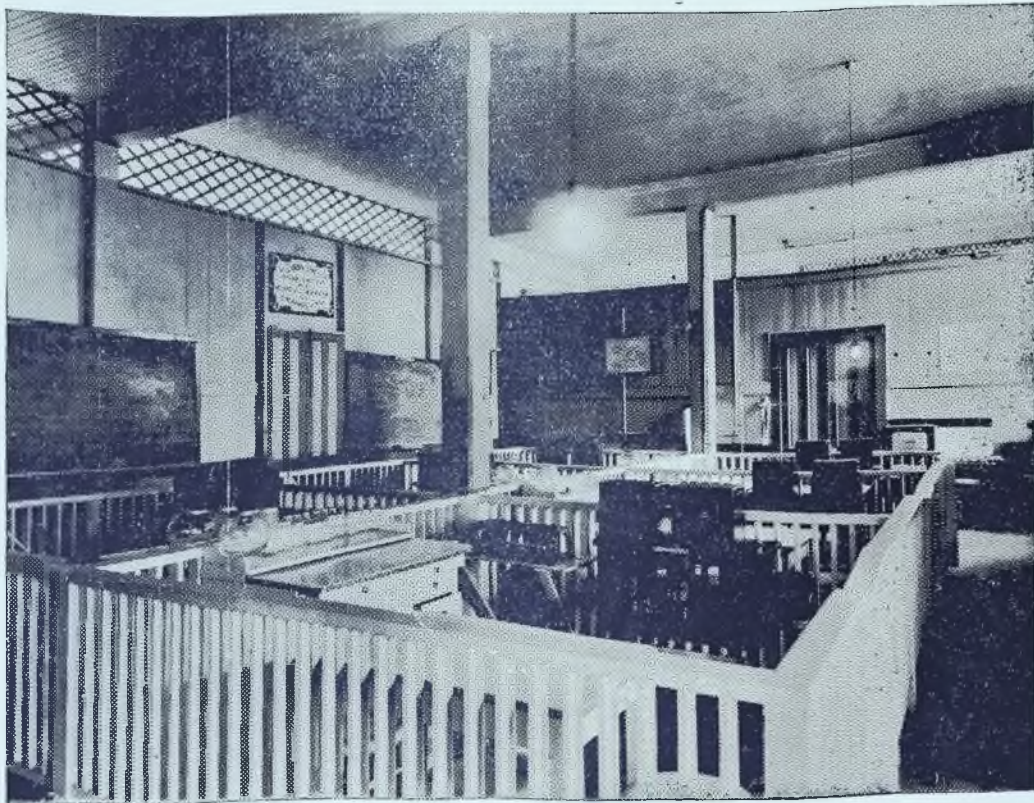




# ALAS

ORGANO DE LA ESCUELA PROFESIONAL



Moderno laboratorio de Economía Doméstica.



AÑO I.

Octubre de 1929.

Número 2.

# Banco Nacional de Panamá

FUNDADO EN 1904

DEPOSITARIO OFICIAL DE LA REPUBLICA

— Y —

MIEMBRO DE LA AMERICAN BANKERS  
ASSOCIATION

Este Banco se Especializa en Operaciones de Préstamos con Garantía Hipotecaria  
y de Descuento.

Cuenta con Departamento de Cobranzas Perfectamente Organizado y con Agencias  
en todas las Provincias, para servir con prontitud cualquier orden.

RECIBE DEPOSITOS EN CUENTA CORRIENTE, A PLAZO FIJO Y EN AHORRO,  
— Reconociendo un Buen Tipo de Interés. —

AGENCIAS LOCALES EN:

Santiago.

Almirante,

Aguadulce,

Penonomé,

San Francisco,

# The National City Bank

OF NEW YORK

Capital, Surplus and Undivided Profits . . . . . \$235,260,406.03

DEPOSITORY OF

THE UNITED STATES TREASURY THE UNITED STATES NAVY  
PANAMA CANAL

The Depository Of  
THE PANAMA RAILROAD COMPANY

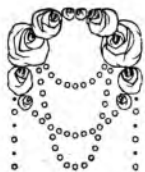
COLON BRANCH

PANAMA CITY BRANCH

J. H. DRUMM — Manager.

With its 104 Branches this Bank Offers an Unrivalled World Wide Service.





# ALAS



ORGANO DE LA ESCUELA PROFESIONAL

DIRECTORA

NELLY E. RICHARD

ADMINISTRADORA

ADELAIDA MARINA LOPEZ

REDACTORA

ELADIA GONZALEZ

PANAMA, OCTUBRE DE 1929.

## NOTAS EDITORIALES

### EFFECTOS DE LA LABORIOSIDAD

Las dos grandes potencias que se disputan la fuerza del mundo son: la energía activa, dinámica, que conduce al éxito por medio del esfuerzo y del trabajo, y la energía muerta, estática, que es la inercia.

En medio de estas dos fuerzas que ejercen influencia contraria la una hacia la otra, se encuentra el esfuerzo, que es dinamismo, trabajo, laboriosidad. Para que la fuerza dinámica venza a la estática se necesita el esfuerzo, acompañado de la inteligencia; ésta es la que dirige el trabajo; la que plasma una voluntad, y es la base de la vida material y moral. Y así podemos decir que es la inteligencia el principal factor que conduce a una laboriosidad constante y ordenada, porque el que la posee, aunque carezca de la fuerza muscular necesaria, sabrá encontrar los medios para realizar esa labor.

Si examinamos la tendencia a la laboriosidad, vemos que una fuerza superior conduce al hombre a ella; de allí resultan las diferencias sociales. La sociedad coloca al hombre moderno en un plano de igualdad civil, y esa igualdad se desnivela por la diferencia de jerarquías, y más que todo, porque el hombre se coloca en distintas escalas según su inteligencia y sus obras.

Fuera del dinamismo y la inercia se encuentran el bien y el mal, dos factores que ejercen gran influencia en la laboriosidad. Pero los individuos malos, por muchas riquezas que posean, aún cuando ocupen uno que otro puesto importante en la escala social, no dejan de reconocer en su interior, que aquel hombre de buenos sentimientos, de buenas acciones, aunque ante la sociedad sea un ser inferior a él, es realmente superior y tiene grandes ventajas; de allí que la envidia aparezca entre los sentimientos de esos seres perversos a quienes

la sociedad cree buenos elementos, pero quienes en su interior, en su conciencia, oyen hoy, mañana y siempre, el eco de una voz que les repite que ese título que les concede la sociedad engañada no se lo merecen, pues esos otros individuos que parecen inferiores, son moral y materialmente muy superiores a ellos.

Esto no pasa con los hombres buenos, pues aunque la sociedad los mire con desprecio, sienten en su interior ser mejores que esos que la sociedad adula porque teme ser víctima de sus venganzas; y así vemos que no vale de nada llegar a ocupar altos puestos por medio de malas acciones, sino que el único camino para llegar al pedestal del triunfo y de la felicidad, es mediante el esfuerzo, una laboriosidad continua y ordenada, basada siempre en buenos sentimientos, en buenas obras.

El trabajo es la fuente del progreso; la laboriosidad es el manantial que les brinda la naturaleza a los seres para que beban en él la felicidad. Vivamos una vida de labor constante, una vida de trabajo y de deber, y así podremos llegar a la cumbre del buen éxito, teniendo como baluarte de nuestra felicidad una conciencia tranquila y el pensamiento de que hemos realizado un trabajo digno y honrado.

Miremos como noble y honrosa la laboriosidad, esa aplicación al trabajo como único medio de fortuna; ella es además, el baluarte de nuestra cultura, pues el laborar constante de los individuos y de las naciones es la base de los grandes edificios de la civilización y la fuente de la prosperidad y la riqueza.

Trabajemos hoy y siempre, sin miras de egoístas, no importa por quién realicemos nuestra labor; procuremos sólo que sea en bien de la sociedad; que en la suprema satisfacción que produce una obra buena, hallaremos la mejor recompensa a nuestros esfuerzos.

### NUESTRA PORTADA

La portada de un periódico da siempre una idea de sus objetivos y nosotras no hemos querido faltar a la costumbre; si "Alas" es el órgano de la Escuela Profesional, es natural que se enorgullezca en iluminar su página de honor con las vistas más salientes de este plantel educativo. En el número pasado presentamos a nuestros lectores la vista frontal del edificio y ahora hemos querido obsequiarles con el Laboratorio de Economía Doméstica; en la segunda nota editorial de aquel número hicimos una breve exposición de los fines de la Escuela, y siguiendo la práctica, diremos al-

# WILLIE KEY HING & Co.

Wholesale — Retail

IMPORTERS OF MERCHANDISE

Panama, R. P.

American, European and Asian Silks,  
Ribbons, Hand embroidery, Laces,  
Stockings, Gloves,

Novelties, HATS, Adornments,

Toilet Articles & Perfumes.

Central Ave. No. 100.

Tel. 103.

The Famous Chinese Store

# GHONG KEE

Chinese silk and hand-embroidered goods,  
and all kind of oriental fine arts.

Central Ave. No. 319.

PANAMA CITY, R. P.

No branch on Panama or Colon.

gunas palabras sobre el significado del moderno Laboratorio de Economía Doméstica.

La Economía Doméstica, ciencia relativamente nueva y que ha alcanzado su máximo desarrollo en los Estados Unidos de Norte-América, ha interesado, por fortuna, a nuestro Departamento de Instrucción Pública, e impulsado a sus dirigentes a procurar su establecimiento y difusión en las escuelas de la República; para ello tuvieron la acertada idea de hacer venir al país a una especialista de la materia, la señora Luz M. Ramos, quien con el título de Profesora Jefe de la Sección de Economía Doméstica de la Escuela Profesional, primero, y de Inspectora de la materia en las escuelas primarias, después, se encargó de la organización y orientación de la asignatura. Las esperanzas del Gobierno no quedaron defraudadas, porque en breve el éxito coronó los esfuerzos de la inteligente organizadora, quien encontró todo el apoyo que había menester en la Dirección de la Escuela Profesional, y este plantel vió florecer en su seno la nueva ciencia e irradiar de ella por todo el suelo patrio, las fuerzas que han de llevar la felicidad al hogar panameño y que se resumen en un nombre: Maestras de Economía Doméstica.

Este aspecto de la labor no es a lo que esta vez debemos dedicar nuestras líneas, ni siquiera a la transformación que la ciencia del hogar ha marcado en nuestro establecimiento docente; tenemos que concretarnos al Laboratorio que figura en la portada de este número.

Es un laboratorio de "seis unidades," lo cual significa que allí pueden trabajar independientemente seis grupos de cuatro educandas, y ya esto indica su moderna construcción; en primer lugar, las modernas variantes de la Pedagogía dan capital importancia a la responsabilidad individual, y ésta se consulta en nuestro Laboratorio, en donde cada alumna tiene su ocupación específica; después, la división en pequeños grupos realiza un "proyecto": La Familia. Cada una de esas seis divisiones es "un hogar", y allí la pequeña familia se distribuye los quehaceres domésticos, prepara el menú, sirve a la mesa y practica los dictados de la urbanidad. En estas condiciones, abrazada la práctica a la teoría y asegurado el trabajo personal, los resultados han de ser positivos y los esfuerzos de la profesora bien recompensados.

Este el principio fundamental; pero no olvidamos que el trabajo no correspondería al ideal si los elementos no llenasen los requisitos de ese ideal. Por eso, nuestra información sería incompleta si no dijésemos que el equipo y útiles de laboratorio son modernos y completos y que en cada división puede encontrar la alumna cuanto necesita: la estufa, la mesa, la balanza, las medidas y la vajilla.

Finalmente, y con esto creemos haber cumplido con el amable lector, las clases y práctica de alimentación y dietética están a cargo de profesoras competentes y los ingredientes todos que las clases requieren son proporcionados con puntualidad por el establecimiento.

## Conservación del idioma castellano

Por Adelaida Marina López. IV de Comercio.

Hace pocos días España y la América española celebraron la efeméride gloriosa: la fecha del 12 de Octubre, que evoca el recuerdo de la hazaña estupenda que marcó una nueva etapa en la historia de la civilización, la fecha que ha sido escogida para celebrar las glorias de la raza, y para estrechar más los lazos de confraternidad que unen a la Madre histórica con sus hijas del Nuevo Continente y a estas naciones entre sí; y es evidente, que entre los vínculos que nos unen, uno de los más fuertes y de los más valiosos es el idioma, y estamos por lo tanto en el deber de cuidarlo y defenderlo, por un verdadero espíritu de conservación.

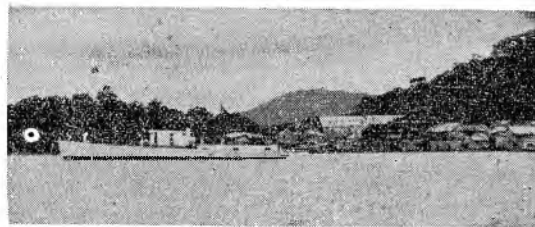
El idioma castellano, legado precioso de España la noble, forma parte de nuestra riqueza nacional, y debemos conservarlo en toda su pureza y evitar la introducción de extranjerismos, que no hacen más que deslucir nuestra hermosa lengua, hecha de "bronce viejo de cañones y clarines, para los arranques de la gloria y los trances de la embriaguez heroica, y de plata derretida para decir halagos y finuras", como dijera Ricardo León. Pensemos que ese afán nuestro, por desgracia cada día más generalizado, de mezclar en nuestra conversación, y en lo escrito voces exóticas, es un signo de degeneración; y que viciar y desgarrar nuestro idioma, es un crimen de lesa patria, y nos exhibe como seres desposeídos por completo de ese sentimiento de patriotismo que induce al hombre al exacto cumplimiento de sus deberes; porque no sólo es patriota el que en los campos de batalla lucha por defender su país, sino el que es fiel a sus tradiciones; el que ama y respeta lo que constituye el alma misma de la Patria.

En Panamá, más que en otras partes, el idioma sufre los rudos embates de la influencia extranjera, y es por esto por lo que es preciso que estemos constantemente alertas para salvar nuestro tesoro; para conservar la lengua opulenta de recuerdos atávicos, y perpetuar el prestigio de nuestro glorioso patriotismo.

A nosotros, los estudiantes panameños, nos toca en gran parte la misión de cuidar del sagrado depósito; esforcémonos por cumplir fielmente este deber; estudiemos con cariño nuestra lengua, que tantos tesoros de sensibilidad y de armonía encierra, y haremos así una labor verdaderamente patriótica y trascendental.

No hace mucho, el Embajador de la Argentina en España, señor Daniel García Mansilla, propuso la formación de una "Asociación Cultura Hispanoamericana para Conservar el Idioma" la que se esforzaría en intensificar el estudio del Castellano por medio de conferencias, intercambio de libros y de profesores,

juegos florales, premios literarios, etc. Y que establecería un comité central en las capitales de las distintas Naciones, con Subcomisiones en las ciudades importantes. Ojalá que este proyecto se convierta dentro de poco en realidad pues tal asociación contribuiría de manera efectiva al florecimiento de un idioma que es la más genuina característica de la cultura española, una de las más preclaras que ha producido la humanidad.



Apartado No. 2.

Oficina: Tel. 236.

Colón, R. de P.

Res. 116-L.

**Pedro H. Rhodes**

ABOGADO.

Ave. Herrera y Calle P., No. 6.063.

— COLON —

**Teléfonos:**

Oficina, 239-J.

Residencia, 239-L.

**Auxibio Puyol C.**

ABOGADO — LAWYER

— Colón —

Oficina: Avenida Herrera, No. 6063.

Residencia: Calle 7a., No. 3006.

## *Ventajas que la carrera comercial nos ofrece y condiciones que nos exige*

El siglo XX ha presenciado el milagro de la emancipación económica de la mujer, como consecuencia del desequilibrio causado por la gran guerra, que la obligó a ocupar las plazas que en las distintas actividades de la vida dejó vacías el hombre, al marchar a los campos de batalla. Ya pasó para ella la época en que permanecía inactiva y eclipsada por la actuación del hombre; en que a menudo vivía como un parásito, porque no le era permitido trabajar fuera del hogar.

Hoy una mujer emprendedora, de carácter firme, aunque no tenga más capital que una inteligencia clara y una legítima ambición, puede por sí sola abrirse paso y llegar a ocupar un puesto distinguido en la sociedad en que actúa. Y es indiscutible que también el comercio brinda a la mujer campo adecuado para ejercitar con provecho legítimo sus energías.

Aquí en nuestro país, las muchachas que estudian comercio encuentran por lo general buenos empleos, en los cuales, si muestran inteligencia y consagración, pueden ascender hasta ocupar posiciones holgadas y aun independientes, cosa que rara vez ocurre en el ejercicio de las otras profesiones en que la mujer panameña se ejercita.

Pero como es natural, y como le sucede también al hombre, la muchacha que sigue la carrera mercantil necesita no sólo una buena preparación, sino estar dotada de ciertas cualidades que son la llave del éxito: ante todo la honradez en el trabajo, la que consiste no solamente en no apropiarse lo ajeno, sino en ejecutar toda labor a conciencia; es decir, de la mejor manera posible; en dedicar al trabajo que nos encomiendan toda la atención y todo el tiempo necesario, pues no es honrada la persona que

devengando un sueldo, sólo trabaja en presencia del Jefe, y pierde el tiempo en cuanto éste se retira. También exige la honradez profesional no tratar de obtener ganancias exageradas, ni abusar de la buena fe del cliente, haciéndole pasar artículos de mala clase como buenos, pues esto al fin se descubre; y el comerciante que llevado por la ambición emplea tales procedimientos, se perjudica a sí mismo, porque pierde la clientela, ya que la base de toda operación comercial es la confianza que inspira el comerciante.

Además es indispensable poseer cierto dón de gentes; tratar a todo el mundo con amabilidad y cortesía, pues nada halaga tanto a las personas como el verse tratadas de una manera fina y discreta. Muchos empleados se ganan la buena voluntad de sus jefes y logran ascender rápidamente debido a su natural simpático y amable; y pa-

### **Librería LA UNION**

#### **SERVICIO DE NOVEDADES ARTISTICAS Y LITERARIAS**

Novelas, Historias etc., Extenso surtido de textos escolares tanto para las escuelas públicas como privadas.

**OBRAS NACIONALES:** Somos los depositarios y Agentes de la mayor parte de ellas.

Cualquier informe que se nos pida en nuestro negocio es contestado el mismo día.

#### **AGENTES DE LAS SIGUIENTES REVISTAS:**

CROMOS DE BOGOTA.—ALREDEDOR DEL MUNDO, MADRID.—LECTURAS, BARCELONA.—RE-FORMA SOCIAL, LA MABANA.

#### **BENEDETTI HERMANOS**

AVENIDA CENTRAL No. 18

Apartado 176.—Teléfono 66.

Head Office, Hyderabad.

Sind, India.

P. O. Box 805

Cristobal, C. Z.

Phone 307, Colon,

Cable Address,

"Irachand"

Colon.

Shap where you must, but when and where things

are genuine, and prices fair.

## **Farachand Bhojray & Company**

**ORIENTAL MERCHANTS**

**Wholesale and Retail**

7020 Front St. Colon, R. P. Branch in Panama.

**Specialists in Spanish Shawls.**

**COLLECTION OF IVORY**

reacly made ponge silk suits always in Stock.

**TRY US ONCE,**

and you will be our permanent client.

ra atraer al cliente, la cortesía es un imán poderoso.

La exactitud en las transacciones y el cumplimiento oportuno de los compromisos contraídos es otra condición indispensable; y por último, la fuerza de voluntad y la constancia para luchar contra los contratiempos que en el comercio, como en cualquier otra profesión, pueden presentarse. Debemos pensar que como ha dicho Amado Nervo "nunca encontraremos obstáculos y dificultades, que al principio parecerán insuperables, pero que si luchamos con tenacidad y entusiasmo, al fin lograremos vencer".

Pensemos, pues, compañeras, que si entramos a la vida mercantil provistas de todas estas armas y con la buena orientación que nuestra querida escuela nos ha dado, podremos sin duda abrírnos paso y dignificar nuestra vida en un trabajo honrado y productivo.

M. T. L.

IV Año de Comercio.

## El Desengaño

El desengaño es el cansancio fatigoso de la vida; las decepciones inseparables de nuestra naturaleza humana; el desaliento de no haber alcanzado lo que deseábamos; es la pena que nos causa la traición de un amigo, y es, en una palabra, todo lo que no hemos podido alcanzar en nuestra caprichosa senda de mendigos, con las manos del alma vanamente extendidas hacia la felicidad inalcanzable.

La juventud es la edad de los sueños quiméricos que no pueden existir realmente sino en nuestra imaginación; son sueños intangibles para los sentidos de la carne, pero palpables para nuestra fantasía, que los reviste de sentimentalismos delicados y de soñaciones poéticas.

En esta edad nuestra cabeza es jaula de oro en donde el pájaro azul de los ensueños canta su loca canción que nos promete lo desconocido; pero más tarde... con el transcurso de los años, esta cabeza ya cana, jaula vacía y silenciosa poblada sólo de recuerdos

habrá conocido lo que es desengaño, y sentiremos en el corazón ese dejo amargo que no podemos explicar, y es que el desengaño y el dolor habrán azotado con sus alas trágicas nuestros juveniles sueños.

Es sin embargo, necesario, no dejarse abatir por el desengaño; es preciso apercibirse contra las dolorosas realidades, y vivir siempre abrigando un puñado de ilusiones doradas, que habrán de llegar como bandada de golondrinas a alegrar con sus aletazos y sus trinos la ruina de nuestro corazón.

E. G.



CUMPLIMIENTO

A. Andrade Polanco

Colón, Avenida Balboa

Kingston Drug Store

ISAAC JUTTING

7087, Bolivar Street.

Colon, R. P.

Experienced Pharmacist  
DRUGS

HIGH GRADE PERFUMES, TOILET  
ARTICLES, CANDIES

— and —

DELICIOUS-FLAVORED ICE  
CREAMS

# PAGINA DE SELECCIONES

## EL ARTE DE ESCRIBIR

Escribir! Pintar el pensamiento con un signo, y fijar la palabra para fecundar la idea; exhalar, sacar afuera el alma y grabarla en un papel; fijar lo más volátil, detener lo más fugaz, prender lo más inasible, y condensar lo más sutil que el pensamiento; asimilar, identificar la materia con el espíritu; hacer palpable lo que no tiene partes, y darle cuerpo a lo que no tiene ni sombra, ni apariencia, ni color, ni figura, ni consistencia; espiritualizar la materia y materializar el espíritu, dándole cuerpo y forma para echarlo a volar por todos los ámbitos, reproduciéndolo infinitamente hasta llenar todos los senos del espacio y hacer del alma del hombre el dueño de la inmensidad!! Con 25 caracteres llenra el mundo y los siglos, y con dos líneas combinadas, con un arco y una cuerda, enlazar el globo entero y detener el tiempo y eliminar el espacio y colmar el vacío; poner en contacto todas las inteligencias, y reducir a una sola el almade todos los pueblos, de todas las generaciones, de todos los lugares y de todos los si-

glos; convertir el pasado en el presente, y hacer de estos dos el porvenir indefinido; hacer de todos los siglos un punto en la duración, y hacer de un instante una eternidad; conversar con Piatón y con Kant a un mismo tiempo, y hablar con Plinio y con Humbolt en el mismo día. Preceder!... sí!... preceder millares de años a la creación del hombre, venir con Cu- vier a la tierra antes que la primera pareja, y ocupar el paraíso antes que Adán: hacerse contemporáneo de todos los siglos y de todas las creaciones, y de tidas las revoluciones y peripecias de nuestro planeta; hacer una eternidad y una inmensidad de lo que era chispa leve y fugaz; dar la ubicuidad a cada persona y la multiplicación inagotable a cada individuo; hacer que una cabeza piense dentro de todas las cabezas y chispee en todos los ojos y fulgure en todos los cráneos; triunfar de todo y vencer el tiempo y el espacio y la materia y la muerte! probar con esto la divinidad de nuestro sár, la inmortalidad de nuestra especie, y la celestial naturaleza de nuestro globo, haciendo ver ante Dios y a la faz del mundo, que la tierra hace parte del cielo, y que el

### Librería Hispano - Panameña

Ave. Central No. 35. Teléfono 236.

**PAPELERIA,  
UTILES DE ESCRITORIO,  
TINTAS DE TODAS  
CLASES**

**MARIO PRECIADO & CO. LTDA.**

Panamá, R. de P.

### Pensión Brigard

Avenida "Exposición"

**ALIMENTACION ESPECIAL  
AL REGIMEN DE LOS  
HOSPITALES**

Teléfonos 444 y 1878. Aptdo. No. 996.

**Propietarios:**

**George y María de Brigard**



hombre es el ángel de este seno del Empíreo...  
eso!... y mucho más, es lo que significa, oh  
Julia! la palabra **escribir!**....

**Ricardo de la Parra.**

Es realmente conmovedor y edificante el bello pensamiento con que termina esta poesía de Iván Turgueneff, novelista y poeta ruso, upno de los que mejor han pintado la vida popular de su país.

Pobre, astroso, desvalido,  
con acento dolorido,  
de mis pasos yendo en pos,  
pidióme un débil anciano  
tendiendo la sucia mano  
¡Una limosna por Dios!

Al oír su voz plañidera  
sentí compasión sincera  
y lo quise remediar;  
mas no llevaba conmigo  
nada que dar al mendigo  
para su hambre mitigar.

—Perdón, no llevo dinero—  
dije al pobre pordiosero;  
Perdón amigo, perdón.  
Y tendiéndole la mano,  
estreché la del anciano  
con ternura y emoción.

Gracias,—clamó el indigente  
suspirando dulcemente;—  
gracias por vuestra bondad.  
Darle la mano a un mendigo  
y tratarle como amigo  
es limosna y caridad.

## ALAS

Volando sobre el Canal de Panamá.

### I

La hélice inicia ya su movimiento....  
suavemente, deslízase la nave.  
Y es ya, bajo el azul del firmamento  
el ensueño de right que se ha hecho ave!

Ha realizado Icaro su intento  
mas nó como en la fábula se sabe  
que otras alas lleva éste: el Pensamiento,  
y en esas alas todo impulso cabe.

Del trueno y de los pájaros hermano,  
así cruza el velívolo el arcano  
sin mirar, como el águila, hacia el suelo...

Y es que el hombre no asciende por la presa  
sino que va a lo azul... y en la cabeza  
siente las alas conquie irá hasta el cielo!

### II

Ariel está en la majestad del vuelo:  
nubes, alas, espacio, desvarío....  
Siente el hombre un extraño calofrío  
mas luego ve que se le acerca el cielo.

El aeroplano vira... y en el desvío  
pone en el corazón como un deshielo,  
pero late, recóndito, el anhelo  
de sentir el dominio del vacío!

El velívolo sube, sube, sube....  
y rompe la madeja de una nube  
y asciende siempre del espacio en pós.

En tanto admira el hombre que la ciencia  
haya podido darle a la conciencia  
alas para acercarse un poco a Dios!

### III

Con las alas abiertas y suspenso  
parece una ave trémula de altura.  
Tendido va sobre el Canal inmenso  
que es una interminable sierpe oscura.

El aeroplano va sobre el abismo  
y al deshacer las nubes en collares  
se ven allá a los lejos los dos mares  
como dos alas que tuviera el Istmo.

Es entonces un símbolo imponente:  
Panamá en la mitad del Continente  
es un pájaro a la vez que un corazón.

Y se alcanza a mirar sobre el oceano  
que formando un laurel se dan la mano  
los genios de Balboa y de Colón.

Rogelio SOTELA.

Panamá, Junio, 1929.

"OLD"

"PANAZONE

GARAGE"

Tiene la mejor gasolina y aceite

de la ciudad.

¡ACUDA! ¡CONVENZASE!

Ave. 53 y Calle 21.

Tel. 1290.

## MERITOS Y SIMPATIAS



Que el periódico de estas gentes niñas  
sea digno de su bondad y de su gracia  
y que prestigie su título simbólico Alas,  
poniendo muy alto el nombre de la  
mujer panameña.

Angélica Palma  
Panamá, y en el Día de Santa Rosa de Lima  
1929.



Angélica Palma con las profesoras y alumnas de la Escuela Profesional.

Felicitamos a don Tomás Gabriel Duque por su ofrecimiento de regalar a la Escuela de Chepo el Laboratorio de Economía Doméstica, simpático gesto que pone de relieve su interés por la instrucción de ese pueblo. Como órgano de la Escuela Profesional, "Alas" expresa su gratitud al señor Duque, porque su desprendimiento significa progreso para el Curso de Economía Doméstica. Queremos congratular también a la señorita Matilde Ayala D., maestra de la asignatura en ese lugar, quien sabrá aprovechar en beneficio de su apostolado, la magnífica oportunidad que le brinda el señor Duque.

Con placer registramos la meritoria actuación de la señorita Matilde Castillero C., maestra de Economía Doméstica en Soná, quien ha sabido captarse las simpatías del pueblo en el cumplimiento de su misión y obtenido del Municipio ayuda eficaz para ampliar el Laboratorio. En otra sección publicamos la carta que ha dirigido recientemente a la Dirección de la Escuela Profesional, para obtener por su conducto los útiles necesarios. No queremos considerar la labor de la señorita Castillero digna simplemente de felicitación, sino como un ejemplo elocuente para las maestras de Economía Doméstica, y esperamos verla continuar por el camino emprendido.

El mes pasado, que bien puede llamarse el mes de los concursos, cupo a la Escuela Profesional el regocijo de obtener para la señorita alumna Juana I. Tejeira, un premio en el Concurso del Libro, auspiciado por la Inspección General de Enseñanza; pero no es esto todo, porque este plantel ha celebrado entonces varios certámenes: el concurso de lectura para los primeros años, cuyo premio tocó a la señorita Adela A. Tapia; el concurso de lectura para los segundos años, cuyos premios primero y segundo correspondieron a las señoritas María S. Martinelli y Clorinda Reina; el juicio sobre una obra, en que el éxito coronó los esfuerzos de la señorita Nelly E. Richard, y el concurso sobre noticias geográficas, que distinguió a la señorita Monseirat Pujolás. No está en nuestro ánimo reseñar las actividades de este plantel de educación, pero sí hacer público reconocimiento de los meritos de las niñas premiadas y enviarles nuestro apiauso.



CUMPLIMIENTO  
DE  
**MAD. de HOND.**

PANAMA.

TELEFONO No. 10

Head Office, Hyderabad,  
Sind, India.  
P. O. Box 688.  
Cristobal, C. Z.

Phone 159, Colon,  
Cable Address:  
"Chellaram"  
Colón.

**D. CHELLARAM**

ORIENTAL MERCHANTS

Wholesale and Retail.

9036, Front St.

Colon, R. P.

World Variety Souvenirs.  
Specialists in Spanish Shawls.

Collection of Ivory.

When in need of a pongee suit call on us.

OUR MOTTO IS:

Small profits and quick returns.

**José B. Calvo O.**, quien en febrero último se graduó en nuestro Instituto Nacional de Bachiller en Ciencias, ha sido admitido en el primer año del curso de Ingeniería Arquitectónica del Instituto Tecnológico de Massachusetts (MASSACHUSETTS INSTITUTE OF TECHNOLOGY), que es sin discusión una de las más estrictas y mejores universidades del mundo en estudios de ingeniería.

El Baby, como cariñosamente llamaban los institutores a su ex-compañero Calvo, se distingue por su carácter noble y por sus maneras de "gentleman" legítimo. Fue un excelente alumno a quien el Instituto Nacional concedió diploma con puesto de honor. En el Instituto Tecnológico de Massachusetts cursan estudios unos seis o siete de nuestros institutores y la eficiencia de ellos ha bastado para que esa Universidad conceda un extraordinario voto de confianza, tal vez el único que allí se otorgue este año, a quien como Calvo llevó brillante informe como estudiante de Panamá.

El triunfo del Baby es, pues, también un triunfo del Instituto Nacional, que día a día aumenta su crédito en el extranjero como institución educativa. Tenemos la convicción de que Calvo, por su inteligencia y consagración al estudio, acentuará más este record de los

estudiantes panameños en el Instituto Tecnológico de Massachusetts.

ALAS, con motivo de esa nota, manifiesta su entusiasmo a Calvo y a los compañeros todos del amigo estimado y representante distinguido de la juventud estudiantil panameña en los Estados Unidos.



El cultivo de esta deliciosa fruta haría imposible la importación de su jugo como ahora sucede y sería, además, una fuente de riqueza para nuestro país.

# TEATRO VARIEDADES

Empresa: FERNANDO BURILLO.

## Todos los Jueves y Domingos

películas especiales que la Empresa garantiza.

### Cada Estreno Francés o Italiano será un nuevo asombro

Próximos estrenos de gran actuación:

**LOS INCENDIARIOS DE EUROPA**

**O RASPUTIN**

**SU ALTEZA, EL BAILARIN**

**LA MUJER ANTE LA CRUZ**

**S.O.S., Llamada de auxilio o un corazón que naufraga.**

La sensacional serie en 10 episodios:

**LOS PELIGROS DE LA SELVA.**

**TODAS ESTAS PELICULAS SON DE ESTRENO.**



# LA MUJER Y LA CASA

## SIGNIFICADO DE ALIMENTACION O DIETETICA

Qué comeremos hoy? Es la constante pregunta del ama de casa, quien cree que si alguien le planea las comidas, la administración del hogar sería más fácil; no obstante, la carga es muy difícil de sacudir. Pueden escribirle minutas variadas, pero rara vez éstas llenan los requisitos de la familia. Los alimentos designados no están en el mercado o a la familia no le gustan, o hay restos de comida que aprovechar, y el problema queda sin solución. En verdad la persona encargada de la alimentación de la familia tiene una responsabilidad difícil de evadir. De las necesidades de la vida, sustento, ropa y albergue, la primera es la más importante, porque sin ella la vida es imposible. Con una provisión escasa de alimento falta la energía y el desarrollo mengua; con abundancia puede uno bullir tanto el horno que la luz de la vida se apague por exceso de combustible. Muchos días de vida pueden arruinarse por la selección impropia de los alimentos. Una alimentación deficiente prepara el camino para serios trastornos de salud. Muchas gentes gastan la mayor parte de sus ren-

tas en la alimentación. Qué lástima si comida del hogar está en manos de la que formula los planes para las comidas. Qué comeremos hoy? no implica elegir entre algo y nada como en los tiempos primitivos; indica más bien indecisión entre un grupo de alimentos. Comer es una costumbre social lo mismo que lo es fisiológica y la mujer se preocupa mucho si a su compañero no le gusta la comida, pero pocas veces de los requisitos fisiológicos. Las investigaciones científicas han suplantado a las tradiciones, y hoy podemos decir con exactitud los alimentos que el cuerpo necesita y cómo los utiliza. En laboratorios apropiados, hombres de ciencia se dedican al estudio de los alimentos y de las leyes que gobiernan la alimentación, para encontrar nuevos métodos para la selección de comidas que puedan rendir mayor bienestar a la familia.

## CONTINUACION DE LAS RECETAS PARA DESAYUNOS

### PASAS EN ALMIBAR:

Ingredientes:

- 1 lb. de pasas,
- 3 t. de azúcar,
- 3 ruedas de limón.

## Las Damas y Caballeros

que no deseen vestir mal deben comprar  
sus sombreros  
en la

## Fábrica Nacional

Los sombreros más bonitos,  
los sombreritos ideales  
son los mejores sombreros  
los sombreros nacionales.

FABRICA NACIONAL DE SOMBREROS

S. LEWIS JR.

— PANAMA —

## Novedades Antonio

— PANAMA —

## Vestidos y Sombreros

DE

PARIS

Y

NEW YORK

ESPECIALIDADES EN ARTICULOS  
PARA REGALO

Ave. Central, No. 30

Teléfono 906.

**Método:** Lávense las pasas; pónganse en agua fría por una hora. Cocínense a fuego lento por 45 minutos y de último agréguese el limón. El punto es de 215 grados de calor F.

**PASTA DE MANZANAS:**

**Ingredientes:**

1 lb. de manzanas secas,  
1 lb. de azúcar,  
2 pt. de agua.

**Método:** Pónganse las manzanas en agua la noche anterior. Hiérvanse hasta que se ablanden. Pásense por un cedazo. Mídase la misma cantidad de pulpa y agréguesele el azúcar en igual cantidad. Cocínese hasta que la pasta se desprenda de la olla.

**HARINA DE MAIZ:**

**Ingredientes:**

2 t. de leche,  
2 cs. de azúcar,  
2 cs. de harina, no colmadas,  
 $\frac{1}{8}$  de sal,  
1 ct. de mantequilla,  
 $\frac{1}{2}$  ct. de vainilla.

**Método:** Hiérvase la leche con la sal y el azúcar. Póngasele la harina poco a poco, revolviéndola para que no se apelote. Agréguese la mantequilla y vainilla y sírvase bien caliente.

**TORTILLA FRANCESA:**

**Ingredientes:**

2 huevos,  
2 cs. de leche,  
 $\frac{1}{8}$  de pimienta,  
 $\frac{1}{4}$  ct. de sal,  
1 cs. de mantequilla.

**Método:** Bátanse ligeramente los huevos. Agréguese la leche y los demás ingredientes. Calientese la sartén y agregue la mantequilla. Cuando se derrita la mantequilla vacíe la mezcla y baje la llama. Señale el centro de la tortilla con un cuchillo. Doble una orilla sobre otra, déjelos dorar. Sírvase calentita.

**Nota:**—A todo el que desee preguntar sobre cualquier punto de Economía Doméstica en general, ofrecemos gustosas nuestra Sección para resolver sus dudas y consultas.

# "EL ESFUERZO,"

TALLER DE EBANISTERIA CONSTANTINO SAENZ,

Avenida del Chorrillo, No. 25

TELEFONO No. 2897-J

Almacén: Calle 7a y Sosa.

Apartado 1074

Teléfono 1677

: : :

Panamá, R. de P.

# MINUTOS RISUEÑOS

## ULTIMATUM

### De las alumnas del IV Año de Comercio.

**Moncha.**—Pelarse ella misma a lo "Ruth Taylor para economizar un peso.

**Laya.**—Estar despierta toda la noche para acusar las niñas que hablan dormidas.

**Ceci.**—Pelear baños hasta dormida.

**Mella.**—No comer por estar hablando en la mesa.

**Nata.**—Ponerse brava hasta con la comida.

**Nelly.**—Decir un discurso en secreto.

**Doty.**—Hacer travesuras.

**Veva.**—Asegurar sus opinio-

nes en una compañía de seguros.

**Nena.**—No comer para seguir engordando.

**Chefa.**—Dictar estenografía dormida.

**Anín.**—Preparar un nuevo diccionario.

**Teodo.**—Hablar sólo en Inglés.

**Pichis.**—Comerse hasta el papel en donde trae el "break".

**Betty.**—Ser una niña modelo.

**Betta.**—Hablar 250 palabras por minuto y contestar cuando no le preguntan.

**Chichi.**—Ponerse anteojos para ver en el tablero las fal-

tas de las niñas.

**Fanny.**—Dejar que sus compañeras se coman los dulces tranquilas.

**Molly.**—Comerse de los chocolates hasta el papel.

**Carmela.**—No pintarse ni sacarse los cejas.

**Cholita.**—Usar Pelolisina para el cabello.

**Mañña.**—Matar moscas en clase.

**Blanche.**—Jornalizar hasta los consejos de las inspectoras.

**Pate.**—Escribir 250 palabras en estenografía dibujando los signos.

**Negra.**—Llamarle la atención hasta a sus libros.



## CUANDO UD. SE SIENTA FATIGADO,

tome un vaso de leche fresca y pura.

Y para esto no tiene más que visitar el establecimiento de Tagaropulos y allí encontrará Ud. la más rica y deliciosa leche de vaca.

Esta leche es sana y puede Ud. sin temor ninguno, alimentar con ella a su

# BEBE

No olvide también, que para hacer una buena digestión no hay como el famoso **FERMELAC**, hecho con culturas de bacilo búlgarico puro, el germen que mata a todos los microbios de infección que amenazan su bienestar y su vida.

## Antonio Tagaropulos

**LECHE**  
25c. Litro.

12,118 AVENIDA BOLIVAR  
Teléfono — 499.  
COLON

**FERMELAC**  
La botella  
20 c/U.

### CARACTERISTICAS DE VARIAS INTERNAS

Ligia.—Cultiva el estilo “papagallo,” en su léxico. Tiene una fuerza magnética imponente sobre las compañeras. Cuando habla, el auditorio que la escucha permanece en profundo silencio.

Tila.—Ferviente admiradora del calzado “Chino,” sólo piensa en los zapatitos con que cubre sus diminutos pies.

Reina.—Se ha profundizado en el estudio de la zoología su animal favorito es la “guacamalla” y la imita divinamente. Cuando habla sus compañeras le dicen;—**haz punto y coma.**

Perry.—La niña mimada que cuando habla todo lo termina en ito, ita.

Mimito.—Hábil compositor; inspirada en los rumores del Zarafí compuso unos versos para el Orange Crush con la música de Sony Boy.” Forma parte, junto con Lilia, July, Oti, y otras más, del Club “tapitas” de Orange Crush, al que ha dedicado sus versos. Comienza este así:

Venga el Club “tapitas”  
de la exposición

Con su insignia del Orange  
Crush....

Mary.—Así como las pastillas de Stymol sólo se pueden usar cuando pasa la efervescencia, así con ella, sólo se puede hablar cuando le pasa el furor.

Palito.—Profesa mucho cariño a sus compañeras y todo el retrato que cae en sus delicadas manos, pasa a formar parte de la colección que está formando de esa manera..

Luz A.—Hábil consejera en quien las niñas depositan toda confianza, no parece que por lo chiquita tuviera tanta experiencia.

Rosita C.—Rinde culto su-

premo a la belleza y aconseja el uso del aceite de castor para poner bonitos los ojos, y del achiote para pintarse los labios, el corcho para las cejas, consejos todos muy sabios.

### CARACTERISTICAS DE LAS INSPECTORAS

Nila.—Eterna admiradora de las listas de la lavandería. Dedicase a coleccionarlas para hacer con ellas un álbum de recortes, en el que ha puesto toda su alma.

Adelita.—Partidaria del lema Trabajo orden y economía; Trabajo orden y economía; no vota los vasos rotos para que las niñas lo paguen. Ferviente admiradora de las matemáticas, le gusta sumar cantidades altas y quita 120 puntos cada vez.

July.—Madrecita amante y cariñosa de las niñas confiadas a su cargo; cuando sale con ellas analiza hasta las más mínimas de sus acciones.

Mercede.—Admirada por todo el colegio por la elegancia con que se pasea por las aulas y dormitorios, queriendo adivinar con su mirada escrutadora los pensamientos de cada cabecita juvenil que la rodea.

Aidetta.—El culto de la poesía y la bella prosa posee su corazón y lo engrandece; inspírase al contemplar las llamas de un incendio y al ver volcarse una carretilla.

En el próximo número saldrán los de las demás alumnas.

Un hombre en una carrera de perros: Sí... Es muy cierto! Todas las bebidas están adulteradas!... El Wiskey tiene Ron Gorgona. El Coñac tiene Ron Gorgona. El único que creo que no tiene Ron Gorgona, es el Ron Gorgona!

### COLMOS

Contabilista: Formalizar en un libro Diario los regaños de una suegra.

Mecanógrafa: Reirse en máquina. Escribir en una máquina sin teclado.

Estenógrafa: Tomar el discurso de un gago.

Telegrafista: Recibir telegráficamente un mensaje telepático.

Ecónoma: Guardar la comida que sobra hoy para cocinar al día siguiente.

Modista: Coser la boca de una calle.

Correísta: Poner estampillas a las cartas de la baraja.

### CHISTES

La maestra.—Niños, no deben hacer nada privado que no podrían hacer en público.

Rosita.—Viva! Viva! no me baño más.

A una pensión llegó un indio a comer. Le sirvieron un plato de consomé con un hueso adentro.

El hombre tomó el hueso, lo amarró con un hilo y lo colgó a la lámpara del salón. La dueña sale furiosa y le dice.

Bueno me va a bajar ese hueso inmediatamente. No ve que ensucia el mantel que acaba de poner?

El.—Pos paisa!... No lo abajo de allitica hasta que no me confiese en dónde dejó la carne.

Una gitana se presenta donde un cura y le dice:

—Padre. Mi marido acaba de morir y quiero que le haga un entierro bien rumboso.

El padre.—Y se dobla?—  
Qué va a doblarse si está mas teso que un palo?...



*Tres capas en forma de ladrillo combinan*

Helados de Chocolate

„ „ Naranja

„ „ Vainilla

Tres sabores distintos---calidad extra. Es difícil decir cual es el sabor más delicioso, son todos tan buenos. Uno de sus más seleccionados heladeros cerca de Ud. se contentará en servirle con este Especial y nosotros sabemos que Ud. lo gozará porque es delicioso "KIST". Saboreado, como todos nuestros hielos,  
Helados y Sorbetes

---

---

**PANAMA GOGA GOLA BOTTLING Co.**

Panamá 65 ~ TELEFONO ~ Colón 84

---

---

**ES PASTEURIZADA**

## PAGINA DE LAS EXALUMNAS

"Alas" se complace en ofrecer a las ex-alumnas de la Escuela Profesional, una página en donde dará gustosa cabida a su apreciable colaboración. En ella podrán expresar su sentir y pensar en los aspectos distintos de sus respectivas profesiones: aconsejar, preguntar, marcar el desenvolvimiento de sus actividades, exponer sus dudas y tropiezos y sonreír con las sorpresas agradables del éxito. Entre esa masa que en un tiempo llenó con su bullicio esta casa que ahora nos cobija a nosotras, hay un grupo que no debe alejarse nunca de nuestro templo: las maestras de Economía Doméstica; a ellas entarecemos que se nos dejen conocer, porque en sus manos tienen el porvenir de una asignatura nueva que hará la felicidad de nuestra patria y que ha menester una enérgica campaña y la unión de las voluntades todas capaces de impulsar su desenvolvimiento y de labrar su esplendor. Esperamos oír las. Por lo pronto, queremos dar publicidad a tres cartas significativas que la señorita Directora de la Escuela Profesional ha recibido de las maestras de Economía Doméstica señoritas Matilde Castillero C. y Emelia Valderrama V. Son las siguientes:

"Soná, 29 de agosto de 1929.

Señorita Isabel Herrera O.,

Directora de la Escuela Profesional,

Panamá.

Señorita Directora:

Me es muy grato referirme a su atenta circular distinguida con el número 5 y fechada el 14 del presente mes.

Hasta la fecha no he tenido necesidad de hacer consultas a esa Dirección, debido a que este primer semestre ha sido dedicado a la costura exclusivamente, y no es hasta en el nuevo semestre cuando se dará comienzo al curso de cocina. No obstante, ya he comenzado a dar los pasos conducentes para preparar el terreno y evitar tropiezos al comenzar el nuevo curso.

El pequeño laboratorio de aquí cuenta con dos estufas con sus correspondientes hornos, únicamente, pero el Municipio de esta localidad me ha ofrecido su concurso pecuniario para la formación del laboratorio. Dentro de breves días retirará la cantidad destinada a este fin, la cual se la remitiré a usted junto con la lista de pedido. El mobiliario he querido que sea construido por las mismas alumnas y ya se ha dado comienzo a la obra con gran animación.

En cuanto al Programa, me es muy grato manifestarle que en la Dirección de esta escuela hay uno que fue enviado por doña Luz el año pasado, el cual me fue entregado a mí llegada.

El entusiasmo entre padres y alumnas en pro del curso de Economía es bien marcado, pues aunque dicho curso es nuevo para ellos, es también de gran interés. Mi labor en este sentido ha sido muy satisfactoria.

Yo que todavía me considero como alumna de ese plantel, del cual es usted muy digna Directora, no desperdiciaré oportunidad alguna para solicitar de usted los consejos y auxilios necesarios para que mi labor sea fecunda y de resultados positivos, segura de que todas mis solicitudes serán resueltas con todo gusto.

Su atenta y segura servidora,

(Fdo) Matilde Castillero C."

"Natá, 31 de agosto de 1929.

Señorita

Isabel Herrera O.,

Panamá.

Mi recordada señorita Directora:

En mi poder su atenta de fecha 17 de los corrientes.

Ante todo, quiero manifestarle mi agradecimiento por todas las atenciones que ha tenido para conmigo, como la recomendación que de mí hizo al Director de esta escuela y los consejos provechosos que en su carta me da.

Crea, señorita, que yo considero como la mejor recompensa a todos mis esfuerzos esa carta suya; que me hace pensar en los días felices pasados junto con mis buenas amiguitas, en esa Escuela que usted tan acertadamente dirige y de la cual conservaré siempre un recuerdo grato.

La circular de que usted me habla no ha llegado a mis manos, aún cuando la he solicitado repetidas veces en la Oficina de aquí y en la de Aguadulce. Pienso que acaso se haya extraviado y le suplico me envíe otra, pues lo que ella pueda decir me interesa sobremedida.

Hace tiempo deseaba escribir ésta, mas quería antes hacer algún trabajo por el cual usted pudiera apreciar mi interés, mi consagración y mi esfuerzo en pro del buen nombre de la Escuela y por hacer resaltar la importancia de la materia a mi cargo.

Con mis mejores recuerdos para la señorita Otilia y los profesores de la Escuela, se despide su ex-alumna,

(Fdo) Emelia Valderrama V."

“Soná, 15 de septiembre de 1929.

Panamá.

Señorita Isabel Herrera O.,

Muy estimada señorita:

Junto con la presente encontrará usted la lista de los útiles necesarios para el Laboratorio de Economía Doméstica de la Escuela de este Municipio, y un cheque por la suma de TREINTA BALBOAS. (B.3.00).

Le quedaré altamente agradecida si usted se digna remitirme este pedido en primera oportunidad.

De usted quedando altamente agradecida, me es muy grato suscribirme,

Su atenta S. S. y alumna,

(Fdo.) Matilde Castillero C.”

## UNA COMIDA SIMPATICA

El martes 8 del presente en la noche, tuvo la Escuela Profesional el honor de brindar a la esposas de los Delegados al Congreso de Carreteras una comida informal. Esta demostración de simpatía de nuestra Escuela por la idea que agita las mentes y las voluntades de un puñado de hombres que miran el mañana con clarividencia, dió a las señoras invitadas la noción exacta de lo que es capaz nuestro querido plantel en sus relaciones sociales, y brindó a las alumnas de Economía Doméstica oportunidad de alcanzar un nuevo triunfo en el ramo de sus especialidad. El menú no pudo ser más selecto ni mejor presentado, y en el arreglo de la mesa, cuya nota culminante fue

## Talleres Escuelas para Mujeres

Establecimiento de enseñanza Profesional  
bajo el sistema Racionalista.

Se imparte instrucción gratuita.

Directora:

Doña JULIA P. de GAMEZ

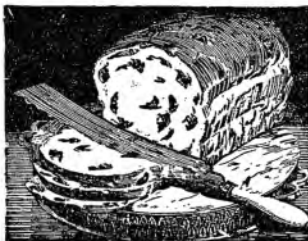
Ave. B. No. 16.

Tel. 1324-J.

PANAMA

## MUCHOS PARECIDOS PERO NINGUNO IGUAL

Es nutritivo,  
delicioso y agradable  
al paladar.



Con ingredientes puros,  
y cocido bajo sanitarias  
condiciones.

— COLON —

## PANADERIA FRANCESA

El Dr. Kellow, del famoso Sanatorio Battle Creek y el más prominente en dietas, reconoció que las pasas poseen un gran valor nutritivo en la comida diaria.

DE VENTA UNICAMENTE EN PANAMA

— EN LA —

## Frutería Nacional

No. 20, Ave. Central.

PANAMA.

Teléfono 269.

PRUEBELO Y SE CONVENCERA

la alegoría de la gran carretera, hubo derroche de gusto y dominio absoluto del asunto.

La comida se desarrolló con naturalidad y en un ambiente de suprema cordialidad. El acto fue amenizado por bailes interpretados con gracia y donaire, entre los cuales provocó admiración nuestro inmortal tamborito con sus polleras. Tocó a la señorita alumna Emilia Pacheco brindar el agasajo en nombre de la Escuela Profesional, y en el cumplimiento de su misión se produjo en breve y expresivo discurso que supo esbozar con elegante sencillez la idea fundamental del Congreso de Carreteras.

Terminada la comida, las señoras y señoritas invitadas pidieron a la Srita Directora que dejara concurrir a las Sritas. del Tamborito y a las que dialogaron sobre nuestras costumbres campesinas a la recepción del Century Club. A continuación publicamos el discurso de la señorita Pacheco, pero antes de hacerlo, deseamos enviarle nuestros aplausos, felicitar a la Escuela Profesional y a las alumnas de Economía Doméstica como a su profesora por el brillante éxito obtenido, y adherirnos espiritualmente a este acto y a todo aquél que signifique un empuje hacia adelante en la obra gigantesca que sacude los cerebros privilegiados de América.

Señoras y señoritas:

Compenetrados como están todos los países de América de las ventajas que reportaría a nuestro continente una carretera inter-americana, se dispuso celebrar una conferencia de ingenieros representante de todos los países americanos. Los tiempos aquellos en los cuales existía entre los países de América un antagonismo, felizmente pasaron a la Historia. Hoy todo ha cambiado: los esfuerzos de toda América tienden a un fin: la unión y mejoramiento de todos los pueblos hermanos, y por ende, de la humanidad.

Hoy el anhelo común de engrandecerse; de aportar al progreso universal nuestras características especiales, el ritmo que está en nuestra alma, empuja a todos los países de este continente, nuevo y pletórico de energías, a unirse, (a consolidar sus esfuerzos), y las mentes más preclaras de América, han lanzado su grito, su llamada a la unión; desde el extremo sur donde Gabriela Mistral ha escrito tan bellamente sobre este tema, hasta el norte, donde tantos han luchado por el mismo ideal de unificación, el anhelo es el mismo, y nada quizás contribuirá tanto a este acercamiento, a la compenetración deseada, como esta carretera, que al acordar las distancias, hará que todos nos conozcamos mejor y nos apreciemos más de veras. Como ha dicho Vasconcelos "nos hemos retrasado un poco por lo extenso de nuestro territorio y lo complejo de nuestros problemas; pero nuestra hora ha sonado, y hay que mantener vivo el sentimiento de nuestra comunidad; gritemos a la América; llegó tu hora, sé tú misma."

(Pasa a la pág. 24)

JUST RECEIVED

A LARGE SHIPMENT OF

NEW COLUMBIA RECORDS

MUEBLERIA

LA MODERNA

MASA & RETTY

8063, 9th and Balboa. Telephone 181.

— COLON —

Klim

Es un alimento ideal por contener principios nutritivos de mucha importancia.

LA PUEDEN TOMAR,

NIÑOS, ADULTOS Y ANCIANOS.

Para muestras y folletos acuda  
a los Agentes

Kelso-Jordan Sales  
Company

Representantes de Manufactura.

IMPORTADORES — EXPORTADORES

Templo Masónico

COLON





## La naturaleza hizo la Naranja la ciencia hizo la bebida.

La Ciencia ha mejorado a la naturaleza tomando las naranjas más jugosas, maduras en el árbol y cambiándolas por la más deliciosa de las bebidas refrescantes:

### ORANGE—CRUSH.

Es una bebida que contiene toda la riqueza del jugo maduro al sol, todo el sabor de la cáscara, toda la salubridad bondadosa de la pulpa combinado con un toque de Azúcar Panameña, un poquito de ácido cítrico de la misma fruta para el sabor, y agua carbonatada espumante, que hace la bebida aún más tentadora que la misma fruta.

**SOBRE TODO NO CONFUNDA OTRAS  
BEBIDAS PREPARADAS CON ESENCIA  
DE NARANJA CON**



Orange Crush contiene el jugo puro de naranja. Insista siempre en la botella coarrugada que es la única en que se sirve el legítimo Orange Crush.

**NO SE DEJE ENGAÑAR**

# Orange-Crush

SE VENDE EN TODAS PARTES, PANAMA Y COLON.

**PAN-AMERICAN ORANGE CRUSH COMPANY,**  
Avenida Perú, (Exposición).

TELEFONOS: — PANAMA 2060,

COLON 680

WHEN IN COLON

VISIT

## The French Drug Store

V. DELGADO M.

No. 7021

Front Street.

### PRESCRIPTION DEPARTMENT

Phone and mail orders filled promptly by  
registered pharmacists.

We carry a complete line of fresh  
AMERICAN AND EUROPEAN

Patent medicines and drugs.

Rubber goods. — — Toilet Articles.

French Perfumes

GERMAN CAMERAS

— AND —

PHOTOGRAPHIC SUPPLIES

Phone 548.

Colón, R. P.

## MAVIS

### Beauty Shoppe

No. 1002 9th and Front Sts.

Facials, finger waving, water waving,  
manicures, scalp treatments, hair Dyeing,  
..premanent waving.

### HAIR BLEACHING

Box 556.

Cristobal, C. Z.

# Fotografía Artística

La más acreditada, y la que más complace a sus  
clientes, con verdaderos trabajos

ARTISTICOS

— y —

DE BUENA CALIDAD

## Marín y Cedeño.

AVE. CENTRAL 48.

TELEFONO 756-L.

## NUESTRO CAMPO DE TENNIS

Si las manifestaciones públicas sirviesen para medir el grado de actividad en determinado sentido, podría decirse que en la Escuela Profesional la educación física es nula; sin embargo, esta afirmación sería antojadiza, y si en realidad la cultura del cuerpo no ha adquirido aún el desarrollo que debiera, sólo debemos culpar a las pobres condiciones del establecimiento en lo que a gimnasio, equipos y campos de juego se refiere.

El interés de la dirección y del profesorado por mejorar tales condiciones ha sido creciente y la lucha ardua; no obstante, poco ha podido conseguir esta institución en beneficio de una rama de la educación cuya importancia, reconocida desde hace siglos, se ha exaltado en los tiempos modernos. Y es que la cultura física, condición indispensable para la salud del cuerpo y de la mente ha llegado a ocupar la atención especial de estadistas y profesores, maestros y discípulos, hasta revelarles las fatales consecuencias de una continuada labor intelectual desprovista de los ejercicios corporales que arrojan del organismo enfermo las toxinas que los consumen.

Si a esta regla general agregamos las circunstancias especiales que concurren en una escuela profesional, en donde los diversos oficios obligan fijas y continuadas posiciones del cuerpo que afectan la normal conformación orgánica y si pensamos que las alumnas que allí laboran han de pasar después en los talleres y oficinas largas horas en posición forzada y comunidad nociva, podremos apreciar lo que en esta escuela significa un verdadero curso de Educación Física, primero para el éxito del estudiante y luego, para la formación de un cuerpo vigoroso y capaz de resistir los embates del futuro.

Por eso, a la sombra de un modesto gimnasio, si así podemos llamarlo, con las improvisaciones y esfuerzos de un espíritu que ama y conoce su profesión y la voluntad firme que infunden dos cerebros consagrados, en silencio, se dicta hoy lo mejor posible el Curso de Educación Física en la Escuela Profesional y se buscan todas las oportunidades para que las alumnas comprendan y sientan la necesidad de la ejercitación

# Navarro y Cía.

## ARQUITECTOS INGENIEROS

— Y —

## CONSTRUCTORES

PANAMA, R. de P.

APARTADO 1019.

TELEFONO 1979.

física diaria. De allí también el interés de la Dirección y el profesorado por vencer los obstáculos materiales y que, en común impulso, se hayan propuesto construir en el Campo Profesional dos canchas de tennis, el deporte adecuado a la mujer y que en su aparente sencillez, es para el desarrollo muscular ejercitación enérgica, de combinaciones armónicas llenas de gracia y destreza, condiciones bellas en el desarrollo femenino. La elección no ha podido ser más acertada, y ésta, que nos regocija sobre manera, merece el aplauso general, obliga nuestra gratitud y reclama la admiración y el apoyo de todo el que se interese por el porvenir de la juventud profesional femenina. "ALAS" se felicita, expresa el agradecimiento de las alumnas al personal directivo y docente de la Profesional, y se regocija en llevar tan preciosa nueva a los más apartados rincones del terruño.

(Viene de la pág. 19)

Señoras y señoritas:

Recibid de la Escuela Profesional un cordial saludo de bienvenida y la expresión de nuestra complacencia y satisfacción por vuestra presencia aquí; y creed que Panamá se siente honrada al recibir la visita de huéspedes que, como vosotros, son dignos de la más alta distinción.

Panamá, 8 de octubre de 1929.

E. I. Pacheco,  
IV Año Economía.

## "LA POSTAL"

— DE —

**GERVASIO GARCIA**

Agente en Panamá de los artículos

## "VICTOR"

En "LA POSTAL" encontrará usted las afamadas Ortofónicas, los acreditados discos "Victor", "sin ruido", y las agujas indispensables para la naturalidad del sonido.

Acuda a "LA POSTAL" y lleve a su hogar la música de los grandes maestros, y no olvide que las últimas producciones bailables se le ofrecen constantemente en nuestras vitrinas. Venga a escoger su música predilecta y se le atenderá con esmero y solicitud.

Ave. Central, 68.

Teléfono 915.

# GARAGE BELLA VISTA

**CARLOS NAVARRO, Prop.**

**ESTACION DE SERVICIO PUBLICO PERMANENTE**

**Gasolina, Aceites, Grasas y Accesorios para Automóviles.**

**SURTIDO GENERAL DE LLANTAS Y TUBOS**

Salón para familias, donde se ofrece un surtido completo de confituras, helados de varias clases, inclusive los renombrados "NEVADOS NAVARRO", de exclusiva marca registrada y de gran fama. Sandwiches y cakes, cigarrillos, sodas, mantequilla, leche fresca, huevos e infinidad de otros artículos propios para satisfacer el paladar más delicado.

Solicite usted un "NEVADO NAVARRO" y quedará perfectamente convencido de que no se le engaña.

**Teléfono 1576-L.**

**Apartado 268.**

**CALLE 36 ESTE Y VIA LAS SABANAS**

# Teatro Cecilia

COMPañIA WILCOX SAENGER

---

Películas Parlantes  
Comodidad

---

Música de Vitáfono  
UNICO CINE VITA-PARLANTE EN  
Panamá

AVENIDA CENTRAL

## “Mis Centavos” Abre Concurso de Ahorro

“Mis Centavos,” la institución bancaria de la Escuela Profesional, bien conocida ya de nuestros lectores, ha abierto por sugerencia del señor Director de la Escuela República de El Salvador, don Pablo T. Calvo, un Concurso sobre Libretas de Ahorro para las escuelas primarias de la ciudad.

El joven Calvo, de cuya actuación en beneficio del ahorro y de cuya colaboración entusiasta y eficaz con “Mis Centavos” hemos hecho mérito en nuestro número anterior, ha tenido esta vez una iniciativa muy suya, que el Banco y nosotras agradecemos altamente. Antes de pasar a enumerar las bases del concurso mencionado, deseamos felicitar efusivamente al señor Calvo y a “Mis Centavos” y augurarles en la actividad en que ahora se empeñan con la armonía de siempre, un brillante éxito.

Bases del Concurso sobre Libretas de Ahorro, que abre el banco “Mis Centavos” de la Escuela Profesional, para las escuelas primarias de la ciudad de Panamá.

1º Podrá tomar parte en el Concurso toda

escuela primaria que haya abierto por lo menos 50 libretas de ahorro.

2º Las libretas no pertenecientes al personal de una escuela y que se hayan abierto por su conducto, se computarán a su favor para los efectos del número.

3º “Mis Centavos” llevará un registro del número de libretas que cada escuela abra y dará una constancia de ello a la escuela correspondiente.

4º Habrá un primer premio para la escuela que haya abierto el mayor número de libretas, un segundo premio para la que le siga en número y un tercer premio para el alumno que haya conseguido mayor número de ellas para su escuela.

5º Este concurso se cierra el día 21 de noviembre próximo.

6º Los Directores de las escuelas concursantes nombrarán de común acuerdo el Jurado que se encargará de adjudicar los premios y resolver cualquiera dificultad no prevista en estas bases. El Jurado será nombrado tan pronto haya terminado el plazo de concurso.

CUANDO SE HAGAN MEJORES CARROS

# BUICK

LOS CONSTRUIRA.

GRANDES MEJORAS, TANTO EN SU APARIENCIA COMO EN SU MECANISMO, HARAN AL BUICK 1930 EL CARRO MAS POPULAR EN EL MERCADO.

SERVICIO -- ELEGANCIA -- COMODIDAD -- ECONOMIA

Es lo que se obtiene al comprar Buick.

## Panazone Garage Co.

Ave. Central 96.

Tel. 335.



# Grebien & Martinz, Inc.

INGENIEROS y CONTRATISTAS

---

Panamá    - -    Aguadulce    - -    Colón

## “La Exposición”

Gran Fábrica de Muebles.

Muebles de buen gusto.

---

“Sucs. de Carlos A. GOWES Co.”

Avenida Central No. 28

Teléfono No. 772

## CAJA REGISTRADORA

"NATIONAL"

Hace Cesar  
Las  
Pérdidas.  
Inspira  
Confianza.  
Suministra  
Información.  
Da un Servicio  
Mejor  
y más  
Rápido.



# Robert P. Dixon

Agente Exclusivo.

Tel 1300 PANAMA Apdo. 699.

88 — Calidonia — 88

DEPOSITE EN UNA INSTITUCION

PANAMEÑA

# THE FIRST NATIONAL BANK AND TRUST Co.

AVENIDA CENTRAL Y CALLE 13 ESTE

PANAMA, R. P.

# El Banco Escolar 'Mis Centavos'

Ofrece sus servicios a los niños de la  
capital y a toda persona que desee  
depositar en él

## Capital inicial 50c.

### ESCUELA PROFESIONAL

AVE. PERU (EXPOSICION)

TEL. 1384-J.