central al punto de referencia, y en ocasión del título de Dr. Honoris Causa otorgado al padre Patricio Hanssens por la Teología Pastoralista desarrollada y encarnada por él, en las comunidades de Chilibre y Caimitillo.

Este hecho histórico de extensión universitaria será un ejemplo para toda la comunidad educativa de la USMA y otras instituciones de educación superior.

APARECIDA. PROCLAMA EL EVANGELIO DE LA VIDA PLENA PARA TODAS LAS PERSONAS Y PARA NUESTROS PUEBLOS.

Una mirada de fe, quince años después de escrito el documento de "Aparecida"

Todo lo que Aparecida plantea sobre la necesidad de conversión pastoral y renovación misionera de las comunidades, es actual y especialmente válido e iluminador. Aparecida implica un proceso de sinodalidad. Todos los bautizados serán protagonistas de la renovación y evangelización de su Iglesia local en la medida en que dinamicen la vida comunitaria.

MIGUEL ÁNGEL KELLER, OSA

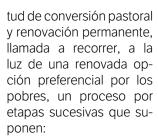
redaccion@panoramacatolico.com

Los obispos miembros de la directiva del Consejo Episcopal Latinoamericano (CELAM) han contado en varias ocasiones que fueron a visitar al Papa Francisco poco después de haber publicado su Exhortación Apostólica "La alegría del Evangelio" (2013). Y que al felicitarle por este gran documento, el Papa les respondió: "No exageren, es una mala copia del Documento de Aparecida"...

Y lo decía con conocimiento de causa, pues tal y como Mons. McGrath hiciera para la redacción final de la Conferencia de Puebla (1979), el entonces Cardenal Bergoglio estuvo al frente del comité redactor del Documento de Aparecida (DA). Hoy, quince años después, es oportuno recordar y valorar ese Documento, porque no faltan voces que afirman que Aparecida está desaparecida...

Ante una realidad que nos interpela, porque contradice al Reino de la vida, Aparecida proclama el Evangelio de la vida plena para todas las personas y para nuestros pueblos. Una meta que exige una Iglesia en estado de misión: comunidad de discípulos y misioneros en acti-

EL EVANGELIO NO
CAMBIA,
PERO LA
PASTORAL
EVANGELIZADORA
SÍ PUEDE
Y DEBE
CAMBIAR:
DE ACUERDO A LOS
SIGNOS DE
LOS TIEMPOS.



• La experiencia personal de fe (encuentro con Jesucristo)



 $Hoy \ nuestra \ lglesia \ necesita \ de \ discípulos \ misioneros \ comprometidos.$

- La vivencia comunitaria (comunión eclesial)
- Una sólida formación bíblico-teológica (iniciación cristiana y catequesis permanente)
- El compromiso misionero de la comunidad (paso de una pastoral de conservación a una pastoral misionera, capacidad

de dar nuevas respuestas a los interrogantes actuales).

La Iglesia es comunión para la misión. La alegría de la fe, la centralidad del misterio de Cristo, el sentido de la evangelización y la misión de la Iglesia, el íntimo nexo entre discipulado y misión, la relación

V CONFERENCIA A LOS PUEBLOS DE AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE

En el Santuario de Nuestra Señora Aparecida (situado a 160 km de la ciudad de São Paulo, Brasil), se realizó, entre el 13 y el 31 de mayo de 2007, la Quinta Conferencia General del Episcopado de Latinoamérica y el Caribe, sin duda el acontecimiento eclesial más importante de América Latina.

En ambiente de ferviente, oración, fraternidad y comunión afectiva, se buscó dar continuidad al camino de renovación recorrido por la Iglesia católica desde el Concilio Vaticano II y en las anteriores cuatro Conferencias Generales del Episcopado Latinoamericano y del Caribe.

La Misión Continental. Como uno de los principales frutos de la Conferencia, los obispos convocaron al pueblo católico latinoamericano y caribeño a iniciar una gran Misión Continental, como un nuevo Pentecostés, en búsqueda de los católicos alejados y de los que no conocen a Jesucristo o saben poco de Él, y reforzar la fe en el continente americano.

entre evangelización y auténtica liberación...son principios fundamentales del Documento de Aparecida llamados a iluminar toda la teología, la espiritualidad y el compromiso pastoral de los discípulos misioneros que hoy necesita nuestra Iglesia, para que la nueva evangelización se concrete en una misión continental permanente. Lo que implica plantear uno de los temas centrales de Aparecida: la conversión pastoral.

"No resistiría a los embates del tiempo una fe católica reducida a bagaje, a elenco de algunas normas y prohibiciones, a prácticas de devoción fragmentadas, a adhesiones selectivas y parciales de las verdades de la fe, a una participación ocasional en algunos sacramentos, a la repetición de principios doctrinales, a moralismos blandos o crispados que no convierten la vida de los bautizados. Nuestra mayor amenaza "es el gris pragmatismo de la vida cotidiana de la Iglesia en el cual aparentemente todo procede con normalidad, pero en realidad la fe se va desgastando y degenerando en mezquindad". A todos nos toca

Urge pasar de una pastoral de simple conservación a una pastoral misionera, de una formación y una espiritualidad individualista a una formación y una espiritualidad de comunión y participación, de una opción por los pobres retórica a un compromiso real.

recomenzar desde Cristo, reconociendo que "no se comienza a ser cristiano por una decisión ética o una gran idea, sino por el encuentro con un acontecimiento, con una Persona, que da un nuevo horizonte a la vida y, con ello, una orientación decisiva", afirma Aparecida citando a Benedicto XVI (DA 12).

Es preciso cambiar, convertirnos. El Evangelio no cambia, pero la pastoral evangelizadora sí puede y debe cambiar: de acuerdo a los signos de los tiempos, de acuerdo a los nuevos problemas, de acuerdo a las necesidades de la Iglesia. No podemos hablar de nueva evangelización y sequir encadenados a lo que siempre hemos hecho. En este sentido, y en relación a la nueva evangelización con sus retos, desafíos y exigencias, es para nosotros especialmente válido e iluminador todo lo que Aparecida plantea sobre la necesidad de conversión pastoral y renovación misionera de las comunidades (DA 365ss), con sus cuatro exigencias básicas:

- Aceptar la necesidad de cambiar, entrando en un proceso de conversión y renovación, superando la rutina y afrontando los nuevos desafíos (DA 365-367)
- Promover la espiritualidad de comunión y participación, con todo lo que ello supone a todos los niveles (DA 368-69)
- Pasar de una pastoral de mera conservación a una pastoral misionera, que la Iglesia "se manifieste como una madre que



Uno de los temas centrales de Aparecida es la conversión pastoral.



El anuncio del Reino de Dios exige justicia social y caridad cristiana.

sale al encuentro, una casa acogedora, una escuela permanente de comunión misionera" (DA 370)

• Elaborar un **proyecto** de pastoral orgánica y de conjunto, camino necesario para la renovación (DA 371-372).

Conversión significa cambio. Quienes en nombre del Señor continuamos hoy llamando al pueblo a la conversión

para entrar en el Reino, no podemos hacernos sordos a este mismo llamado. También para nosotros es urgente e indispensable la conversión. Y en nuestro caso, no basta la conversión personal. Se requiere, por fidelidad a nuestra vocación de discípulos y misioneros en la Iglesia. la conversión pastoral. No querer cambiar es no querer convertirse! La rutina. el rechazo sistemático de toda renovación, el conservadurismo cerrado... son un pecado (personal y pastoral, porque así como hay un "pecado social" hay también un "pecado pastoral").

Urge cambiar, convertirnos, pasar de una pastoral de simple conservación a una pastoral misionera, de una formación y una espiritualidad individualista a una formación y una espiritualidad de comunión y participación, de una opción por los pobres retórica a un compromiso real, de una pastoral de "francotiradores" o de "archipiélago" a una pastoral

UNO DE LOS TEMAS CEN-TRALES DE **APARECIDA** ES LA CON-VERSIÓN PAS-TORAL.

orgánica y de conjunto...

Desde nuestra realidad, es preciso subrayar dos aspectos muy concretos que no podemos olvidar si queremos plantearnos seriamente la conversión pastoral que exige la nueva evangelización. Dos aspectos, el primero más hacia adentro y el segundo más hacia afuera de la comunidad eclesial, pero ambos claramente afirmados en el Documento de Aparecida, que señala la elaboración de un proyecto pastoral diocesano como el principal camino de conversión pastoral y renovación eclesial, y que renueva con fuerza el compromiso de la opción preferencial por los pobres y excluídos desde la prioridad misionera del anuncio del Reino de Dios y su exigencia de justicia social y caridad cristiana.

Aparecida implica así el proceso de SINODALI-DAD: Todos los bautizados serán protagonistas de la renovación y evangelización de su Iglesia local en la medida en que dinamicen la vida comunitaria, fortalezcan la comunión y participación, la corresponsabilidad, el diálogo, el discernimiento comunitario, la reconciliación, la esperanza compartida, el caminar juntos.

CUIDADO ESE MAL AMENAZA CONTINUAMENTE A LOS HOMBRES.

MUCHO El avance MÁS FUERTE QUE EL MAN FORT MALES EL del bien

El mal hace estragos. Pero no puede nada frente a la energía de quienes miran a Dios y acogen el Evangelio, de quienes reciben la gracia y tienden una mano.

P. FERNANDO PASCUAL

redaccion@panoramacatolico.com

La tendencia a la avaricia y la soberbia, el deseo de más comodidades, la búsqueda del placer, las cadenas de los vicios, el impulso de odios profundos, los malos ejemplos, la idea de que "todos lo hacen", nos arrastran de mil modos hacia el mal: contra nosotros mismos, contra familiares y conocidos, contra extraños, contra Dios.

Ese mal tiene una fuerza formidable, y amenaza continuamente a los hombres. El PapaBenedictoXVI.enlaencíclica "Spe salvi", lo reconocía con estas palabras:

"Al iqual que el obrar, también el sufrimiento forma parte de la existencia humana. Éste se deriva, por una parte, de nuestra finitud y, por otra, de la gran cantidad de culpasacumuladasalolargo de la historia, y que crece de modo incesante también en el presente" (Spe salvi n. 36).

Sí: el mal tiene una fuerza formidable.Peromuchomás fuerte que el mal son el bien, lajusticia, lalimpieza de alma, la energía del perdón, la solidaridad.laternura.laoración.

El mal hace estragos, destruye puentes, asesina vidas, genera tristezas, aumenta odios, suscita guerras, destruye. Pero no puede nada frente a la energía de quienes miran a Dios y acogen el



El triunfo de Cristo vale para todos.

Estamos llamados a abrirnos al mundo para que entre Dios: la verdad, el amor y el bien.

Elmalhace estragos, destruye puentes, asesina vidas, genera tristezas, aumenta odios, suscita querras, destruye. Pero no puede nada frente a la energía de quienes miran a Dios y acogen el Evangelio, de quienes reciben la gracia y se hacen embajadores de esperanza, de quienes tienden una mano.

Evangelio, de quienes reciben la gracia y se hacen embajadores de esperanza, de quienes tienden una mano sincera de perdón y de amistad incluso a quienes viven esclavizados bajo el influjo del maligno.

El bien es la palabra suprema de la historia humana. Cuando el pecado llegó a la máxima locura al crucificar al Hijo de Dios en el Calvario, el bien destruyó las fuerzas del mal y de la muerte y mostró toda su belleza en la mañana de Pascua.

El triunfo de Cristo vale para todos. Los cristianos estamos llamados a testimoniarlo con nuestra oración, nuestras palabras, nuestro ejemplo, nuestra alegría. La palabra de Dios es libre: no puede quedar atrapada por ninguna cadena ni por las energías del maligno (cf. 2Tim 2,9). La corrupción no dañó el Cuerpo de Jesús sino que ha sido exaltado a los cielos (cf. Hch 2,30-33).

Nuestros actos buenos, desde la gracia de Dios, cambian la historia humana.

Esa es la certeza que ilumina el corazón de los cristianos y que nos lanza a la conquista llenos de esperanza. Esa es la fuerza que lleva, por mil caminos, al avance incontenible del bien en la marcha continua de la historia humana.



ROQUEL CÁRDENAS

roquelivancardenasdominguez@gmail.com

El camino corto y seguro para llegar a Dios

Querido amigo que Dios te bendiga a ti y a toda tu familia. La vez pasada me contaste que estabas confundido porque algunos hermanos cuestionaron tu devoción a la Virgen María. Trataron de hacerte creer que tu devoción ofendía a Dios, porque Él es un Dios celoso y que con ello caes en el pecado de idolatría. No te alarmes. ni alarmes a tu familia con esos embustes. Recuerda que nuestra Madre es el Camino más fácil, corto, perfecto y seguro para llegar a Dios.

En primer lugar, es indispensable aclarar la falsa acusación de que los católicos somos idólatras. Esto nace del hecho de que según ellos solo existe el culto de adoración y que todas las muestras de cariño o respeto (veneración) es idolatría.

La adoración es sólo para Dios y la veneración está destinada a las personas u objetos en virtud de su unión con Dios. Existe una clara distinción de grado, porque la veneración surge como consecuencia de la adoración, pero no es adoración.

Por eiemplo, una persona que quiere mucho a su madre y recibe un regalo de ella, definitivamente va a apreciar el regalo por el amor que le tiene a su madre.

Nunca podrá amar al regalo más que a su madre, dado que el aprecio que le tiene al regalo surge del amor que le tiene a su madre y no al revés. Del mismo modo honramos (veneramos) todo lo que tiene que ver con Dios por el amor que le tenemos y le debemos a Él.

Partiendo de este hecho debemos comprender que nuestra veneración a la Virgen María surge de su relación muy especial con Dios y por su participación única en el plan de salvación. También debemos entender el hecho que esta participación, en el plan de salvación, se da por la voluntad del Padre. Dios la eligió para que fuera la madre del Verbo desde toda la eternidad. Por eso Dios la ha adornado con singulares gracias y privilegios. A partir de este colosal hecho, empieza la reflexión que a lo largo de los siglos la Iglesia ha hecho sobre esa mujer que Dios eligió para que su Hijo se encarnara en su seno.

Como nos enseña San Luis María Grignion de Mont-

«Por ello no se concede a los hombres ningún don celestial que no pase por sus manos virginales. Porque tal es la voluntad de Dios que quiere que todo lo tengamos por María.»



PARROQUIA **NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED** CASCO ANTIGUO



NOVENA SAN PANCRACIO

PREDICADA POR

RVDO. P. SANTIAGO ROMERO TRABAZO ARQUIDIÓCESIS DE SANTIAGO DE COMPOSTELA - ESPAÑA.

DEL 3 AL 11 DE MAYO

TODOS LOS DÍAS - SANTO ROSARIO - 4:30 P.M. Y EUCARISTÍA A LAS 5:00 P.M.

12 DE MAYO

SOLEMNIDAD DE SAN PANCRACIO HORARIO DE MISAS 7:00 A.M., 9:00 A.M., 11:00 A.M. 1:00 P.M. 3:00 P.M.

5:00 P.M. EUCARISTÍA 6:00 P.M. PROCESIÓN SOLEMNE

RECORRIDO PROCESIÓN - JUEVES 12 DE MAYO - 6:00 P.M.



- 1 IGLESIA LA MERCED
- 2 IGLESIA SAN JOSÉ
- 3 IGLESIA SAN FRANCISCO
- 4 IGLESIA SAN FELIPE NERI
- 5 CATEDRAL BASÍLICA SANTA MARÍA LA ANTIGUA

LLEGADA

1 IGLESIA LA MERCED

PEREGRINACIONES



Últimos cupos

TIERRA SANTA

- Del 9 al 18 de septiembre
- Desayunos, almuerzos y cenas
- Vacaciones escolares



¡Feliz Pascua de Resurrección!



TIERRA SANTA

- Del 28 de octubre al 6 de noviembre
- Desayunos, almuerzos y cenas incluido
- Fiestas patrias

JUBILEO TERESIANO

- Del 17 al 26 de octubre
- España y Roma
- Tours guiados

GIRA EUROPEA CULTURAL

- Del 7 al 18 de septiembre
- 11 noches
- Portugal, España, Francia e Italia



Coordinadora:

Noris Brea de Soto Tel: 260-8200 / 6612-6331 /

6581-1030

Correo electrónico: noris@traveInbs.com

Kenia@travelnbs.com **Redes sociales:**

@traveInbs Página web:

www.travelnbs.com

Haz tu donación por:



Banco General

Nombre: **FUPRAFEC**

Cuenta Corriente: 03-05-01-002023-9



Directorio: **RADIOHOGAR**

RADIO HOGAR

Calle 1ra sur, Carrasquilla, a un costado de la Parroquia Nuestra Señora de Lourdes. Arquidiócesis de Panamá, Piso 1. Teléfonos: 270-0141 / 42







SALUD POSTURAL DEL NIÑO

JEAN CARLOS GONZALEZ REMOND

redaccion@panoramacatolico.com

no de los dilemas que viven los padres es la escogencia adecuada de la mochila, pues este accesorio resulta de gran utilidad para el transporte de los útiles escolares de la casa a la escuela y viceversa.

Si bien existen controversias en relación a si su uso es el responsable de las lesiones osteoarticulares en los menores, la evidencia ha demostrado que sí se deben tomar en cuenta algunas consideraciones cuando se selecciona este bolso, como lo son: diseño, forma de transporte y peso o carga límite, ex-

Ojo al detalle

Poseer dos tirantes anchos, contorneados y acolchonados ayuda a reducir la compresión sobre los hombros.

> plicó el Dr. Iván Wilson, médico pediatra de la Policlínica Dr. Carlos N. Brin de la Caja de Seguro Social.

> **Wilson enfatizó que** la utilización inadecuada de este tipo de morral se puede relacionar a dolencias no solo en la espalda, sino también en el hombro, cuello e inclusive puede afectar la postura corporal.

Referente al diseño indicó que lamochila debe poseer bolsillos y compartimientos para organizar mejor el contenido.

Además, debe contener dos tirantes anchos, contorneados y acolchonados para reducir la compresión sobre los hombros, espasmos musculares o adormecimiento de los brazos. Otro dato importante es que debe tener dos tirantes, que el peso se distribuye en forma simétrica a



LA VOZ DE LOS NIÑOS



Gregory Díaz *ESTUDIANTE*

Yo prefiero las mochilas de espalda, ya que me parece más cómodo que utilizar maletas con ruedas.



Malon Ney Barría *ESTUDIANTE*

Prefiero que sea con rueditas, porque los libros pesan mucho y me gusta que sea de París St. Germaine.



Adrián Escribano *ESTUDIANTE*

Mi mochila me gusta que sea cómoda para llevar todos mis útiles escolares, de una sola vez en ella través de ambos hombros, recomienda el doctor Wilson.

Sobre el respaldo precisó, el galeno, que tiene que ser acolchado y firme para mayor comodidad y protección de la espalda y contener un cinturón torácico o lumbar para estabilizar o distribuir mejor la carga. Además, recomienda que el borde inferior de la mochila esté cinco centímetros por encima de la cintura.

Peso y tiempo

Con respecto al peso, el límite del contenido de la mochila debe ser

El peso de tu hijo es la clave

entre el 10 y 15% del peso corporal del pequeño.

Como dato adicional señaló que, los libros o cuadernos más pesados deben estar más cerca y pegados a la espalda.

Reconoció que hay que tomar previsiones,

especialmente en el tiempo de transporte y distancia de la carga a transportar en la mochila, ya que existe mayor probabilidad de lesiones si se transporta por períodos mayores a 15 minutos de forma continua.

El uso inadecuado de las mochilas no es el único responsable de los dolores de espalda; también se mencionan la falta de ejercicio físico, malos hábitos posturales y mobiliario escolar, no acorde a la altura de los niños, por eso la importancia de promover estilos de vida saludables. "-

No todo lo que brilla es oro, la mejor mochila no es la que mejor apariencia tenga ni la más costosa, sino la que sea más funcional, que se adapte mejor a las necesidades y condiciones físicas de nuestros hijos en relación con el diseño, forma de transporte, peso de carga, y tiempo", concluyó.

¿Cómo prepararla?

Muchos padres se preguntan de qué manera se puede organizar la mochila de los niños de manera que resulte cómoda y práctica.

No hay que olvidar que su uso será continuo y diario. La premisa para armar la mochila debe ser incluir en su interior solo lo necesario.

Para poder alcanzar esta meta, es bueno tener en



Hay que mirar, comparar y al final comprar aquella que cumpla con los estándares para cuidar la salud postural del niño.

mano el calendario de clases de los chicos; así, la organización de la mochila será justa.

Después, una vez revisado el horario de clases y las materias, los libros y útiles escolares pueden ser ubicados en la mochila en un orden determinado. Es importante tener en cuenta ciertas consideraciones para ordenar la mochila del colegio de la manera adecuada.

Libros de texto y cuadernos

Por otra parte, tanto los libros de texto como los cuadernos deben ubicarse en la zona más cercana a la espalda de la mochila. Deben estar todos juntos y de pie.

Habitualmente, se recomienda colocar un solo cuaderno que tenga separadores. De esta forma, el niño no cargará con peso de más y le será

UNA VEZ
QUE ESTÉ
LISTA, HAY
QUE PESAR
LA MOCHILA
Y EVITAR
EXCESOS.

más fácil organizar la mochila cuando finalicen sus clases

Los estuches y las tabletas suelen ser los objetos más pesados, por lo que se los debe incluir en la mochila en el caso que sean necesarios para las clases del niño.

Los mejores estuches son aquellos que están hechos de telas resistentes, ya que gracias a su versatilidad permiten llevar un mayor número de lápices en un mismo espacio.

Normalmente, los estuches deben incluir los siguientes materiales: lápiz de escribir, goma de borrar, lápices de colores, tijeras, marcadores, reglay barra de pegamento.

Aunque estos son los elementos fundamentales, puede haber algún extra, que solo hará falta en ocasiones específicas.



Recomendación:

- Si el peso del contenido de la mochila sobrepasa el 10-15% del peso corporal de la criatura, se deben repartir las cargas, utilizando dos bolsos con el peso distribuido.

- Es importante
fomentar que en la
escuela que asista su
hijo, tengan acceso a
casilleros, de manera
de que se minimice la
carga de transporte
diaria al guardar el
artículo en su lugar.

- Para cuidar la higiene de la columna, de los pequeños de la casa, es fundamental fomentar el ejercicio y los hábitos de postura adecuados.

LA SOLEDAD ES LA PRINCIPAL ENEMIGA PARA QUIENES PINTAN CANAS

Enseñar a nuestros hijos a utilizar el tiempo libre

Aunque los padres podemos dar diferentes pautas, también es necesario que tengamos en cuenta la creatividad de los pequeños, y su derecho a hacer cosas que les gusten y entretengan.



Ayudemos a nuestros hijos a desarrollar la creatividad.

FRANCISCO M. GARCÍA

https://www.eresmama.com

El tiempo libre es invaluable para todo ser humano, no obstante, en el caso de los niños, se trata de una verdadera necesidad puesto que, al desconectar de los deberes, pueden expandir su potencial aún más y, por supuesto, recargar energías para retomar las actividades.

A pesar de que muchas veces, los horarios de los padres resultan un tanto complicados, se hace indispensable el hecho de intentar mantener una rutina sana con la que los niños puedan aprender a administrar bien su tiempo. De esta manera, aprovecharán y no desperdiciarán su tiempo libre ni cometerán excesos que puedan perjudicarlos.

Aspectos preliminares

Desde hace varios años existe la tendencia, por parte de los padres, de inscribir a los niños en todo tipo de actividades extraescolares. Y a pesar de que la intención es buena, en realidad, esto no favorece a los niños, pues los agota tanto física como mentalmente.

En los casos más extremos, los niños pueden llegar a presentar diversos tipos de desequilibrios emocionales.

Algunos estudios demuestran que los niños que están hiperprogra-



En el entretenimiento está la oportunidad para crecer en lo personal y social.

mados, con agendas repletas de actividades, se sienten presionados, abrumados y estresados. Por ello, estos niños suelen estar cansados y no consiguen cumplir con lo que se espera de ellos.

Detrás de esta programación excesiva de la agenda está el deseo de los padres de que sus hijos sean más competitivos, tengan más oportunidades de experimentar y ser los mejores en cada experiencia.

Sin embargo, el resultado es que el aprovechamiento del tiempo libre pasa desapercibido, enmascarado de múltiples obligaciones.

¿Por qué los niños necesitan tiempo libre?

Dar el ejemplo es solo el primer paso a la hora de enseñar a los niños a aprovechar el tiempo libre. Lo siguiente que se debe realizar es una evaluación del número de obligaciones de los niños, ya que, en muchas ocasiones, cuando a los niños se les dificulta cumplir con sus deberes, están sobrecargados.



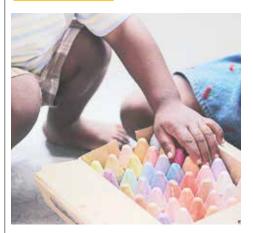
También en el ocio se puede encontrar con Dios.

CIFRA CRUCIAL

islander imaaes

DE MUERTES PODRÍAN EVITARSE

si la población fuera más activa, por ejemplo, montar bicicleta. Es útil que los niños la usen más seguido.



Tengamos siempre a mano los recursos.

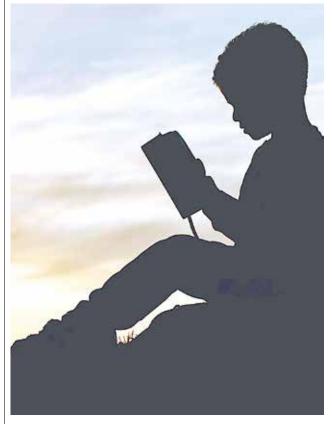


Jugando se aprende y se crece espiritualmente.

El hecho de que los pequeños cuenten con un espacio propio de esparcimiento y descanso repercutirá favorablemente en su salud mental y física, y les permitirá madurar muchas habilidades, tanto para sí, como para lo social.



UNA **GENERACIÓN QUE NO SOPORTA EL ABURRIMIEN-**TO, SERÁ UNA **GENERACIÓN DE ESCASO** VALOR. HAY **QUE DEJAR QUESE CONOZCAN** A SÍ MISMOS.



Los libros son una puerta abierta hacia el saber y la creatividad.

Al aire libre, los niños pueden encontrar la manera de aprender como se vive en sociedad y en paz.

Así como es importante que el niño tenga pasatiempos, intereses y actividades fuera de escuela. también es importante que aprenda a disfrutar del tiempo que tiene para realizar lo que le plazca, libre de obligaciones.

Todo esto es beneficioso por lo siguiente:

> Se reponen energías y se liberan tensiones a la vez, con lo cual, se obtiene bienestar y salud psicoemocional.

> El ocio da pie a la relajación y por ello, la expansión de la mente.

> El juego y el contacto con la naturaleza ayudan a los niños a interactuar con su entorno y a experimentar y comprender diversos tipos de situaciones de la



No nos preocupemos si nos dicen que están aburridos; también ahí pueden encontrar la luz.

vida.

Durante el tiempo libre, los niños pueden desarrollar todo tipo de habilidades motrices, sean finas o gruesas, algo que favorece significativamente su desarrollo.

El tiempo libre permite el desarrollo de nuevos intereses, como los pasatiempos.

Tengamos claro esto

No presionemos a los niños para que practiquen una actividad que no les gusta o interese.

Al organizar el tiempo de los niños, siempre se debe dejar un espacio para que puedan jugar y entretenerse como ellos prefieran.

En los tiempos de ocio, los niños deben ser mas libres y creativos.

También proponga alternativas entretenidas que los alejen de los video juegos, pues consumen demasiado tiempo valioso.

¿ES NECESARIO QUE TENGAN TIEMPO PARA EL ABURRIMIENTO?

No te angusties si tu hijo te dice que está aburrido.

- 1. Cuando no tiene nada que hacer, aprende a conocer-
- se. Dale tiempo para ese autoconocimiento que es tan útil.
- 2. Creatividad. Muchas veces, encontrar algo que nos divierta implica poner a trabajar nuestra mente.
- 3. Salir de casa. El aburrimiento expulsa a los niños de casa; prácticamente los lanza al patio, a la calle o al parque a explorar.
- **4. Dale los recursos.** Procura que los niños tengan a su alcance material para leer, juegos de ingenio y también un espacio al aire libre donde despejarse.

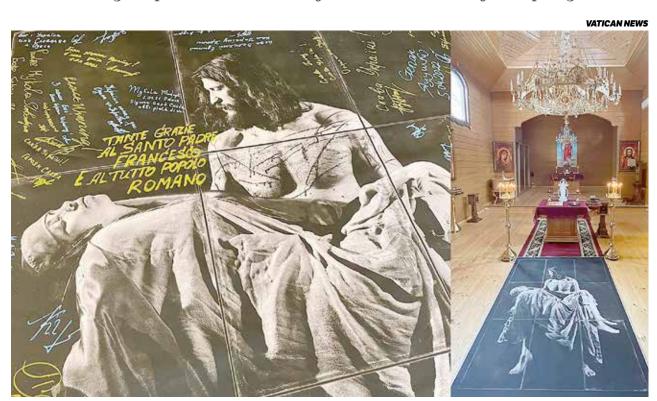


Enseñémosle que a través del juego se encuentran valores.

OBRA. LA IMAGEN DE UN CRISTO RESUCITADO QUE SOSTIENE EN SUS BRAZOS A SU MAMÁ.

Mensaje de paz a través del arte es decir basta a la cruel guerra

El reportero y artista Danilo Mauro Malatesta llevó una reproducción en lienzo de una de sus obras, "De Secunda Pietate", a las calles de Odesa, donde los ciudadanos del gran puerto ucraniano la firmaron con mensajes de paz y oración.



PARA FI

El fotógrafo Danilo Mauro Malatesta lleva su obra "De secunda pietate" a las calles de Odesa, en Ucrania.

VATICAN NEWS

redaccion@panoramacatolico.com

Danilo Mauro Malatesta. fotoperiodista de larga trayectoria,

había sido invitado por el exarca greco-católico de Odesa, Mychajlo Bubnij, a informar sobre la guerra en Ucrania y permaneció durante quince días este mes de abril. Allí, tras un largo viaje desde Roma a través de Moldavia, pudo exponer su obra, cuyo original se encuentra en el Oratorio de Santa Silvia, en la iglesia de Sant'Andrea al Celio.

La Piedad de Malatesta –

compuesta por nueve placas fotográficas realizadas con la antiqua técnica de la ambrotipia – representa a Cristo sosteniendo a María, en representación de toda la humanidad sostenida por el Resucitado. Y éste es el mensaje que quería llevar al pueblo ucraniano, martirizado y ahora símbolo de todas las querras del mundo.

Para Danilo Mauro Malatesta la idea de llevar la obra a Ucrania era realmente una necesidad. "Me dije a mí mismo 'casi casi voy a intentarlo'. Llevaré mi mensaje y mi mensaje de paz es este trabajo que he hecho. Cuando se la mostré al obispo, se quedó magnetizado, verdaderamente fulgurado, y me dijo que era una cosa muy bella. Le dije entonces que quería exponerla en la calle Deribasivska, que es la más segura de la ciudad, y él se ocupó de conseguir todos los permisos. Todo se pensó rápidamente y ahora el cuadro se conserva en la iglesia de San Andrés de Odessa".

Durante el tiempo de la exposición, los ciudadanos de Odesa se acercaron y la firmaron... "Se me ocurrió traer unos rotuladores amarillos y azules y hacer que todos los que quisieran firmar lo hicieran. En un momento dado no había más espacio. La firmaban los que se asomaban por allí, al principio de esta calle, porque no se podía ir más lejos. Cuando llequé allí, me quedé petrificado. Muchas personas la habían firmado. Incluso hay un mensaje del exarca al Papa que dice: "Muchas gracias al Santo Padre Francisco y a todo el pueblo de romano".

Se le preguntó a artista: ¿La gente común, los ciudadanos, qué han escrito? Hay muchos escritos...

'Dios ayúdanos', 'Gracias Señor por este mensaje', 'Gloria a ti Padre'.

Al referirse al ambiente que encontró en esas personas que pasaban por allí dijo que algunas se conmovieron cuando les explicó lo que era esta 'secunda pietate': la imagen de un Cristo Resucitado que sostiene en sus brazos a su mamá, que representa a la humanidad.

La reproducción de la obra está en Odesa y ha sido donada. Es un llamamiento a la paz, un llamamiento a la paz y a un pueblo martirizado por la

Ollas y sartenes



Comensales: 2 Tiempo: 15 Min. Dificultad: Fácil **Batido 5 5rutas**

ARECETAS.COM

redaccion@panoramacatolico..com

INGREDIENTES.

2 rodajas de sandía 1 manzana grande o 2 pequeñas 1 kiwi 6 fresones o fresas Zumo de 2 naranjas

PREPARACIÓN.

- 1. Limpiar Pelar y cortar en trozos la manzana, el kiwi, y la sandía (quitarle las pepas si tuviera). Lavar los fresones o fresas.
- 2. Echar todas las frutas cortadas en la batidora. Hacer zumo con las 2 naranjas, añadirlo a las frutas y batir todo.
- 3. Es recomendable tomarlo rápidamente, para tomar las vitaminas de las frutas intac-

Delicioso y refrescante!!!

19





"COMUNICANDO CULTURA A UN PUEBLO EVANGELIZADOR"











Justo Arosemena 227-0664

Colón 445-4081 **Arzobispado** 229-5619

Chitré 979-0178 Coronado 343-6749

David 786-3816

La Chorrera 6219-4421

Santiago 958-7472

San Pedro 217-2131

Libreriacatolicapanama.com



්ට @libreriacatolicapanama



6513-2101



Libreriacatolica





() 6513-2101



sta semana la invitaciónes a estar dispuestos a poner en nuestros hombros la vida y el bienestar de nuestros prójimos. Parece algo heróico y de telenovela, pero no. Es una propuesta muy simple, y se trata de estar pendiente de que el otro, ese o esa que vive conmigo, que es del vecindario o de la parroquia, esté bien.

El Señor nos ha puesto a la mayoría de nosotros en una familia concreta, con sus luces y sombras; vivimos en una barriada o un edificio de apartamentos, donde conviven decenas de familias; somos parte de una comunidad parroquial o un equipo de trabajo: a todos ellos nos debemos, y debemos estar a su servicio, apoyarles y promoverles para que sean mejores.

Pastorear

¡Por supuesto que no es una tarea fácil! Todo a nuestro alrededor nos grita que nos encerremos, y que velemos solo por nosotros mismos, que eso de estar ansioso por el bien del otro nos quitará la paz.

Si pretendemos acometer esta tarea solos, nos cansaremos pronto. Es algo que debemos emprender en comunidad, y con la ayuda de Dios. Solo Él nos puede dar lo que necesitamos.

Asumir

Pongamos esto en manos del Señor que nos pone la tarea, y entendamos que todos podemos asumir responsabilidad sobre nuestros hermanos, especialmente los más débiles, o los que está solos o necesitados.

SANTOS DELA SEMANA

- SAN PEDRO DE TARENTAISE



8 de mayo

Con gran celo, abrazó la austeridad de la regla y edificó a cuantos le trataron, por su caridad, humildad v modestia. Debido a su fama de hábil pacificador, Alejandro III decidió enviarlo a negociar la reconciliación entre Luis VII de Francia y Enrique II de Inglaterra.

- NTRA. SEÑORA DE FÁTIMA



13 de mayo

Aunque se suele hablar de la "aparición" de la Virgen de Fátima, en realidad fueron seis las veces en que María se apareció a los tres pastorcitos en 1917. El 13 de mayo fue la primera. Entre 1935 y 1941, bajo las órdenes de sus superiores, Sor Lucía escribió cuatro memorias de los hechos.