

**CV**  
DE  
Revista

2 al 8 de julio de 2006

**De escuelas  
católicas y justas**





## Diabetes y sobrepeso; una mala combinación

Licenciada **Minerva González Roldán**  
Para **EL VISITANTE**

La obesidad y el sobrepeso complican el tratamiento requerido por los pacientes de diabetes, ya que controlar la glucosa (azúcar) en la sangre se hace más complejo. La hipertensión, las enfermedades del corazón, los derrames cerebrales, los desórdenes respiratorios y los niveles elevados de colesterol y triglicéridos son algunas de las condiciones que se agravan cuando el paciente no está en su peso saludable. También ocurre así con ciertos tipos de cáncer.

En Puerto Rico, el 79.6 por ciento de las personas con diabetes están sobrepeso u obesos. Estudios muestran que el control de la glucosa en la sangre puede mejorar con la pérdida del 5 al 10 por ciento (10 a 20 libras aproximadamente) y hasta puede permitir reducción en la dosis de medicamentos para la diabetes.

Si usted quiere perder esas libras de más y controlar sus niveles de glucosa en la sangre, ahora es el momento para comenzar.

Estas sugerencias le ayudarán para la pérdida de peso y el control de su diabetes:

- Consulte con su médico o profesional de la salud antes de comenzar un plan de alimentación y de actividad física.
- Concéntrese en desarrollar un plan para comer saludablemente y no en hacer una "dieta". Las dietas le ayudarán a perder peso a corto plazo, pero es necesario tener una rutina de

ejercicios y comer saludablemente para no volver a aumentar esas libras que perdió.

- Coma a horarios regulares y no omita comidas.
- Vigile las porciones de alimentos; a veces no es lo que comemos, sino la cantidad que comemos lo que nos lleva a aumentar de peso.
- Lea la etiqueta de los alimentos, esto le ayudará a ver la cantidad de grasa, azúcar y calorías que tiene ese producto o alimento.
- Recuerde que el término "bajo en grasa" o "low fat", no significa que es bajo en calorías; por lo que es importante tomar en cuenta tanto la cantidad de grasa como las calorías.
- Tome al lo menos ocho vasos de agua. Se sentirá más lleno y quizás coma menos.
- Sea más activo. Si usted hace más actividad física, va a sentirse mejor y controlará su peso y el nivel de glucosa en la sangre.
- Haga los cambios poco a poco. No espere cambiar sus hábitos de alimentación de la noche a la mañana, estos pequeños cambios harán la diferencia en su salud y en su peso.

Para más información escriba a PO Box 70184, San Juan, PR 00936-8184 o llame al: 787-274-5768/6893/6894.

(La autora es nutricionista del Programa de Prevención y Control de la Diabetes).

Querida  
*Mari*

## El padre los maltrata

**Querida Mari:**

Hace cinco años que estoy divorciada. Mi esposo es una persona con una carrera exitosa, pero con muchos problemas psicológicos. Yo vivía con él siempre asustada, temiendo que nos maltratara y no fue hasta que me agredió que me di cuenta que tenía que salir de esa relación.

Tengo dos hijos de ese matrimonio. La relación con su padre es forzada, él nunca se ha preocupado mucho por ellos, y sobre todo al varón, lo ha maltratado mucho emocionalmente.

Mari, yo siempre me paso diciéndoles, que le tengan paciencia, que él está enfermo, pero cuando ellos están con él, lo pasan muy mal. Hay discusiones, todo lo que les da, les paga, les compra, se lo saca en cara. Mis hijos llegan mal cada vez que salen con él. No sé si seguirles insistiendo en que lo vean, lo visiten y compartan con él.

¿Qué usted me dice Mari?

**Teresa,  
Santurce**

**Estimada Teresa:**

Me da mucha pena esa situación que me refieres. Sobre todo con tus hijos, quienes no han tenido una figura paterna saludable. Ellos deben estar afectados por esta situación. Si como dices, tu esposo está emocionalmente enfermo, debes buscarle ayuda a tus hijos para que aprendan a lidiar con él y se afecten lo menos posible.

Tú no les insistas en que compartan con él. Deja que ellos lo decidan. Si él quiere estar con ellos, que sea él quien los busque. Dales mucho cariño, déjalos que se expresen, que te cuenten, que se quejen, no los obligues a estar con él.

Procura que en tu casa haya un ambiente sereno, de paz, que ellos se sientan felices y tranquilos. Reza y diles a tus hijos que recen también por él. Después de todo, es su padre, y por lo que me dices tiene que ser un hombre infeliz.

**Sinceramente,  
Mari**

Esríbele a Mari a: [queridamari@elvisitante.biz](mailto:queridamari@elvisitante.biz)

*lecturas para crecer en la fe y en el buen ejemplo.*

**Catecismo de la Iglesia Católica COMPENDIO**  
Páginas: 240 / Formato: 12.5x17.5 cm

**URBANIDAD en los TEMPLOS**  
Páginas: 80  
Formato: 12x18cm

**Militantes de CRISTO**  
Páginas: 240  
Formato: 11.5x16.5 cm

**RELACIONES humanas APLICADAS**  
Páginas: 320  
Formato: 12x18 cm

Lugar: Av. De Diego 555 Puerto Nuevo - Río Piedras / Zip code: 00920 / Tels: 7813351  
[www.sanpablo.com.co](http://www.sanpablo.com.co) / e-mail: [lfs@onelinkpr.net](mailto:lfs@onelinkpr.net) - [libreríapuertorico@sanpablo.com.co](mailto:libreríapuertorico@sanpablo.com.co)

**LIBRERÍA SAN PABLO** ¡Ahora en Puerto Rico!

ANTES LIBRERÍA SAGRADA FAMILIA



### Chef Ramón Rosa invita Pollo con 'Coulis' de tomate y china

#### Ingredientes

- 2 tomates cortados en 4 piezas
- 4 chinas maduras cortadas en 6 piezas y sin semillas
- 1/2 tz. de jugo de tomate
- 1/2 tz. de jugo de china
- 1/2 tz. de cilantro
- 2 cdas. de ron con especias
- 1 cda. de azúcar
- 1 cda. de fécula de maíz (maicena) disuelta en 4 oz. de agua
- 4 pechugas de pollo sin hueso sal y pimienta a gusto

#### Procedimiento

En una cacerola, caliente los tomates, las chinas, el jugo de tomate, el jugo de china,

el cilantro, el ron con especias y el azúcar. Déjelos hervir por 15 minutos, sáquelos del fuego y bátalos bien en la licuadora. Pase el líquido por un colador e hiévalo nuevamente, añadiéndole la fécula de maíz diluida hasta que este espesa.

Mientras, sazone las pechugas con sal y pimienta. Puede cocinarlas al sartén con una cucharada de aceite de oliva o al horno por 20 minutos a 350 grados. Cuando estén listas, sirva un poco de la salsa en el fondo del plato, coloque la pechuga cortada en rebanadas y más salsa por encima.

Puede acompañarla con arroz, papas y habichuelas tiernas.

**¡Buen Provecho!**

# ARQUIDIÓCESIS DE SAN JUAN

# JUSTAS DE ESCUELAS CATÓLICAS

**John Ruiz**  
Para **EL VISITANTE**

Una mañana soleada en Caguas dio paso para los que lo jóvenes de 25 colegios se reunieran con entusiasmo a celebrar el campeonato de las terceras justas de la Asociación Atlética de Escuelas Católicas de la Arquidiócesis de San Juan.

El punto de encuentro fueron las instalaciones deportivas de la Universidad del Turabo, donde representantes de la Asociación de Oficiales de Atletismo del Norte dijeron presente para brindar su experiencia y asegurarse del manejo de los reglamentos correspondientes en cada competencia.

Según explica Suzette Medina, maestra de Educación Física y entrenadora del equipo del Colegio Mater Salvatoris, el propósito primordial de esta actividad es fomentar el deporte de atletismo en las escuelas católicas.

Las disciplinas que conforman este evento son, durante el año escolar son: campo traviesa, voleibol, bolos, baloncesto, tenis de campo, tenis de mesa, softball y atletismo. Los colegios interesados en ser parte de la liga deben participar en tres de los ocho deportes.



Unos 25 colegios participaron en las justas.



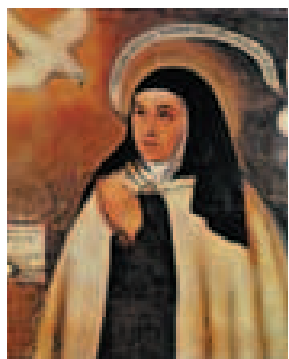
Cada escuela lució los colores de sus equipos.



La actividad lleva tres años celebrándose. (Fotos: John Ruiz)



Atletismo, bolos y tenis de mesa son tres de las disciplinas ejecutas en la actividad.



### Santa Teresa de Ávila:

“El Señor no mira tanto la grandeza de las obras como el amor con que se hacen”.

Por: José A. Rodríguez González



### Sabías que...

#### Sobre el Maniqueísmo

Fue una secta religiosa fundada por un Persa llamado Mani (o Manes) entre los años de 215 al 276 d. C.

Se extendió a través de oriente y llegó hasta el Imperio Romano.

Eran dualistas y creían que había una eterna lucha entre dos principios opuestos e irreductibles, el bien y el mal, que eran asociados a la luz (Ormuz) y a las tinieblas (Ahrimán).

Por: José A. Rodríguez González

## Libros



El periodista, Padre Michael Collins, un acreditado periodista al servicio de la Santa Sede, publicó el libro titulado “El Papa Benedicto XVI, sucesor de Pedro”. Es un libro introductorio a la vida del Papa. Presenta una corta biografía de Joseph Ratzinger tanto en el contexto humano como en el histórico.

El libro se encuentra disponible en librerías católicas.

**¡A Clases con Clase!**  
Busca de todo en materiales y equipo de arte, dibujo, ingeniería, copias... ¡Ahorra en Back to School!



• 139 Ave. F.D. Roosevelt, Hato Rey  
• Carr. 169, Esq. Apama, Guaynabo  
787-763-3737 787-720-1977

# de PELÍCULA con Luis Trelles

## CINE DE ESTRENO

### An Inconvenient Truth

Procedencia: Estados Unidos

Género: Documental

Director: Davis Guggenheim

Protagonista: Al Gore

Clas. Industria: “PG”, se sugiere la orientación de los padres o guardianes.

Al Gore, vicepresidente de Estados Unidos durante la incumbencia del presidente Clinton y candidato perdedor de las elecciones en que, en definitiva, se reconoció como ganador de los votos electorales necesarios para ganar dicha posición al actual mandatario de Estados Unidos, es el protagonista de An Inconvenient Truth, un documental en que éste expone con lucidez, claridad, aperturas hacia la jocosidad y abundancia de datos conque sustanciar sus opiniones y recomendaciones a un problema de gran magnitud que afronta la humanidad: el calentamiento global.

En efecto una serie de circunstancias han contribuido al modo alarmante a que ese fenómeno incrementa de manera vertiginosa en las últimas décadas. Lo produce en buena medida el dióxido de carbono y sus emisiones procedentes del mundo industrializado y en especial el de Estados Unidos.

Como consecuencia, el clima mundial ha sufrido drásticas modificaciones, aumentando el calor de la tierra. Ello da como resultado el rápido deshielo de superficies del planeta que se consideraban el resguardo de tales procesos acelerados como lo son Groenlandia en el hemisferio norte o Antártida, en el hemisferio sur. A ello ha seguido el aumento del volumen de agua en los océanos en un tiempo récord, que amenaza con anegar en un futuro no muy lejano lugares tales como parte de Manhattan. Puerto Rico no estará exento de sufrir fenómenos tan adversos.

A su vez, el calentamiento de las aguas incide en el curso que tomarán las corrientes oceánicas como la del Golfo y tales sucesos determinarán el aumento en las tormentas tropicales como la muy reciente Katrina, que anegó gran parte de la ciudad de Nueva Orleans.



Al Gore protagoniza el documental An Inconvenient truth.

Este panorama apocalíptico de grandes desgracias que asolarán al globo terráqueo y de las que ya se han recibido los primeros indicios está sustentado en el documental por gráficas y estudios.

Desde el punto de vista propiamente cinematográfico, An Inconvenient Truth utiliza, para darle variedad y agilidad a los comentarios y a la exposición de Gore, una gran riqueza de recursos como la alteración (entre tomas en blanco y negro y otras – las más a colores), dibujos animados, fotografías y pietaje noticioso tal como el que muestra la desolación causada por Katrina en Nueva Orleans. Alternan con la narración a cargo de Gore y con la mostración de momentos relacionados con la vida del narrador, en la que no han faltado las circunstancias trágicas como la temprana muerte de su hermana, víctima del cáncer pulmonar provocado por el cigarrillo, o el accidente que casi le cuesta la vida siendo niño a uno de sus hijos.

Ejemplo de un documental valioso, An Inconvenient Truth es una película que pone de manifiesto esa otra vertiente posible al cine, la de comentar sobre situaciones y eventos de relevancia global y sus consecuencias. Por ello sirve de advertencia a las personas responsables, preocupadas por la suerte del planeta así como a gobiernos e instituciones.



(Foto suministrada)

## CINE EN VIDEO/DVD

### My Darling Clementine

Procedencia: Estados Unidos

Género: Western

Director: John Ford

Protagonistas: Henry Fonda, Victor Mature y Linda Darnell

Duración: 104 minutos

Clas. Católica: “ A-2”, jóvenes y mayores,

por violencia estilizada y complicaciones románticas.

Disponibilidad: DVD en

tienda y clubes de video

Acaba de aparecer en el mercado de DVD una nueva colección centrada en la obra del director norteamericano, John Ford.

Incluye algunas de sus películas más representativas, entre ellas My Darling Clementine.

Como se recordará, John Ford está considerado como el maestro de ese género fílmico tan norteamericano que es el “western” o película del oeste.

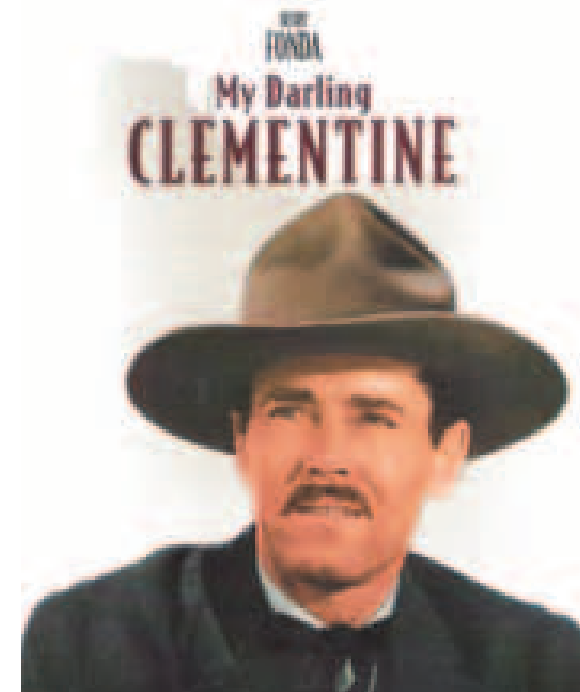
A lo largo de su carrera Ford, oriundo del estado de Maine y descendiente de una familia originaria de Irlanda cultivó muchos géneros como solía ocurrir en el cine norteamericano. Activo en el medio desde los días en que se imponía su modalidad silente, John Ford se destacó sobre todo en la confección de películas del oeste, que aparecen de manera recurrente en su larga filmografía y tuvo como actor favorito en muchas de ellas a John Wayne.

My Darling Clementine pertenece a la producción fílmica del 1946 y es un intento de darnos por la pantalla algo que es muy difícil en el “western”, el oeste poético. Para ello se inspiró en personajes que realmente existieron y en sucesos verídicos.

Esos personajes son Wyatt Earp (interpretado por Henry Fonda) alguacil de Tombstone, en Arizona y Doc Holliday (Victor Mature) con el que Earp traba amistad allá por el 1882, enfrentándose ambos a la banda de los Clayton (encabezados en la película por el actor Walter Brennan) en la notoria confrontación acaecida en el OK Corral.

La película, para lograr tanto lo poético como lo característico del género, la acción, entrelaza dos líneas argumentales. Una, la inicial, presenta a Wyatt Earp y a sus tres hermanos conduciendo su ganado por tierras de Arizona. Allí los descubren los miembros del clan de los Clayton, quienes aprovechan la oportunidad que les brinda la ida al pueblo de tres de los Earp para asesinar al menor de ellos y robarles su ganado. Tal acción mueve a Wyatt Earp a aceptar el cargo de alguacil del lugar.

Conoce así a Doc Holliday y su presencia e historia personal abren el filme a lo romántico y poético al llegar de Boston la novia de Holliday y éste rechazarla por estar gravemente enfermo, enamorándose de ella Wyatt Earp. La conclusión de la película introduce de nuevo la acción y la violencia, propias del género, para darle así fin a una cinta muy diferente entre las de John Ford. En ella la cinematografía adquiere excepcional importancia por su gran fuerza expresiva utilizándose de nuevo los paisajes favoritos de este director para darle a la cinta la majestuosidad tan asociada al cine de este realizador.



(Foto suministrada)

## CINE EVENTO

### El Festival de Cine de Atlanta

La abundancia de festivales de cine a través del mundo se ha vuelto increíble. Existen muestras de este tipo prácticamente todos los días del año y toman lugar en los cinco continentes.

En Estados Unidos, los dos festivales de mayor importancia se celebran en Nueva York y Chicago y ocurren a fines del verano y en el otoño, respectivamente.

Se dan también en ese enorme país muestras regionales. Ese es el caso del festival de Atlanta, ciudad de la que acabamos de regresar, que por nueve días cada mes de junio, desde hace 30 años, se convierte en sede de esa muestra.

Uno va al festival de Atlanta no en busca de los grandes nombres que hacen cine a través del mundo, figuras consagradas como maestros del llamado séptimo arte, ya que sus películas tienen por sedes preferidas a muestras como las de Cannes, Venecia o Berlín, sino más bien procurando exponerse a otro tipo de cine.

Esa otra variedad de cine procede de directores nuevos, que buscan a través de un festival como el de Atlanta, encontrar una más amplia difusión y el necesario reconocimiento que les permita continuar su trayectoria en el medio y cuya creatividad se manifiesta en cintas representativas muchas veces de la otra vertiente que en un país supuestamente tan homogéneo como Estados Unidos, convive y prolifera.

Nos referimos a grupos poblacionales tan numerosos en esa nación como los latinos o los miembros de la comunidad afro-americana.

Ese segundo grupo tiene en el estado de Georgia, cuya ciudad capital es precisamente Atlanta, una abundante representación. Basta recordar que Georgia con las Carolinas, Alabama, Mississippi y Louisiana agrupa los descendientes de esa enorme población que a lo largo de varios siglos fue transportada, en condiciones ignominiosas para la dignidad humana, a Estados Unidos para convertirse allí en esclavos de la afluyente comunidad blanca, dueña de las tierras y necesitada de mano de obra barata que cultivase sus campos dedicados – sobre todo en el siglo XIX y antes de la Guerra de Secesión – al cultivo del algodón.

Entre las 150 películas que se mostraron en ese festival, cabe mencionar las siguientes:

Quinceañera, ganadora del premio del jurado en el festival de Sundance con la que abrió el festival. Esa cinta, protagonizada por Emily Ríos y Jesse García, se centra en dos adolescentes habitantes de Echo Park en Los Ángeles, donde se exponen al amor y a la sexualidad.

Ruby Dee, actriz afro-americana, interpretó No. 2, filme procedente de Nueva Zelanda en tanto que American Blackout es un documental centrado en la descalificación de votantes para las elecciones norteamericanas, pertenecientes al estado de Georgia. Otro documental a mencionar se titula The Heart of the Game y en él la narración a cargo de Chris “Ludacris” Brigs nos expone la trayectoria por seis temporadas de un conjunto de chicas pertenecientes a un equipo de baloncesto de Seattle, enfatizando tanto sus vidas fuera de las canchas como las técnicas de su entrenador.

Laura Smiles, entre las cintas de ficción, se destacó por las actuaciones en un drama centrado en la depresión de tipo maniaco.

El cine procedente de otras latitudes ofreció en Abduction: The Megumi Yokota Store, un documental que abunda en revelaciones relacionadas con el secuestro de por lo menos 13 jovencitas japonesas por parte de Corea del Norte como parte de un plan que contemplar aspectos relacionados con la cultura japonesa a fin de emplear sus hallazgos en el espionaje mundial.



The Heart of the Game fue presentada en el Festival (Foto suministrada)

# Nuestro mensaje a Jesús

Myrna Fernández, Coop.fp.

Antes de ascender al cielo, Jesús nos dejó un mensaje, que se ha ido difundiendo hace muchos años. Ustedes saben cuál es ¿verdad? Y también saben que Jesús prometió volver. Entonces todos los que sean sus amigos tendrán vida para siempre.

Esa es la verdad que Jesús dejó a sus discípulos, verdad que se ha predicado desde siglos atrás, y que hoy también predicamos los sacerdotes en nuestras parroquias. ¿Y saben algo muy especial? También todos nosotros estamos llamados a llevar ese mensaje

dondequiera que vamos. Y ¿qué podemos nosotros hacer?

Entonces, aún cuando estemos de vacaciones, vamos a decirle: “Señor, toma mis manos y muévelas con el impulso de tu amor. Toma mis pies y hazlos rápidos y hermosos para ti. Acoge mi voz y permíteme cantar siempre y solamente para mi Rey. Toma mis labios y deja que se llenen de mensajes para ti”.

Jesús y un nuevo comienzo (San Pablo)

Ilustración: Roger Langton



## Un dibujo especial Carta a Carlos O. Morales



¡Hola, Carlos! Te saludo con gran alegría porque tu dibujo es precioso. Créeme que lo miro y lo vuelvo a mirar. Hay tanta alegría en el dibujo, y la combinación de colores es fantástica. Todo refleja paz, alegría, esperanza.

Sé que eso vive dentro de ti. Estoy segura que ayudas a mami y cuidas de tu hermanito. ¿Cuántos años tiene él? ¿Cuál es su nombre?

Me gustaría que me escribieras y me digas cómo te fue en la escuela. ¿Qué haces durante el verano? Si regresas a la misma escuela o colegio, ¿qué grado o nivel comenzarás en agosto? También me puedes decir acerca de cómo te gusta el dibujo y si dibujas con alguna frecuencia. ¿Tienes algún deporte o juego favorito? Dime lo que quieras de ti. Puedes escribirme a la misma dirección. Dios te bendice.

Myrna Fernández, Coop.fp.

¡A prepararnos para recibir el escapulario de la Virgen del Carmen!



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.

Montaje: J. David Santana

## En la Capilla San Patricio Dicen sí a Jesús

Este primer encuentro con Jesús será un recuerdo para toda la vida para este grupo de niñas y niños que pertenecen a la Capilla San Patricio de Hato Arriba, de la Parroquia San Sebastián Mártir en ese municipio de San Sebastián.

Pero podemos decir todavía más. Para Kevin, Edwin, Luis, Ismael, Salía, Shakira, Zaylia, Jamillette, Kathia, Aneysha, Nilmaris, Paola, Wilmarie y Jaylis, esta primera vez de recibir a Jesús es, puede y debe ser el comienzo de un continuo encuentro con nuestro Redentor.

Mis queridos niños y niñas, reciban a Jesús cada semana, si es que no pueden recibirle cada día. Recurran a la *comunión espiritual*. Jesús los hará fuertes, para servirle y amarle en el prójimo.

A su vez, la coordinadora Noemí Ramírez Ríos agradece a todas sus compañeras catequistas: Esther Rivera, Haydée Guzmán, Tata Arocho, Heroilda Morales y María del C. Jiménez, como también a las ayudantes Lesllie Ann Rivera, Yarira Rivera, Myriam Quiñones y Marilyn Vélez.



Los niños y niñas que recibieron su Primera Comunión de manos de su párroco, reverendo Padre Joxe Lizaralde, el 28 de mayo de 2006, en la Capilla San Patricio. (Foto suministrada)



Padre Joxe Lizaralde acompaña a una feliz Nilmaris Quintana, luego de su Primera Comunión. Nilmaris, de nueve años, es nieta de Noemí Ramírez Ríos, coordinadora de catequesis. (Foto suministrada)



Este dibujo de Darily Quintana casi habla. Ella, también nieta de Noemí Ramírez, a sus cinco años ya pertenece a la Parroquia San Sebastián Mártir. Le damos las gracias por su colaboración.

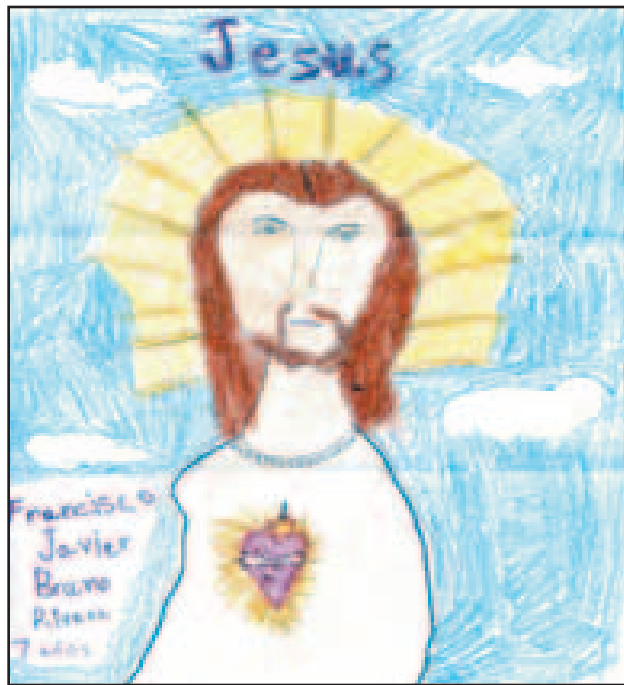
# Respuesta maravillosa

# Al Sagrado Corazón de Jesús

Myrna Fernández, Coop.fp.

Un par de semanas atrás comenté acerca de mantener en nuestros hogares la imagen del Sacratísimo Corazón de Jesús y honrarle cada día de nuestras vidas. Esta devoción, lo mismo que la imagen, solía estar en cada hogar en Puerto Rico, en el llano y en la loma, sin importar humildad ni pobreza. Jesús reinaba y eso era la importante.

Hoy, a veces pensamos que no es así. Quizás no en la misma medida que antes. Pero hoy, al cierre de esta edición, dos niños me han sorprendido vía el correo ¡y de qué manera! **Mario A.** y **Francisco J. Bruno Rivera** viven junto a su familia en Cidra, y pertenecen a la **Parroquia Nuestra Señora del Carmen**, en ese municipio. Ambos, en el mismo sobre envían sus comentarios y dibujos en torno al Sagrado Corazón. Veamos.



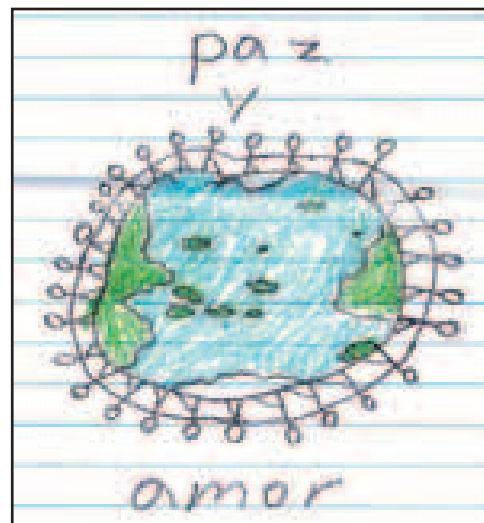
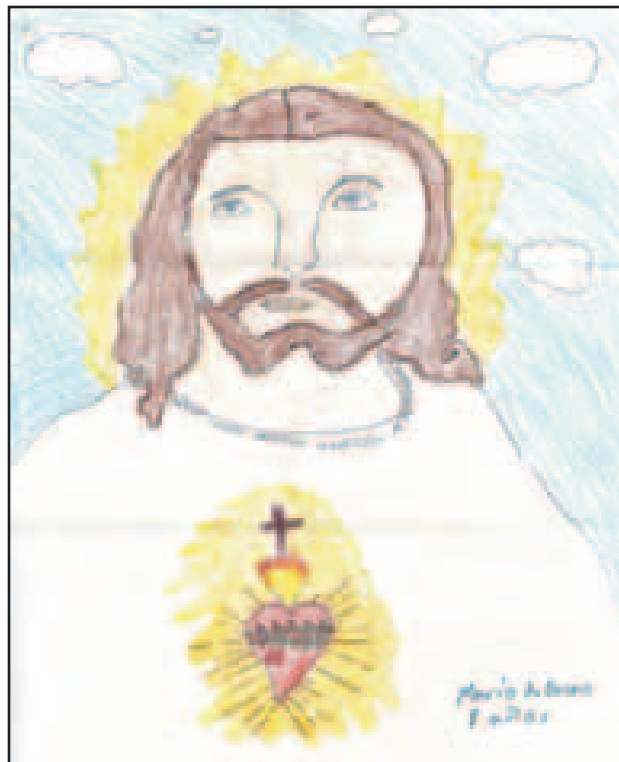
identifica claramente el globo terráqueo y los ciudadanos del mundo, todos iguales ante los ojos de Dios, unidos en paz y amor. Y por supuesto, nos incluye un hermoso dibujo del Corazón de Jesús. Nada falta a ese Corazón de Jesús de Mario. Es una obra hermosa que confío él mantendrá en su habitación.

**Francisco Javier**, de siete años, nos dice: “El Sagrado Corazón de Jesús está en la sala de mi casa. Rezamos allí toda la familia y le pedimos a Dios que nos guíe y que nos proteja.” Sin lugar a dudas, que el Amor reina en esta familia y Francisco claramente lo percibe y lo predica, porque ese dibujo, Francisco, es tu forma de hablar de Jesús y su Corazón Sacratísimo.

Con alegría damos paso a la labor de estos dos niños y felicitarles junto a su familia, por esa devoción de rezar en familia. ¡Jesús les conoce y cuenta con ustedes! ¡Cuenten ustedes con Él!

Dios y la Santísima Virgen les bendicen.

**Mario**, de ocho años, nos dice: “El Sagrado Corazón de Jesús es como todos los corazones de los cristianos que se unen y forman un mundo de paz, felicidad y amor...” También nos envía un dibujo que



## ¿cuál es el mensaje?

Sustituye el número por letra que le corresponde.  
¿Qué encuentras? Descubrirás algo que puedes decirte a ti mismo.

A-1, C-2, D-3, E-4, F-5, I-6, J-7, M-8, N-9, O-10, R-11, S-12, U-13

11 4 2 13 4 11 3 1 , 7 4 12 13 12

2 10 9 5 6 1 4 9 8 6

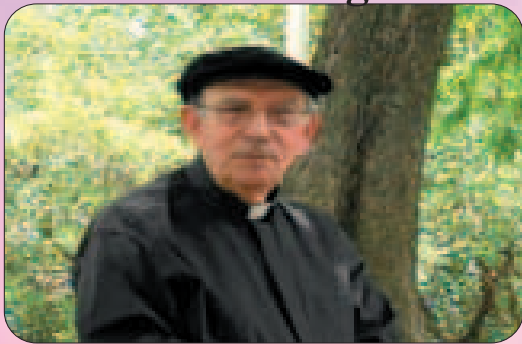
Respuesta: Recuerda, Jesús confía en mí.

**6 de julio**  
**Santa María Goretti**  
**Flor y mártir de la pureza**  
Ruega por nosotros y ayúdanos a entender y perseverar

# TELEORO

Conéctate a Teleoro y lleva a tu casa vida...

Semillas de Alegría



Domingo 1:30pm

Santa Misa



Lunes a viernes 7:30am

Sembrando Semillas de Amor



sábado 4:00pm

Plan de la Palabra



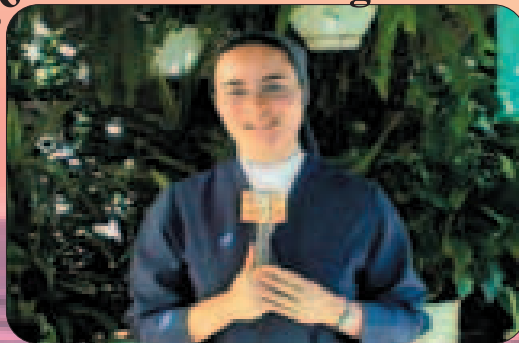
Domingo 8:00am

Coronilla de la Divina Misericordia



lunes a viernes 2:30pm

Tesoros de Nuestra Iglesia



Domingo 10:30am

Casa Abierta



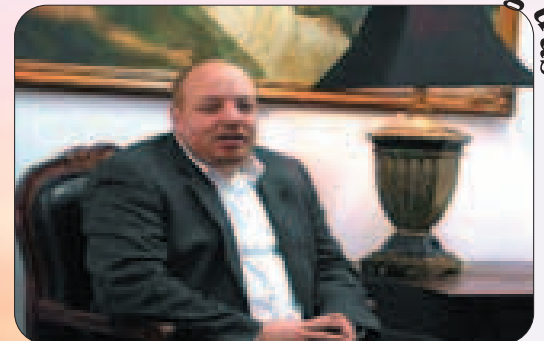
miércoles 10:00am

Reacción Inmediata



lunes 3:00pm

Caminando Sobre las Aguas



Domingo 11:00am

Tras el Horizonte



Lunes a viernes 11:30am



Envía tu donativo a: Teleoro, PO. Box 9021967, San Juan PR 00902-1967