

1934 #31
ano 11
EJ. CR.
D. 98

Pallete Varas.



ORGANO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PANAMA

¡Adelante, adelante, juventud! La patria
sonríe al verte avanzar a paso vencedor.

¡Tu patria, la elegida de Dios para ser la
abanderada de las legiones de América!

¡Corre, corre a formar en la vanguardia,
entre los que primero traben el combate por
la verdad, la justicia y el amor!

Constancio C. Vigil.



Sexta Epoca

A.
AÑO 6 71331
JULY 1960.
2.1

M C M X X X I V

FABRICA DE CALZADO
DE

Ernesto Yee Hnos.

TELEFONO 2248

Calle 13 Este No. 19

VENTA DE

APARTADO 1071

PANAMA, R. P.

ARTICULOS
DE ZAPATERIA

Se hace especialmente a la medida

Dos Libros Nuevos y Utiles

LA COCINA

Por Isabel Gallardo de Alvarez

Tratado completísimo del arte culinario. Toda clase de viandas desde las más sencillas hasta las más complicadas: caldos, salsas, fritos, pescados, mariscos, crustáceos, carnes, legumbres, verduras, postres, licores, refrescos, pastelería, conservas de todas clases, quesos, e infinidad de otros variados condimentos. El Arte de trincar, presentar y servir toda clase de manjares con gusto y elegancia.

2 tomos B/. 3.50

HORTICULTURA Y AGRICULTURA

Por Rogelio Peña

Modernísima obra de gran utilidad en la agricultura. Elección y distribución del terreno para huerto. Saneamiento del terreno. Algunas fórmulas de abonos. Diferentes hortalizas y cultivo de toda clase de legumbres. Modo de llevar a cabo la recolección. Enemigos del huerto y cómo se han de combatir.

LIBRERIA BENEDETTI

SCADRON OPTICAL COMPANY

Registered

OPTOMETRISTS AND OPTICIANS

NEW YORK 111 W 42nd. St.

PANAMA, 23 Central Ave.

COLON, 934 Front St.

ESTUDIOS FUERTES

REQUIEREN BUENA ALIMENTACION
LA MANTEQUILLA

Cascade

DE EXQUISITO SABOR,
ES NUTRITIVA POR SU PUREZA
¡SOLICITELA!

The Panama Coca Cola Bottling Company

PANAMA — COLON

DISPONIBLE

Sedería
WILLIAM Y ALFONSO
SAI HING Y CO.

106 AVE. CENTRAL
PANAMA

Acudid como las demás amas de casa al almacén de
víveres y abarrotes mejor surtido de Panamá

Compañía Kito Chen, S. A.

Calle 12 Este, No. 1—Frente al Mercado Público

Teléfono 368—Apartado 26

Si desea Ud. servicio esmerado en artículos de buena
calidad y a bajos precios

BAZAR GORDITO

AVE. CENTRAL 94
Extenso surtido
de
Trajes y sombreros de
moda

DISPONIBLE

BEBA ORANGE CRUSH

ELABORADA CON NARANJAS NACIONALES

Pan American Orange Crush Co.

TEL. 2060.

COMA MAS PAN.....

ES EL MEJOR Y MAS BARATO ALIMENTO.

Panadería Francesa

COLON

Avenida Bolívar No. 8103. — Teléfono 346.

Botica Panamá

Ave. Central No. 126 — Ed. Muller

Teléfono 339-J.

Surtido completo de medicinas patentadas
americanas y europeas.

Consultas gratis todos los días

10 A.M.—11 A.M.

4 P.M.—5 P.M.

Especialidad en preparaciones de recetas.

PRECIOS MODICOS

CASA ZALDO

AVENIDA CENTRAL

No. 45—Apartado 70

Teléfono 445

PANAMA

Extenso surtido en Librería,
papelería y útiles de Escritorio,
Albumes, Tarjetas etc.

DISPONIBLE

LUPI

PARA SOMBREROS

41 AVENIDA CENTRAL

DISPONIBLE

Librería Preciado

Avenida Central No. 35

Teléfono No. 236

PAPELERIA, UTILES
DE ESCRITORIO,
TINTA DE TODAS
CLASES
MARIO PRECIADO
& Co. Ltd.

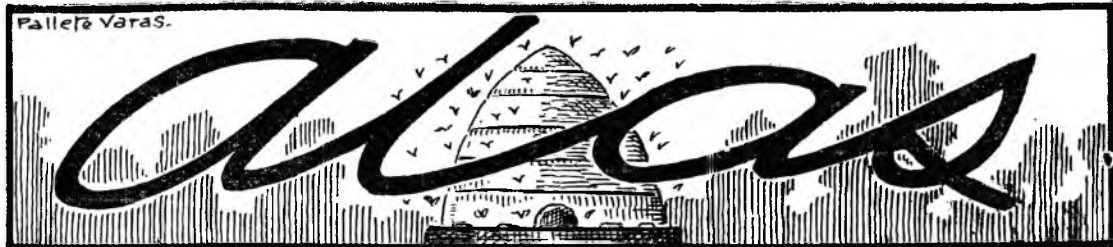
**FRANCISCO AMUY
Y CIA.**

Especialidad en Cristalería

— y —

Utensilios de Cocina

Calle 13 Este



ORGANO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PANAMA

DIRECTORA:
Delsa Perigault.

REDACTORA:
María E. Gamboa.

ADMINISTRADORA:
Gladys O. Pérez.

AÑO VI

Panamá, Julio y Agosto de 1934.

Nº 31

EDITORIAL

Nuestros anhelos

Reaparece "ALAS" después de un tregua de un año, tregua que fue causada por circunstancias ajenas a nuestra voluntad; pero por lo mismo que ha permanecido en suspenso por lapso tan prolongado, vuelve hoy a ver la luz impulsada por los grandes esfuerzos y deseos ardientes de las alumnas de este plantel, para quienes "ALAS" constituye uno de sus más grandes ideales.

"ALAS", al aparecer de nuevo, necesita de apoyo para poder abrirse paso; y ese apoyo lo solicitamos con encarecimiento de quienes la favorecen con su lectura, y de quienes la estimulan con sus simpatías, apoyo ésta que podrán seguir prestándole sin grandes dificultades quienes comprenden la revista, y cuantos aporten a ella colaboración selecta.

La reaparición de "ALAS" se debe, en gran parte, a las actividades que, tesoneramente, ha venido desarrollando la sociedad "ECO", cuya directiva la componen las siguientes señoritas:

Presidenta: Gladys Oderay Pérez

Vice-presidenta: Tircia Guardia

Secretaria: Gilma Castillo

Tesorera: Elia Arosemena

Vocal: Jesús María Arellano

La mencionada sociedad ha organizado veladas quincenales con el fin de reunir los fondos necesarios para llevar adelante la revista;

y aun cuando hasta ahora ese acopio de recursos no resulta del todo alentador, nos anima la esperanza de que, en el futuro, sus lectores y simpatizadores a que antes nos referimos, contribuirán en mayor proporción, a fin de que no tenga que entrar forzosamente en un receso nuevo, que, a más de que le causaría a la revista grandes perjuicios, resultaría ello enormemente desconsolador para quienes nos llamamos empeñadas en esta ardua tarea.

En esta lucha noble que de nuevo emprendemos, se nos hallará siempre llenas de entusiasmo, con el anhelo inquebrantable de impulsar a "ALAS" hasta llevarla a hermanarse con las mejores de su clase, como que es el reflejo de nuestra vida escolar y el porta-voz de nuestras aspiraciones.

Volvemos, pues, a la arena, como ya lo dijimos, pleno de entusiasmo el corazón, la pupila escrutadora enfilada hacia los amplios campos del saber, el pensamiento aguijoneado por nuestros grandes propósitos de llevar adelante la emprendida labor de mejoramiento cultural, y con el optimismo de la juventud, que es fuerza y es acción, y no le teme al fracaso, puesto que "éste es sólo para los que piensan en él".

Y no colocaremos el punto final sin antes expresarles nuestras simpatías y gratitud a las señoritas ex-alumnas, así como también a todas las personas que han colaborado con nosotros en el presente número,

ESCUELA PROFESIONAL

PAGINA DE HONOR

I COMERCIO		II ECONOMIA A	
1er. Puesto	Espino Urania, Stella	1er. Puesto	Springer Ethel
2o. "	Lassonde Dorila	2o. "	Maylín Celia
3er. "	Aguilar América	3er. "	Barragán Alicia
II COMERCIO A		De Salas Edia	
1er. Puesto	Saavedra Tírsa	II ECONOMIA B	
2o. "	Neira Carolina	1er. Puesto	García Denia Sila
3er. "	Turcanasa B. Julia	2o. "	Leporí Angelina
II COMERCIO B		3er. "	Dutary Cecilia
1er. Puesto	Chevalier Carolina	3er. "	Ramírez Flavia
2o. "	García L. Briceida	III ECONOMIA	
3er. "	Llompert María	1er. Puesto	Zentner Concepción
III COMERCIO A		2o. "	Goytcoechea Rosa
1er. Puesto	Perigault Delsa	IV ECONOMIA	
2o. "	James Leticia	1er. Puesto	Vergara Diana
3er. "	Vandeyar Stella	2o. "	Marshall Iona
III COMERCIO B		3er. "	Mafla Fulvia
1er. Puesto	Castrellón Carmen	I MODISTERIA	
2o. "	Chambonet Luisa	1er. Puesto	Escúdero Leonidas
3er. "	Guerrero Laura	2o. "	Josephes Fladell
IV COMERCIO A		3er. "	Hassock Perla
1er. Puesto	Byam Gladys	II MODISTERIA	
2o. "	Davis Elvira	1er. Puesto	Lemos Griselda
2o. "	Herrera Judith	2o. "	Trejos Encarnación
3er. "	Ehlers Ma. Luisa	3er. "	Denis Eugenia
IV COMERCIO B		III MODISTERIA	
1er. Puesto	Domingo Elida	1er. Puesto	Luisón Celanía
2o. "	Mow Venancia	2o. "	Lazarus Celia
3er. "	Quinzada Diana	3er. "	Valdés Carmen
I ECONOMIA A		IV MODISTERIA	
1er. Puesto	Bruce Irene	1er. Puesto	Villiers Ambrosia
2o. "	Byam Dolores	2o. "	Aguilar Cayetana
3er. "	Viviés Virginia	3er. "	Edghill Eurel
I ECONOMIA B		III TELEGRAFIA	
1er. Puesto	Pérez Aida Angelina	1er. Puesto	Melo Aura
2o. "	Tejada Ma. Luisa	2o. "	Guillén Aura
3er. "	Barragán Alicia	3er. "	Guirón Martina

Alumnas distinguidas en el 1er. bimestre

Sección de Economía Doméstica

Importancia de la conservación de alimentos

La conservación de alimentos es el curso al cual se le debe dar mayor importancia. El nos enseña la manera de conservar productos por tiempo indefinido y en buen estado.

En nuestra escuela es uno de los cursos al cual se le da mayor cuidado, y vemos con frecuencia la gran cantidad de tarros que son expuestos a la venta. Durante la semana Nacional el público pudo apreciar los distintos trabajos preparados por las hábiles manos de las abejitas de la sección de "Economía Doméstica".

Todos estos trabajos fueron dirigidos en un tiempo por nuestro querido profesor, el Señor Horacio Sosa, al cual le deseamos que retorne a nuestra escuela, y luego por la distinguida profesora, Sra. de Paredes, la cual clausuró el curso del año pasado.

Estos queridos profesores nos han capacitado para trabajar con distintas clases de productos generalmente del país. No sólo hemos trabajado con frutas sino también con carnes y pescados cuya conservación aquí presenta grandes obstáculos por carecer nuestra escuela de aparatos para su esterilización.

Todos los trabajos los hacemos en nuestros pequeños laboratorios, y con cuánto gusto esperamos el día en que éstos se conviertan en una

POR

Diana A. Vergara.

(4º de Economía Doméstica)

fábrica para poder decir: Estamos trabajando en la fábrica de la Escuela Profesional.

Con frecuencia son presentados a nosotras distintas clases de vegetales y frutas para su conservación.

Hay vegetales que se prestan para la deshidratación como el maíz, frijoles verdes, papas, remolachas, etc., y otros que sólo pueden ser conservados en salmueras y no deshidratándolos porque no rinden un producto satisfactorio.

Deshidratación de Vegetales:

Para deshidratarlos tenemos que escoger los de mejor calidad y mejor aspecto para que den mejor producto final. Los vegetales en general deben pasar por dos procesos:

Blanqueo y Sulfuración.

Blanqueo:

Este consiste en hervir los vegetales por 15 minutos para evitar el ennegrecimiento del producto. Además estos productos así preparados requieren menos cocimiento al prepararse para la mesa.

Los vegetales que pasan por el proceso de Sulfuración difícilmente cambian de aspecto en la deshidratación.

Sulfuración:

Es el proceso en el cual los vegetales no pueden perder su color ni su aspecto natural y todo esto se efectúa antes de la evaporación.

Si los vegetales bien evaporados son empacados inmediatamente, no necesitan esterilización, sumergiéndolos por un minuto en agua hirviendo.

Estos vegetales deben ser empacados en cajetas de cartón o cajas forradas en papel parafinado y colocados en lugares frescos y ventilados.

También hay frutas que se deshidratan como los guineos, plátanos, higos, etc., y que por su buen sabor tienen gran expendio.

Todos los vegetales y frutas los podemos preparar ya sea en salmueras, en sirope, y deshidratándolos y además presentamos las frutas en compotas, jaleas, cristalizadas, procedimientos que le dan un bonito aspecto.

Vemos, pues, que la conservación de vegetales requiere bastante tiempo y mucho cuidado principalmente en el proceso de la esterilización. Los gobiernos al ver la importancia que tienen los alimentos al ser conservados han adoptado este método, y sus conservas son pagadas a buen precio en el extranjero principalmente las de frutas. Para conservar frutas tenemos que escoger las de mejor

calidad y mejor aspecto para que nos resulte un producto bueno.

Las frutas son atacadas frecuentemente por los mohos y fermentos y por eso requieren una buena esterilización.

Los vendedores de conservas deben quedarse con ellas por lo menos un mes para cerciorarse de que están en perfecto estado y luego ponerlas a la venta. Las frutas conservadas en su mismo jugo son de mejor calidad que las que son preparadas en siropes.

En general, las frutas son más fáciles de conservar porque son ricas en azúcares y no en proteínas como las carnes y vegetales, y por lo tanto sólo pueden ser atacados

por fermentos y mohos que no ofrecen tantos peligros como las bacterias que pueden matar a las personas.

Para conocer si una conserva de carne o vegetal ha sufrido daños, se fija uno en las tapaderas de las latas y si tienen un ligero levantamiento es señal de que está en mal estado.

Es más peligroso comer una conserva de carne dañada que una de frutas, porque las frutas sólo ocasionan trastornos estomacales y las carnes pueden llegar a producir la muerte.

Todos estos daños dependen generalmente de la esterilización que se le haya dado a las conservas.

Por eso todas las recomen-

daciones que les podemos dar a una persona que va a hacer una conserva son para el proceso de la esterilización.

En general vemos, pues, que la conservación a pesar de parecer muy fácil de efectuar, exige siempre muchos requisitos pero si hacemos todo con precaución siempre serán buenos los resultados.

Por eso siempre recomendamos a toda persona, que cuando pueda practicar este curso que lo haga, porque con él se puede llegar a tener una buena colección de productos.

Antes de terminar, no quiero quedarme sin dar las gracias a todos los lectores que se han tomado el trabajo de leer este pequeño capítulo, que he hecho con todo el gusto para nuestra querida revista 'Alas'.

EL NANCE

POR

Gladys Oderay Pérez.

(IV de Economía Doméstica)

como las que de él se hacen.

En primer lugar mencionaremos la chicha que es lo más común y más sencillo entre nosotros y que es un refresco exquisito y barato. Además de esto tenemos la pesada de nance que es un plato muy delicioso y de la misma manera barato, pudiendo estar al alcance de todos.

Ahora voy hablar de la jalea de nance y a dar la receta de dicho producto que es algo más complicado que lo anterior.

La jalea de nance es muy poco conocida por nosotros y es una lástima que producto tan sabroso no se haga entre nosotros que en vez de comprar en la tienda una lata de uvas, de manzanas, etc. debe-

ríamos hacer una jalea y nos quedaría la satisfacción que es hecha por nosotras y que es una fruta nuestra la que hemos utilizado para dicha jalea.

Receta para jalea

Ingredientes.—Nance, azúcar, certo. Para $\frac{1}{4}$ litro de nance se usa 1 botella de certo.

Procedimiento.—Lo primero que tenemos que hacer es cocinar los nances para que así se reblandezcan todas sus partes y con mayor facilidad sea extraído el jugo.

La cantidad de agua es la necesaria para cubrirlos con 1 o 2 dedos más. Luego se exprimen de manera que quede la semilla separada de la pulpa. Después de hecho todo esto se cuele y el jugo es lo que vamos a utilizar. Cuando esto se ha hecho se mide el jugo y por cada tz. de éste, se le pone $\frac{3}{4}$ taza de azúcar y

El nance es una planta que casi todos conocemos pero no todos sabemos las utilidades que él nos da, a no ser de la chicha y la pesada que por todas y en todas partes es conocida. Yo hasta hace poco no me había dado cuenta de la gran cantidad de cosas que de él se hacen, pero hoy que ya las veo y las hago comprendo que es preciso acogerlo de manera más entusiasta, y como yo, teniendo en cuenta que soy interiorana y que en mi tierra se da esta fruta en abundancia, deben comprenderlo todos.

Nosotros a primera vista no apreciábamos la importancia del nance pero viendo detenidamente cada una de sus utilidades nos quedamos asombrados de ver que lo que anteriormente nos parecía de poco aprecio nos dé a conocer y a probar tantas cosas

se pone a cocinar. El certo se le agrega 5 minutos antes de ser quitado del fuego y la proporción es de 1 botella por 1 1/4 litro de jugo.

La jalea debe bajarse cuando vemos que al echar un poquito en agua no se riega mejor dicho se hace una bolita que se pueda coger.

Luego se saca y se pone en

moldes, se deja enfriar y se pone en la nevera o en un lugar frío.

Cuando esto se ha hecho, la jalea ya ha terminado.

Vemos pues qué buenos productos se pueden obtener de tan sencilla fruta. Tenemos que considerar también el interés que en otros países le han tomado y tanto es así que han

llegado a hacer aceite de nance el cual ha resultado bastante bueno.

Sabiendo todo esto me parece que todo panameño debe tomar más interés por dicha fruta y procurar una demanda mayor de ella y así, a la vez que nos ayudamos, ayudamos al país.

Desarrollo de la memoria como factor de educación

POR

Diana A. Vergara.

(IV Economía Doméstica)

El desenvolvimiento de todas nuestras actividades está íntimamente ligado a los recuerdos más o menos interesantes que viven en nuestra memoria. Por esto ella, que es tan poderosa, que es como un cofre que guarda bajo llave nuestros más íntimos secretos, nuestros recuerdos, pensamientos o ideas ya sean buenas o malas, útiles o inútiles, ella que está siempre alerta para traernos a nuestra mente algún hecho olvidado que queremos recordar, desempeña en la vida intelectual un papel primordial, ya que es ella quien conoce todos y cada uno de los resortes que mueven nuestras acciones.

Mientras más servicios adquirimos de ella, más debemos enorgullecernos puesto que contamos con una verdadera memoria. Pero no nos imaginemos que una buena memoria sólo debe ser exacta sino que también debe darnos el apropiado material que necesitamos según nuestro modo de pensar.

En otras palabras parece que las memorias que siempre nos acompañan son aquellas que van teñidas con una grande emoción de júbilo o triste-

za. Pero las actividades que van acompañadas de un alto grado de interés o tensión, contribuyen a formar memorias permanentes por que como si dijéramos sellan en nuestro sistema nervioso, imágenes más claras y definidas.

Ahora, si prestamos a la memoria debida atención para cultivarla del mejor modo posible llegaremos al grado máximo de educación a que todos debemos aspirar. La memoria debe unirse a todo lo que es importante y guardarlo para que haga uso de ello cuando lo necesita, por eso es por lo que debemos relacionarnos y adquirir conocimientos de todo lo que nos rodea para que así podamos tener buen material guardado y con esto ser de importancia a nuestro mundo. La memoria es cual una estación difusora de radio, ella transmite al cerebro la idea asociándola con la situación o estado que la sugiere. Mediante la concentración la memoria percibe el beneficio de retener con facilidad los conocimientos que adquirimos o recibimos y asimilándolos deli-

beradamente la retentiva puede mantenerse adestrada luciendo por lo tanto en casos que su uso sea necesario. La memoria así cultivada nos capacita para atesorar un mundo de conocimientos que es a lo que debemos ambicionar para enriquecernos intelectualmente y conseguir de esta manera elevarnos sobre el nivel común de nuestros asociados.

Todas estas asociaciones mías me llevan a la convicción de la importancia que debemos prestar al desarrollo de la memoria factor principal de nuestra educación y sin la cual nos sería indispensable la consecución del triunfo que consagra la suprema aspiración del estudiante inteligente. "La memoria, según Hamilton, es la facultad mental de conservar lo que una vez ha estado presente en la conciencia de modo que pueda representarse y reaparecer cuantas veces contenga en la conciencia"...

La memoria es la que alumbró nuestro cerebro. En ella se encierra el progreso de nosotros. En ella estarán ensartadas como cuentas de un collar cada una de las cosas que le damos a guardar para devolvérsela cuando se la pidamos.

Alimentación para los niños

A la edad de un año empieza a cambiar la alimentación de los niños y hay que tener cuidado en presentarle los alimentos en forma variada dándole al mismo tiempo la cantidad de proteína, vitaminas y sales minerales que necesita para su crecimiento.

Un niño debe tomar diariamente a lo menos una botella de leche además hay que darle cereales, vegetales y frutas. Es muy buena táctica dar los demás alimentos primero y la leche después. Entre los cereales que puede comer tenemos el harina de maíz, el arroz, que si es del país es mejor, avena, crema de trigo, también puede dársele harina de plátano, todo bien cocido y diluido con leche. Esto tiene por objeto aumentar las calorías y darle al mismo tiempo hierro y vitamina B. Entre los vegetales apropiados para la alimentación de niños tenemos, otoo, papa, ñame, espinacas, zanahoria, zapallo, y frijoles. Todo debe hervirse bien y pasarse por un colador para ablandar la celulosa y hacerlos más fácil de digerir. La naranja y el tomate son unas

POR

Amelia Ayarza.

de las frutas más convenientes por la gran cantidad de vitamina C que contienen, se les puede dar en forma de jugo al que puede agregarse el aceite de hígado de bacalao. Las frutas secas como también el guineo y la manzana puede dárseles cocidas, pasadas por un colador. Hay que evitar el darles frutas ácidas, muy fibrosas y grasosas. El pan debe tostarse a baja temperatura y dárselo seco para que se acostumbren a masticar pues con los otros alimentos no tienen esa necesidad. Es necesario darles yema de huevo para aumentar la cantidad de hierro. Es conveniente no echarle demasiado azúcar a los alimentos para evitar la irritación en el aparato digestivo y para que no se acostumbren a comer mucho dulce. Además es conveniente exponerlos al sol diariamente una hora y darle aceite de hígado de bacalao para obtener la vitamina D. A continuación está el menú balanceado para un día para un niño de un año.

DESAYUNO

7 a.m.

Harina de maíz

Leche

Pan Mantequilla.

9 a.m.

Aceite de hígado de bacalao

Jugo de naranja

ALMUERZO

Sopa de crema de otoo

Harina de maíz

Pan

Puré de ciruelas pasas.

CENA

Puré de zanahoria

Arroz con leche

Leche.

REQUISITO DE CALORIAS, PROTEINA Y SALES MINERALES DE UN NIÑO DE UN AÑO

Cuyo peso es: 28 lbs.: 12.72 Kgr.

Es de 100 calorías por Kgr. de peso por día.

Requisito total: 12.72×100 : 1272 calorías.

CAL	PROT	CA	P	FE	A	B	C
1272 calorías	31.8 - 47.7 gramos	1 gramo	1 gramo	0.007360 a 0.00104 gramos	127.2 unidades	183.7 unidades	25.44 unidades

En esta tabla se ve computado el Menú
de la página anterior

T O T A L E S

ALIMENTOS	CAL.	PROT.	Ca.	Ph.	Fe.	V I T A M I N A S		
						A.	B.	C.
Harina de maíz	115.3	3.16	3.64	1.26	1.63	1.33	0.663	4.13
Leche	100	1.9	7.56	3	0.7	3.2	1.6	10
A. h. bacalao	33					6.3		
Pan y mantequilla	133.3	1.46	0.78	2.66	0.9	1.43		
Jugo de naranja	54.5		0.17	0.045	5.8	0.97	0.92	26
Sopas	130.6	2.24	1.56	0.66	0.85	1.96	0.265	1.65
Harina y maíz	115.3	3.64	3.16	1.26	1.63	1.33	0.663	4.13
Pan	100	1.3	0.48	2.5	0.7			
Puré de c. p.	100	0.28	0.78	0.8	2		1.5	
Puré de zanahoria	125.7	1.71	4.72	3.43	4.4	19.81	2.33	17.8
Arroz con leche	273	3.33	1.022	5.36	2.08	4.26	4.22	13.6
Leche	100	1.9	7.56	3	0.7	3.2	1.6	10
Leche	100	1.9	7.56	3	0.7	3.2	1.6	10
	14.807	23.30	40	26.93	22.09	35.03	15.33	97.31

Según el análisis de este menú puede verse que está un poco alto en calorías (la variación de calorías no debe ser mayor de un 10%). Tiene suficiente proteína, el calcio está aproximado, el fósforo bueno y las vitaminas están en muy buena cantidad.



Minutos Risueños

Celia y la Princesa Leonor

Los gatitos han ido desapareciendo, hasta que no ha quedado ninguno. Los he buscado por todas partes; he preguntado a todo el mundo, y nadie sabe nada.

La hierba del jardín está tan alta, y hay tantas flores, que pueden estar escondidos en cualquier parte sin que los veamos.

La mañana de un domingo bajé al huerto a buscar caracoles, porque después de llover había salido el sol. Encontré muchos, y estaba yo muy ocupada diciendo:

**Caracol, col, col,
Saca los cuernos al sol...
que tu padre y tu madre
también los sacó,**

Cuando sentí una cosa blanda y caliente que me rozaba una pierna. Era un gatito. Lo fui a coger, y se escapó entre el umbral y la puerta que comunica con el jardín de la casa de al lado. Entonces me tumbé en el suelo, para mirar por dónde se había ido, y le vi que se iba corriendo por un paseo de arena.

—Bis, bis, bis! Michino!

Como si no! Se fue dando saltos, con el rabo empinado, y desapareció detrás de un banco de piedra. Pero como ya sabía donde estaba busqué al jardinero:

—Ya sé donde están los gatitos, Juanón.

—Dónde?

—En el jardín de al lado. Vete a buscarlos.

—Luego iré... Ahora es muy temprano, y no se puede

molestar. Son muy empingorotadas esas gentes.

—Sí? Quién vive ahí?

—Una señorita rusa o china..., no sé. Ayer ha venido un señor, que es su hermano y tiene un brazo de madera.

—Huy qué cosa! Cómo se llama?

—No sé. Mía que sois preguntona. La señorita se llama

A ALAS NO LE GUSTA

Que Lerma a la hora de corregir la traducción diga:— Sra. de Melo: yo soy sobresaliente en castellano.

Que Elia cuando no se sabe la lección diga: "Dios mío te adoro".

Que Olga estudie tanto las Ciencias Morales.

Que Mimí se la pase leyendo las poesías satíricas de Juvenal.

Que Diana tire papeles en la clase de Castellano.

Que Violeta imite a King Kong.

Que Mow invite a Domingo a un paseo a Cantón.

Que Carmela se preocupe tanto por engordar.

Que Lucas imite a Ratón Gris (alcalde de Villa Rata) cuando se pone los anteojos.

Que las "ABC" pidan permiso para hacer ejercicios de estenografía, pues se van a pasar de las 120 palabras por minuto.

Leonor; me lo ha dicho el chófer.

Me volví al huerto, y estuve mirando toda la mañana por debajo de la puerta para ver si volvían los gatitos. No los volví a ver. En cambio vi un pavo real, que se paseaba muy hueco, arrastrando la cola. Eso de tener pavo real no es natural. Yo nunca había visto ninguno, más que pintados en los libros de cuentos. Y es que el jardín de la casa de al lado no es como todos los jardines. Olía más bien a rosas y a madre selvas...!

De pronto, vi bajar por la escalinata de la puerta a una señora rubia, tan guapa como mi mamá, pero mucho más alta. Por eso decía Juanón que era tan empingorotada... Llevaba en la frente una cosa que relucía mucho. Después vi que era una cinta dorada que se había puesto para que no le vinieran los pelos a la cara.

Sabéis a quién me recordó en seguida? A la princesa Leonor, de **Los príncipes encantados**.

Hasta que me di cuenta. Era ella, Dios mío; era ella misma! Había crecido mucho; pero es que han pasado muchos años desde entonces.

Oí que me llamaban, y apareció Josefina.

—Celia, Celia! Dónde estás? Pero qué haces tirada en el suelo! Huy qué niña! Toda la mañana te hemos estado buscando... Ven a comer.

—Chitss! Calla! Sabes quién vive aquí al lado?

—Quién?

—La princesa Leonor. Vive con su hermano el pequeño... Aquí que se quedó con un brazo estropeado, porque no le pudo acabar la túnica. Ahora le lleva de madera...

—Qué dices?

—Hija, pareces tonta! No te acuerdas que la madrastra convirtió en cisnes a los once príncipes. y que su hermana Leonor tenía que tejer once túnicas de ortigas para desencantarlos, y que no pudo acabar la última...

—Anda! pero si los cuentos no son verdad!

—Eso creerás tú... Todo lo que está escrito en los libros es porque ha pasado... Yo he conocido a la Cenicienta...

—Dónde están ustedes? —vino diciendo la madre Loreto—. Ya están todas las niñas en el comedor.

Después de comer vino Milagros a preguntarme:

—Es verdad que has visto a la princesa Leonor?

—Sí. La quieres ver tú?

—Pero es ella? Cómo lo sabes?

—Fíjate. Se llama Leonor, es una princesa, su hermano no tiene brazo y ella se pone una cinta en la frente.

—Entonces sí es....

—Por la tarde, en el recreo, nos subimos a una escalera muy alta que tenía Juanón apoyada en la pared, para arreglar las parras. Desde allí vimos todo el jardín de la princesa. Es precioso! Hay praderas de margaritas y de campanillas azules. En los caminos, tienen tantas rosas abiertas los rosales de los bordes, que no se ven las hojas. En la casa hay muchos miradores y está casi cubierta de ramas, que llegan hasta el tejado. También hay un estanque con una isla. Y los

pavos reales andan por los paseos...

—Mira la princesa Leonor! —grité al verla venir por un paseo hablando con un galgo alto de lanas rubias.

—Llámalas! — me dijo Milagros—pero yo no me atrevía.

—Anda, llámala! No te acuerdas que era muy buena?

—Princesa Leonor! — llámé bajito; y luego más fuerte:

—Princesa Leonor!

Qué vergüenza me dió, al ver que nos miraba y venía hacia nosotras! Tenía los ojos azules!

Me quise bajar de la escalera, pero Milagros no me dejó.

—What do you want? — nos preguntó ya debajo de nosotras.

—Nada... Era por si querías ortigas para acabar la túnica de tu hermano... Aquí hay muchas — le dije en inglés.

—Qué dices —decía Milagros asombrada.

—Nettles? — me volvió a preguntar la princesa.

—Sí, ortigas... Nosotras lo sabemos todo... Lo hemos leído en **Los príncipes encantados**... Yo soy Celia, y esta es Milagros.

Pero, cómo hablas? — me preguntaba Milagros, que es boba y no sabe nada.

—Oh yes! I am also very fond of Andersen.

—Por eso te hemos conocido y sabemos que eres la princesa Leonor. Y ese perro quién es? No estará encantado?

—No . . . You are funny ú leave to morrow.

—Te vas? qué lástima! Irás al país lejano de las golondrinas, donde vivías de pequeña? O te vas con el hada Morgana?

—Nearly.

—Qué dice?

—Que se va muy lejos... Si pudiera ir contigo, princesa Leonor...!

—Niñas! Qué hacen ahí? — nos gritó desde abajo la madre Bibiana—. Se van a caer! Jesús! Bajen, bajen ahora mismo...!

—Adiós princesa! — y le echamos besos; y ella también a nosotras, con sus manos tan blancas como las de la Virgen del altar.

—Con quién hablan ustedes? — preguntó la madre.

—Con la princesa Leonor.

—Princesa?

—Sí, con la princesa del cuento, que está ahí... Se va con el hada Morgana.

La madre me puso la mano en la frente.

—Ud. tiene fiebre...! Claro!; se ha estado toda la mañana en el suelo con la humedad que hace...!

—No madre, no está mala — dijo Milagros. Es verdad lo de la princesa y Celia sabe hablar como ella...

No me valió y he estado dos días en la enfermería. Mientras, se ha ido la princesa y los gatos no han aparecido... El día que se marchó trajeron una cajita de bombones con un letrero en la tapa que decía: "Para Celia de la princesa Leonor". Ahora ya me han creído las madres.

Las niñas me miran como si fuera yo algo raro:

—Conque tú sabes hablar como las hadas. . .!

Elena Fortún.

Entre amigos

—Cómo está tu familia? Y tu hijito, ya camina?

—¡Qué tiempo! Desde el mes de Septiembre.

—Pues entonces, a esta hora, debe estar ya muy lejos.



Murió tía Minga...

POR

Carmela Guevara.

(III A. Comercio)

En una de tantas mañanas de mis vacaciones, cuando pensaba en ir a cumplir con una visita que ya había anunciado, fui llamada por teléfono para sorprenderme con una noticia muy desagradable:

—Murió la señora Dominga, la de la Profesional”!

—Quién, tía Minga?

—Sí!

—Cómo puede ser? Si cuando salimos para vacaciones estaba buena y sana! No puede ser!.....

Quedé abismada:—cerré la comunicación y no pude más que hacerme muchísimas preguntas. Las ideas bullían a mi mente como el trepidar del tren expreso sobre los rieles.

Qué pensaba? Qué veía? A tía Minga, (así la llamábamos cariñosamente) a esa mujercita, toda energética, a pesar de su avanza-

da edad, toda dulzura, toda maneras, que iba y venía de uno y otro lado de la escuela, ya para llevar una razón, ya para cumplir con una misión o para hablar con una madre de familia, o para ayudarnos en un trabajo que se nos exigía, o para aconsejarnos; ya en el jardín, ya en las fiestas, en fin, la veíamos en cada uno de los rincones y pasillos de nuestra escuela.

Parecía la sombra de un espíritu benéfico; nunca faltaron sus consejos a tiempo, y a todas las alumnas cuidaba con cariñoso amor, alentándonos con tiernas palabras.

El público la conocía muy bien; pues por más de un lustro, prestó servicios al plantel

a satisfacción de todos, especialmente de nuestras Directoras y profesores, quienes ya la tenían como de la colmena.

Para el de afuera, era un cúmulo de atenciones, haciéndose agradable, e invitando a volver a la **Colmena** de donde era ella la **Obrera** más activa.

Se fue, pues, tía Dominga: a hacer su eterno viaje..... y no se despidió..... porque creyó volver al enjambre. Pero la parca, esa parca terrible, nos la llevó para siempre para dejar un vacío eterno y una nostalgia infinita que mitigamos con nuestras plegarias, para llevar su alma al cielo.

Descanse en paz tía Minga!

Sobre su tumba, colocan las abejas de la Profesional su corona de siemprevivas, que regamos con las lágrimas del recuerdo y la gratitud.

Influencia de la Escuela Profesional en la mujer moderna

POR

María Esther Gamboa.

(III “A” Comercio)

En el mundo no es la mujer ni una esclava, como se la trató en un principio, ni como luego, un costoso adorno de salón. La misión de la mujer es más noble, más abnegada.

Debe formar un hogar y levantar hijos dignos de una patria grande.

Hoy se le ha concedido a la mujer el alto puesto que le corresponde en la vida, y esto es debido a que la muchacha moderna está preparada para luchar abiertamente con la vi-

da, derecho que conquistó reemplazando a los hombres en sus empleos, cuando éstos tuvieron que abandonar sus trabajos para ir a luchar con el enemigo en la gran guerra. Pero, qué hubiera sido de una mujer que hubiese tenido que mirar cara a cara la difícil situación del mantenimiento de un hogar, si se la hubiese dejado sola, como un pequeño barco que se encuentra a merced de las olas, sin brújula para orientarse? He aquí de dónde surgía la dificultad; cómo preparar a la mujer para la vida que está obligada a mantener. Cómo encontrar la solución de este difícil problema?

Nada más lógico que crear escuelas en que se prepare a la mujer. Es una necesidad imperiosa; de allí surgió la fundación de escuelas profe-

sionales, que tan buenos resultados han dado en el mundo entero.

Una escuela profesional es un centro llamado a poner a la mujer en el camino de su felicidad, puesto que le enseña a conocer sus deberes y a cumplir con sus obligaciones.

Una muchacha preparada en una escuela profesional, es capaz de resolver el difícil problema de la vida.

Aquí mismo, en Panamá, tenemos el ejemplo. El número de niñas que anualmente abandonan las aulas de la Escuela Profesional, para mirar de frente a la vida, son una elocuente prueba de que allí se les enseña a ser buenas amas de casa, así como también se las hace aptas para desempeñar cualquier puesto fuera del hogar doméstico.

Debemos mirar con alegría el aumento considerable que cada año hay en la matrícula del centro en que se preparan las madres del mañana, y debemos regocijarnos cuando, cada año, al terminarse las labores escolares, vemos salir un grupo que tendrá que orientarse, y que sabrá hacerlo, por la valiosa instrucción que a ese respecto ha recibido.

Miremos, pues, con orgullo, a nuestra querida escuela, que es la más llamada a inspirarnos esa admiración, cuya huella imborrable deja en nuestro corazón toda acción noble de reconocido mérito.

Procuremos que, de día en día, la Escuela Profesional de Panamá vaya pudiendo brindarnos el fruto mejor sazonado de la República.

Efemérides de Julio

No sin razón es el mes de Julio el llamado: Mes de las Independencias, puesto que tenemos que el día 4 nuestros hermanos de los EE. UU. de N. A. se alzaron imperiosos y proclamaron su libertad, marchando siempre hacia adelante con la frente erguida y sin retroceder un paso por la senda que al emanciparse de Inglaterra, en el año de 1776, se trazaron.

El 5 es el día de Venezuela, nación altiva que por ese gesto ve hoy flamear orgullosa su bandera.

El 14, fecha grande no solo para la Francia sino para el Universo entero. Allá en el año de 1789, en un día, como éste, cansado ya el pueblo francés

POR
María Esther Gamboa.
(III "A" Comercio)

de sentirse humillado optó por proclamar los derechos del hombre y con un ardor digno de encomio y que lo hace acreedor al eterno reconocimiento de la humanidad se lanzó a las calles llevando por lema: "Libertad, Igualdad y Fraternidad". Mediante la toma de la Bastilla se sellaron estos derechos que rigen hoy en todas las naciones civilizadas.

El día 20 Colombia protesta, y a los albores de la aurora surge un nuevo pueblo independiente, que más tarde estuvo llamado a desempeñar

papel importante en el Continente.

El 24, nace Simón Bolívar, el héroe máximo de la América, el hombre abnegado y valiente, que se dispuso, con un ánimo que nunca flaqueó, ver a sus hermanos llamarse libres y por eso cinco naciones lo llamaron "Libertador".

Cerrando ya esta enumeración de fechas gloriosas encontramos el 28 de Julio. En este día nuestros hermanos los altivos descendientes de los incas conmemoran el aniversario de su independencia, que llevaron a cabo en medio de los más abnegados sacrificios y después de una interminable lista de sangrientos combates en los cuales pusieron de re-

Pallete Varas

MERITOS Y SIMPATIAS



El Instituto Nacional de Panamá celebró sus Bodas de Plata. "Alas", en nombre del personal educando de la Profesional, felicita a la máxima institución educativa del país. Para las alumnas de la Profesional el regocijo de los estudiantes institutores es su propio regocijo.

Reprimiendo el regocijo, pensamos serenamente en el significado de la fecha. El Instituto Nacional ha cumplido veinticinco años de existencia y en términos generales ha progresado enormemente. Esta es una satisfacción; se ha afianzado la educación propiamente secundaria del país y se ha sembrado al semilla de la educación universitaria. El Instituto Nacional no podrá morir ya, porque su producción intelectual es su garantía.

Qué ha nacido de esta justa celebración? Dos cosas importantes: en el presente, la es-

trechez de relaciones entre los hijos del Instituto y un Congreso de Ex-Alumnos. Para el futuro, una Sociedad de Ex-Alumnos que se vislumbra permanente, y Comisiones para el estudio de problemas nacionales. En la labor del Congreso de Ex-Alumnos la obra fundamental es la declaración de la ideología institutiva: pedagógica, política y económica. Sin considerar la obra copiosa y variada de las Comisiones del Congreso en materia de organización especial, aquella sola labor pregonará el éxito de la asamblea.

Felicitemos efusivamente a la Rectoría, al Cuerpo de Profesores, a los alumnos y a los ex-alumnos del Instituto Nacional y aplaudimos a la Comisión Organizadora de las Bodas de Plata y a la Mesa Directiva del Congreso de Ex-Alumnos.

Don Alfredo de Saint Malo,

nuestro exquisito y mundialmente aplaudido violinista, fue objeto en días pasados de un homenaje que le rindiera nuestro mundo culto a insinuación de la Banda Republicana.

El homenaje tuvo lugar en el aula máxima de nuestra escuela y consistió en un concierto en el que participaron la Banda Republicana y compañeras nuestras.

Don Alberto Galimany, Director de la Banda Republicana tuvo a su cargo punto sumamente interesante del programa, que se desarrolló en medio de los aplausos de aprobación de una selecta concurrencia.

* * *

Con sumo placer nos ocupamos en esta página de la señorita Ida C. Navarro, distinguida profesora panameña residente hoy en Chicago, y quien

llevan el valor y la pujanza que llevan en su sangre.

Bolívar, que había libertado a Colombia, Ecuador, Perú, Bolivia y Chile, soñaba con la independencia de Panamá, a la cual auguraba un bello porvenir, pues por su posición decía, estar llamada a ser el lazo de unión en el mundo.

Bolívar soñó una patria grande: "Hispanoamérica", y ese sueño, irrealizado todavía, debía entusiasmar a todo el

mundo para procurar el acercamiento entre hermanos que tienen una misma raza, lengua, costumbres y religión, y así llevar a cabo lo que tantos años hace engendró la preclara frente del ilustre Libertador.

Nosotros, una nación pequeña, no por la extensión de su territorio sino porque somos un pueblo joven, si se quiere el que últimamente se soltó a caminar solo, no debíamos por ningún motivo sentir ren-

hacer imposible el paso de otras naciones que nos traen civilización y que por ser mayores podrían con su buen ejemplo, trazarnos el derrotero que más nos conviene seguir. Por eso a nosotros nos sería más provechoso echar a un lado todo mal entendido orgullo de raza y tomar el ejemplo de pueblos grandes que hayan sabido mantener su soberanía porque así respetarán la nuestra.



DOÑA LUZ MARIA RAMOS,

cuyo nombre tendrá que ir siempre asociado al de nuestro plantel.

desempeñó en la Convención Internacional Rotaria celebrada este año en Detroit, Michigan, los delicados cargos de Intérprete de los rotarios alemanes, portugueses y españoles y de Secretaria de la Asamblea de la misma convención, que tuvo lugar en la isla Mackinac del lago Michigan.

La señorita Navarro, conocida extensamente en Panamá por su cultura y afición al arte, fue profesora de Inglés durante varios años en la Escuela Normal de Institutoras, donde supo granjearse el cariño de sus alumnas por su eficiencia y bondad. La noticia nos ha regocijado sobremanera, al par que por el reconocimiento que sus cargos implican a los méritos de la señorita Navarro, por lo que este reconocimiento significa en una compatriota nuestra y educadora panameña.

No dudamos de que Ida Clotilde habrá cosechado nuevos triunfos en su doble cargo de intérprete y secretaria, y esta-

mos seguras de que en su ardua labor su espíritu de artista se ha compensado con el goce ante los famosos paisajes de la bella isla Mackinac.

* *

El doctor Alfonso López, presidente electo de la vecina república de Colombia, fue huésped nuestro por espacio de algunos días del corriente mes de julio.

La llegada del doctor Alfonso López y los demás actos de carácter social con él relacionados fueron ocasión para que los liberales nuestros y los liberales colombianos que con nosotros conviven exteriorizaran su aprecio por tan distinguido hombre público y por la doctrina política que él con tanta gallardía y competencia defiende.

"Alas", que siente cariño por la nación colombiana y sus prohombres, saluda al doctor Alfonso López con efusión y formula votos por el éxito de la administración que dentro de poco dirigirá.

* *

La Secretaría de Instrucción Pública, que hasta hace poco había estado bajo la dirección atinada y competente del doctor Dámaso A. Cervera, se encuentra hoy, en virtud de decreto ejecutivo, bajo la no menos atinada y competente dirección de don Narciso Garay.

No es necesaria la presentación del señor Garay. Su nombre se halla vinculado a la solución de algunos de nuestros problemas nacionales más delicados y es bien sabido que su actuación en todo momento ha merecido el aplauso y la aprobación de sus conciudadanos. Puede afirmarse de modo incuestionable que don Narciso Garay es pa-



DR. ALFONSO LOPEZ

cuya visita al Istmo fue el acontecimiento social y político de más resonancia de los días que corren.

ra nosotros los panameños la encarnación del patriota ciento por ciento.

Cartera tan importante como la de Instrucción Pública bien merece que la desempeñe un ciudadano de tan altos quilates intelectuales y de tan acrisolada moralidad.

* *

No nos sorprendió, ni podía sorprendernos, la reciente visita de nuestra ex-profesora señora Luz M. Ramos, a Panamá, y especialmente a la Escuela Profesional. Es de nuestro dominio el cariño que la señora Ramos guarda por nuestro plantel y el buen recuerdo que ella conserva de sus amistades panameñas. Pero si esa visita no fue una sorpresa, nos brindó en cambio inmenso regocijo, que hoy queremos traducir en la página que nos permite tales expansiones.

La señora Ramos desempeña hoy el cargo de Inspectora de Economía Doméstica de Puerto Rico, su patria. No es tiempo ya de "darla a conocer"; todos sabemos de su labor en Panamá como profesora

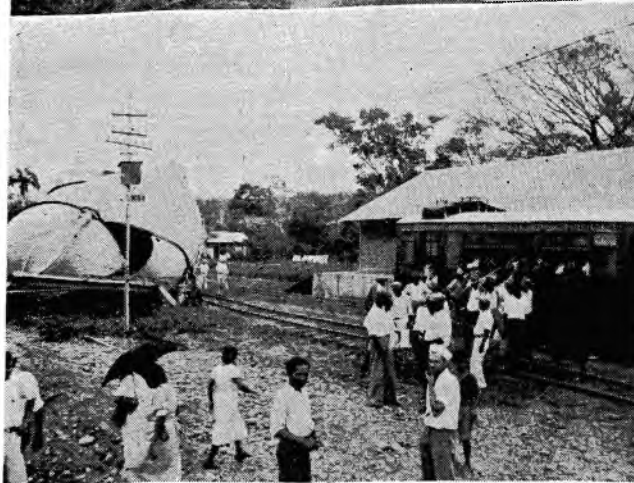
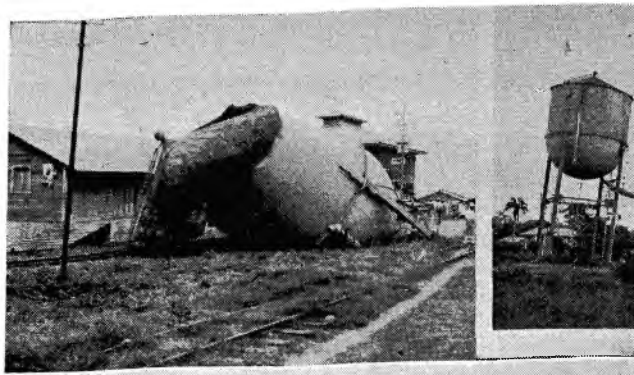
ra e Inspectora de Economía Doméstica, como organizadora y encauzadora de esta rama de la Educación en nuestro suelo. Pero sí debemos mencionar, y agradecer también, el interés que todavía le merecemos en la enseñanza que, por suerte, es aquí su hija inolvidable. Y queremos manifestar que, enterados de sus recomendaciones últimas con respecto a la Economía Doméstica en Panamá, juzgamos inteligente que se preste oídos a esos consejos sanos y desinteresados.

No debemos cerrar esta reseña sin consignar el ejemplo de actividad y honradez profesionales de la Sra. Ramos. A pesar de su preparación universitaria y de la alta posición que ella ha alcanzado en su carrera profesional, estudia, se actualiza y la oportunidad de su reciente visita a nuestro suelo la tomó de su regreso de los Estados Unidos, en donde hizo un curso universitario en uso de licencia especial.

* *
*

El anhelo latente en el corazón de todas las alumnas y exalumnas de la Escuela Profesional, los afanes y desvelos de algunas entusiastas habrían quedado en el vacío a no ser por la generosa cooperación brindada por algunas personas que hicieron posible la reaparición de "Alas".

La actual Directiva de esta revista, las alumnas y ex-alumnas de la Escuela Profesional y, finalmente, todos los que a nuestro plantel educativo miran con cariño, expresan por este medio su más decidida e imperecedera gratitud a las personas que en forma directa o indirecta han ayudado en la realización de volver a publicar esta revista.



ALGUNOS DE LOS DESTROZOS ocasionados por los temblores que hubo en la provincia de Chiriquí recientemente. Aunque bastante elocuentes, estas fotografías no consiguen dar idea cabal de la magnitud e intensidad de los sismos.

Las fuerzas de la naturaleza, empeñadas a veces en recordar al hombre que no es tan absoluto el dominio del Rey de la Creación, han convertido a la simpática provincia

chiricana en el centro de una serie de temblores que han ido dejando su estela de destrozos y pérdidas durante el curso de unos cuantos días.

La prensa capitalina ha si-



Importancia de la telegrafía

Para hablar de un tema tan importante como éste, es necesario dar un pequeño vistazo sobre la Historia de la Telegrafía Eléctrica.

Las primeras tentativas fueron hechas en 1750; más tarde los físicos Ersted y Arágo descubrieron el electromagnetismo, hicieron varios ensayos no llegando a obtener ningún resultado satisfactorio.

En 1832 el físico americano Samuel Finlay Morse ideó el Telégrafo eléctrico, que se emplea hoy en todo el Universo, el cual lleva su nombre y, que con los muchos avances de la civilización se ha ido perfeccionando de tal manera, que en la actualidad no tenemos que objetarle.

El alfabeto empleado es el "Morse Internacional o "Continental, que está compuesto por rayas y puntos en unión de

POR

Aura J. Guillén.

(III Año de Telegrafía)

los espacios y que se hacen mediante el manipulador en el que operador apoya su mano.

Los puntos son ejecutados en el aire, si podemos definirlo de esta manera, y las rayas, mediante una pequeña presión de la mano, es decir, para hacer una raya bajamos la palanca del manipulador obteniendo estas distintos valores según el tiempo y la presión con que las ejecutamos; así, una raya larga equivale a la letra "L" y una corta a la letra "T"; si las ejecutamos aisladamente, en combinación un punto y una raya "A"; dos rayas largas "LI"; dos cortas "M".

En el alfabeto morse americano se combinan para algunas letras puntos separados

por fracciones de tiempo como por ejemplo (. . .) o sea la letra "R", y de esta manera se van combinando los puntos y las rayas y formamos las letras, números, puntuaciones, llamadas y demás signos usados en el Telégrafo.

Ahora ya tenemos idea más o menos clara sobre la Telegrafía; veamos la importancia que ejerce ésta en el mundo entero.

Nada hay realmente tan interesante, de más importancia y de más necesidad en el comercio, en la sociedad, en la familia, en la política como el de dar a conocer nuestras ideas, pensamientos noticias en el menor tiempo posible; entre los puntos más lejanos ayudando de esta manera al rápido intercambio de conocimiento y al progreso de las naciones con quienes estamos en continuo contacto.

Y de qué manera conseguimos dar a conocer nuestros adelantos y los acontecimientos de nuestra vida?

No es a las Oficinas de Correos y Telégrafos donde acudimos a que nos satisfagan este deseo o esta necesidad?

Son tan importantes las Oficinas de Correos y Telégrafos y de tan imperiosa necesidad que podemos afirmar sin temor a equivocarnos que sin ellas el hombre moderno no podría vivir.

do cumplida en el suministro de las informaciones y de los detalles gráficos del caso. No valdría la pena detenernos en ello; pero sí conviene, por razones de orden moral, dejar constancia de que "ALAS", órgano de la Escuela Profesional,—lo que vale decir, vocero de ésta,—sufre la pena que azota en estos momentos al ge-

neroso pueblo chiricano, con la misma intensidad y en la misma proporción en que el buen hermano comparte la desgracia del hermano.

Sean nuestros votos por que la nube aciaga que hoy se cierne sobre el Valle de la Luna se disipe cuanto antes y renazcan allí mismo la paz y la alegría.

LA ESCUELA



C
O
M
E
R
C
I
O



M
O
D
I
S
T
E
R
I
A

PROFESIONAL

T
E
L
E
G
R
A
F
I
AE
C
O
N
O
M
I
A

D
O
M
E
S
T
I
C
A

P A G I N A



I N F A N T I L

La tierna pensadora

(Cuento en francés traducido graciosamente para la revista ALAS, por el joven Manuel José Méndez.)

Miguel Noumy.

Bajo el sol ardiente de una tarde de verano, la pequeña ciudad del interior dormía... Ninguna animación, ninguno paseando, aunque era Domingo. Hacía demasiado calor... Se iría a "coger fresco" más tarde... En el mismo "Gran Café" el sirviente se dormía sobre el mármol de una mesa, mecido por el murmullo de una voz que venía desde lejos... Pero era una voz clara y sonora; era la voz de alguien que estaba acostumbrado a hablar: la de un rematador.

Procedía a una pequeña venta de la cual no se esperaba mucho, en presencia de unas dos docenas de compradores y curiosos. "Vámonos, pronto" decía el rematador con el simbólico martillo de marfil en la mano, no hablen todos a la vez. Hay tiempo para todos. Quién dice más? Atención, una, dos y tres! Adjudicado!

Volvió a tomar aliento y cogió otro nuevo objeto:

Vendemos ahora una pequeña estatua, imitación bronce: La Tierna Pensadora, muy graciosa... en buen es-

tado.. Dicen cinco reales? cuatro reales? ya tengo alguien por tres reales.

"Pagaré cuatro reales" dice una voz. Todos volvieron a ver. Quien así hablaba era un joven soldado y parecía ya apenado de haberlo dicho. Raras eran las distracciones de la pequeña ciudad donde tenía lugar el remate. La casualidad lo había traído allí y se había parado con un amigo, más bien por curiosidad.

De repente, la estatua que brillaba al sol, en la mano alzada del rematador, había gustado a Juan Fernel e inconscientemente había dicho "cuatro reales" a la gran sorpresa de su compañero. "Vemos quién dice más?" pregunta el rematador, viendo que todo se callaban. "Pues tégalo, dice a Juan Fernel, está regalada!"

Y le dió el objeto a Fernel, quien pagó sus cuatro reales. El soldado contemplaba su estatua con una satisfacción sorprendida. Era un cuerpo de mujer, esta "tierna pensadora", de un dibujo precioso, de formas encantadoras y armoniosas, bajo a ropa que la cubría, y la mano en la ca-

beza como si pensase profundamente justificaban su nombre de "tierna pensadora".

—Qué vas a hacer de ella? le pregunta su compañero.

—No sé todavía, pero es bonita y me gusta.

—Siempre el mismo, tan sensible y romántico!

—Probablemente se la mandaré a mis hermanas, y cuando me case me traerá la felicidad...

En estos momentos una joven señorita les llamó la atención. Era muy hermosa, y con las lágrimas en los ojos se había quedado viendo a la estatuita y como el joven complaciente se paraba para dejarla contemplarla le dijo voz muy dulce:

—Os doy las gracias.

—Os gusta, preguntó el compañero de Fernel.

—Puede llevársela, que ya le he dicho adiós...

—Como adiós?

Pero la joven no contestó, estaba viendo la venta de otro objeto. Un vecino les explica:

"Es Gilberta... Una muchacha buena y honrada... Su padre murió en la Gran Guerra. Su madre ha muerto ahora... y sus modestos haberes se están vendiendo..."

Emocionado, Juan Fernel

regresó adonde la joven. "Señorita, no tengo necesidad de esta estatua, si ud. me permitiese...."

—No, llévesela. Sería TODO lo que yo quisiera guardar. Estoy contenta en saber que ud. la amará. De todos modos, ud. no tiene porque hacerme un regalo.

Fernel se inclinó ante este dolor tan digno y tan noble, que le hacía ver a Gilberta más simpática aún.. La saludó respetuosamente antes de irse y mirando la estatua se dijo:

—Como se parecen!..... Y soñando él también se metió la estatua en su bolsillo.

.....
Todo el día el recuerdo de Gilberta lo obsesionó. Mirando a la estatua le parecía ver y oír a la señorita cuando le decía "Estoy contenta en saber que ud. la amará". Al día siguiente queriendo empaquetar la estatua para enviarla por correo, pudo darse cuenta de que era un poquito más larga de la dimensión autorizada por la administración de correos.

—Si pudiera separarla de su pedestal, se dijo.

Y ensayó. Como él lo presumía, el pedestal se destorni-

llaba, logrando lo que deseaba. Entonces se dió cuenta de que el pedestal era hueco y formaba una cajetita de la cual después de algunos esfuerzos pudo levantar la cubierta. Enseguida, se exclamó! La cajita contenía billetes de banco envueltos de cuatro en cuatro. Había allí 5000 Balboas! Una verdadera fortuna inesperada!

Al descubrir esto Fernel no pensó más en enviar la estatua sino en buscar a Gilberta. Fácilmente consiguió su dirección, pero cuando se presentó la joven lo reconoció y lo recibió fríamente.. Aun con toda su elocuencia no hubiera podido convencerla de que sus sentimientos eran puros, pero los billetes estaban ahí.. y también un papelito. Gilberta lo cogió y lloró al reconocer la letra de su madre.

ECONOMIAS PARA LA DOTE DE MI HIJA" decía el papelito..

"Ud. ve, le dice Juan, que el dinero era suyo y hubiera sido un ladrón al quedarme con el".

Perdón, contestó Gilberta, dándole una mano que el estrechó dulce y suavemente...

Y como la joven seguía llo-

rando trató de encontrar y pronunciar palabras consoladoras. Su sinceridad acabó por conquistar a Gilberta. Fernel no debía ser para Gilberta, un extranjero, un indiferente... Estaba escrito en el libro del destino que esta casualidad los uniría... Se hicieron amigos íntimos y Gilberta llegó hasta confiar sus proyectos para el futuro a Fernel.

Pero la amistad entre una señorita y un joven es una crisálida que se vuelve fatalmente una mariposa... entonces cambia de nombre y se llama cambia de nombre y se llama: AMOR

.....
Hoy ya están casados.. La dote de Gilberta ha cumplido su misión.

"La Eterna Pensadora" se ha vuelto el más querido recuerdo en la recámara de la señorita Gilberta que dejará pronto pa arconvertirse en Señora Fernel.....

xxx

(NOTA: He arreglado esto para los selectos lectores de ALAS omitiendo algunos pasajes, cambiando algunas frases y aumentando algo. Manuel José Méndez.)



Sección de modistería

Cómo se hace un gorrito de marinero

Mucha satisfacción nos causa hablar en nuestra querida ALAS algo sobre sombrería, curso que tomamos en el 2º, 3º y 4º años de Modistería.

Nos causa satisfacción primero, porque es muy grato para nosotras colaborar con nuestros artículos y segundo porque de este modo podemos llevar al conocimiento de aquellas de nuestras lectoras, que no siguen este curso, cómo se pueden hacer algunos sombreros sencillos, guiándose solamente por nuestras explicaciones.

El sombrero, que se ha usado desde tiempos inmemoriales, tanto como auxiliar contra el sol y la lluvia, como para adorno; se inició con los primeros pobladores del mundo, quienes usaban lienzos para resguardarse de los rayos solares; y otros los indígenas de América que usaban plumas en forma de coronas, bien para adornarse, bien como signo de dignidad.

Después, con los años, y poco a poco se fue generalizando el uso del

POR
Eurel Edghill.

(IV año Modistería)

sombrero en Europa; y en la época actual se hacen en formas tan variadas como atractivas y sentadoras.

Hoy en día es tal la variedad de estilos que se usan, que sin dificultad cada persona puede escoger el que más convenga a su gusto y a su tipo.

Nosotros seguimos este curso con interés y agrado porque sabemos que nos es útil como todos los que tomamos, y además nos proporciona su estudio un entretenimiento agradable: mientras oímos las explicaciones de nuestra querida profesora, vemos salir de nuestras manos ya confeccionados los lindos sombreros.

Hoy para no extendernos demasiado sólo indicaremos unos de los modelos más sencillos. El gorrito de marinero propio para las

vacaciones de Septiembre en que generalmente se usan las payamas y los vestidos de marineros los cuales no estarían completos sino usáramos el gracioso sombrerito. Es muy fácil de hacer, y de poquísimos gasto.

He aquí los moldes: Copa seis cuchillas de seis y media pulgadas de alto por cuatro pulgadas de ancho en la base.

Se unen de 3 en 3, y después se unen las dos partes.

Ala: un sesgo de espartería de 2 y media pulgadas de ancho y 23 pulgadas de largo, procurando estirarlo con la plancha en la extremidad, y achicarlo en la parte en que se une a la copa, a la medida de nuestra cabeza. Después se forra en un sesgo de gabardina, que se corta doble, se une en los extremos y se esquila en la misma forma que indicamos haciéndole varias vueltas de despunte. Después se une el ala a la copa, y queda terminado el sombrerito.



EDUCACION FISICA

**Investigaciones y datos correspon-
dientes al primer semestre del
presente año escolar**

ALUMNAS NORMALES EN PESO Y TALLA

I C. A	1	Badille Evelia
	2	Barsallo Teodolinda
	3	García Elvia.
	4	Lasso Marta
	5	Lasso Olga
	6	Lindo Carmen
	7	Martinelli Emma
	8	Ruiz Ester
	9	Vásquez Ligia
II C. A	10	Aird Susana
	11	Eldemire Edna. Rosa
	12	González Dalís
	13	Montenegro Dolores María
	14	Perdomo Rosalía
	15	Tejada Reina Sofía
II C. B	16	Turcanaşa Berta
	17	Cubillos Luz
	18	Chevalier Carolina
	19	Dorsi Raquel
	20	Ibaldi Fulvia
	21	Jaén Evelia
	22	Martín Elida
	23	Pariente Dolores
	24	Quirós Marta
III C. A	25	Corro Ana
	26	Mora Jilma
	27	Stephens Leola
III C. B	28	Argote Fedora
	29	Bourdét Emilda
	30	Silvera Elvia
	31	Waller Berryl

I E. A	32	Aldrete Aida
	33	Caro Jilma
	34	Guevara Raquel
	35	Núñez Dalila
	36	Peña Ana Mercedes
	37	Rodríguez Eneida
	38	Rodríguez Telma Luz
	39	Stanziola Elsa
	40	Vásquez Isabel
I E. B	41	Vivies Virginia
	42	Aguilar Aminta
	43	Almengor Isabel
	44	Alvarado Aeromelia
	45	Degracia Jilma
	46	De La Rosa Sinforosa
II E. D	47	Díaz Iselda
	48	Arias Dévora
	49	Avila Idalides
	50	Casal Graciela
	51	Espino Efigenia
	52	Hurtado Dora
	53	López Carmen
	54	Sánchez Bernabela
	55	Suárez Lucila
III E.	56	Aguilar Cruz
	57	Cano Aminta
	58	Estribí Luisa
	59	González Consuelo
	60	Goicoechea Rosa
	61	Jaramillo Lastenia
	62	Ruiz Catalina

I M.	63	Tejada Josefa	II M.	70	Vásquez María Alicia
	64	Torrero Bienvenida		71	Villavicencio Florinda
	65	Alvarado Flora		72	González María
	66	Carrasquilla María		73	López Clara
	67	Chambers Modelina		74	Santos Fidelina
	68	Marchan Magdalena	III M.	75	Vásquez Dido
	69	Mera María	II T.	76	Carles Delsa

NOTA: Esta lista se fijará en parte visible, como estímulo para agregar a ella nuevos casos que puedan alcanzarse y llenar así el dato del resultado anual.

		Número de casos investigados	Con certificado médico	Normales en peso y talla	Anormales en peso y talla	Bajo peso	Bajo talla	Sobre peso	Estílicas	Bajo hemoglobina
I	Año Comercio	48	1	10		25	13	2	15	9
II	" " A.	35	1	6	3	14	14	1	3	7
II	" " B.	40		8	1	10	12		9	13
III	" " A.	31		3	3	16	12	4		9
III	" " B.	29		4	1	20	7	2		11
I	Año Economía A.	42		13		25	6	4		9
I	" " B.	38		6	3	22	13	7		6
II	" " "	50		8	1	30	11	3		18
III	" " "	38		9	3	21	11	2		9
I	Año Modistería	47	1	7	3	21	21	2	4	9
II	" " "	27	1	3	5	17	19	1	5	16
III	" " "	13		1	2	8	3			6
II	Año Telegrafía	9		1	1	6	4			2
TOTAL		447	4	79	26	235	146	28	36	124
PORCENTAJE				17.	5.8	52.5	32.6	6.2	8	27.7

Investigación correspondiente al Primer Semestre del Año escolar 1934 a 1935

Recomendaciones a los diferentes grupos

Grupo "A"

BAJO HEMOGLOBINA

Alimentos:

Lentejas, porotos, hígado, (3 veces por semana).

VEGETALES DE COLOR SUBIDO:

rojo: tomates, remolacha.

amarillo: zanahoria, zapallo.

verde: espinaca, berro.

ciruelas pasas, pan negro.

Grupo "B"

BAJO PESO:

Alimentos:

Avena, pan, mantequilla, arroz, aguacates, chicheme, leche.

Puré de: ñame, camote, zapallo, papas.

Grupo "C"

BAJO TALLA

A) carreras de resistencia

B) ejercicios de suspensión en aparatos

C) grupo especial de ejercicios de torneo

D) Recomendaciones para que practiquen deportes libres: natación, basket, tenis, montar, patinar, remar, excursiones con ascenso, etc.

Grupo "D"

ANORMALES EN PESO Y TALLA

Todo lo correspondiente al grupo anterior y recomendaciones especiales para prácticas diarias.

NOTA: Correspondientes a los grupos "A" y "B" 29 alumnas del 1º y 26 del 2º reciben los alimentos indicados incluidos, alternados, en la dieta diaria desde el 1º de Junio.

Las 146 alumnas correspondientes al grupo "C" y las 26 del grupo "D" practican, por recomendación especial, en todos los recreos y tiempo libre los ejercicios indicados como ayuda a las dos horas de clase semanal.

Las 124 alumnas bajo hemoglobina serán examinadas por uncinaria, trabajo que se comenzó la primera semana de Junio; a los casos que resulten positivos, como todos los años se le administrará los tratamientos necesarios a las internas, y ayuda y vigilancia para el mejor cumplimiento de ellos a las externas. Los casos que resulten negativos en los exámenes de uncinaria se investigarán por malaria para prestar también la atención necesaria a los casos positivos.





Cuando España a sus muertos conmemora

Suena como un lamento la campana de los recuerdos tristes; su quejumbre llega al fondo del pecho y en los labios pone la flor, humilde siempre-viva, de la oración que acaba en un Requiescat.

España está rezando por sus muertos. Reza por casi todos, por los ínclitos y por los más oscuros y olvidados; por los que hubieron, al cruzar la vida, sendas de flores y bendito gozo; y también por los pobres caminantes que recorrieron las abruptas cuestas del dolor sin alivio, y tropezaron, y en el pungente guijarral cayeron para volver a erguirse con rasguños de abrojales y zarzas, y, en la cumbre, sólo hallaron la paz en ese sueño que empieza en noche para ser aurora de luz eterna...

Por sus muertos hijos la madre España de negror se viste. Para ellos fidelísimo tributo tiene su corazón, que es ancho y fuerte con ternura de hogar que no se cierra, y amores de regazo en que se acogen sus hijos y los hijos de sus hijos y los que han de venir. Que son las madres igual que el firmamento, alma cerúlea, donde caben millones de luceros y aún queda pedestal para los astros que alumbrarán en siglos muy remotos.

POR

M. R. Blanco-Belmonte.

Y en estas horas de oración cristiana, de triste evocación, horas solemnes en que el alma se postra de rodillas pesquizando en su ayer ejemplo y norma para orientar su rumbo hacia el arcano — como niño que pide inspiraciones a la vida del padre y del abuelo, por bien seguir los pasos de su estirpe — traicionera, veloz, desgarradora, se hunde en el corazón la flecha dura de algo más criminoso que el olvido y más brutal que el odio...

Nuestro tiempo tiene a gala lucir su indiferencia. Se resiste a pensar en lo futuro y le repugna honrar a lo pasado, para sólo vivir en lo presente; sin meditar que acorta su horizonte y que reniega, en orgulloso alarde, al parigual de su progenie ilustre y de su no probada descendencia...

Brillan luces, desgránanse plegarias y aromas se esparcen en las tumbas... Y nadie acude, nadie se arrodilla al borde de sepulcros-monumentos, a los pies de las urnas guardadoras de cenizas, que fueron lumbraradas ante el altar de nuestra Patria excelsa. Lo más grande de España, lo más puro, lo más noble, raya-

no en inefable, lo encierran silenciosas esas urnas.

Desgajemos añosos cabayones de la montaña astur; subamos luego a la cuna de España, y reverente, sobre piedras cuajadas de heroísmo y empapadas de sangre, en Covadonga, todo el bosque de ramas, arrancando a la robleda secular, se rinda en memoria del duque de Cantabria: del grande D. Pelayo, del sublime guerrero y padre de la Hispana gesta, del q' abrió del primer surco y en el yunque de su alma prócer retempló a su pueblo, y tornó en peleador al campesino, y al enseñarle su misión augusta, tendió la mano, señaló a los valles y dijo así: "Cuanto remoto miras, y más, muy más allá, tu Patria era, y tu Patria ha de ser. Tu Patria libre! Gloria será morir por libertarla!"

Desgájense más robles en memoria de grandes facedores de prodigios! En el jardín de florecida piedra que alzó Burgos a Dios, un rojo mármol guarda el nombre que es sol de Romancero.

Allí descansa el Cid, volcán de arrojo que, desbordado, engrandeció a Castilla... Allí descansa el Cid... Es la epo-

peya que espera al héroe, con la cruz alzada y con el hierro redentor de yugos.

Y en la paz del silente monasterio que el Arlazón arrulla, en el recinto donde fidalgas monjas se recogen, duerme su postrer sueño el Soberrano: el gran Alfonso, que a Yusuf derrota y se yergue en Las Navas, y entre sangre del infiel, quebrando para siempre, vislumbra en perspectiva, como un sueño, la unidad de la Patria; de una Patria nacida en un abrazo de grandezas.

.....

Si toda España se tornase lauros, aún fuera su laurel muy más que mísero para ofrecerlo ante la rega cripta de la magna Isabela: de la madre de España y de otra España que se alarga más allá del Atlántico... Bendito el nombre de la Reina que en Granada plantó la cruz y al golpe de su cetro (vara de santidad) nos dió el milagro de una España tan grande, que no cupo en la extensión del orbe! Gloria eterna para Santa Isabela de Castilla!

.....

Y un ramo de laurel y otro de roble, con una rosa de pa-

sión, se mustien en el pobre convento trinitario, donde entre polvo se deshace en polvo el príncipe y orfebre del idioma: el genio que olvidando su martirio, supo infundir a un barro de locura lo inmortal de la raza: Don Quijote.

.....

Es hora de rezar. Esta es la hora en que España a sus muertos conmemora. Doblemos la cabeza y la rodilla, y ante esas tumbas donde eterno brilla el limpio soi que a nuestra historia baña, recemos en la lengua de Castilla... por todos los que hicieron grande a España.

Una fruta valiosísima de nuestra tierra

Es cosa sabida de todo el mundo que las frutas de la papaya, (arica papaya) son sanas, sabrosas y bastante refrescantes; que las mismas, verdes y jojotas, se comen guisadas con carne u otra comida cualquiera.

La papaya tiene además otras muchas propiedades. Las hojas afirma el Doctor Pittier, se usan a manera de jabón para blanquear tejidos delicados; también se dice que ablandan la carne que se envuelve en ellas.

Por medio de incisiones en las frutas antes de madurar, se obtiene una goma o látex del cual se extrae la papaina, alcaloide de propiedades muy semejantes a las de la pepsina.

El Dr. Grossourdy, en la obra titulada: "El médico botánico criollo" se expresa en los términos siguientes:

"Las semillas, la leche blanca que sale de las frutas verdes heridas y las raíces tienen propiedades vermícidas muy poderosas.

(Opinión de algunos sabios acerca de la Papaya)

"Las semillas tienen el sabor aromático y agradable del berro de agua.

"Su polvo se emplea desde 24 hasta 36 granos o una cucharadita y hasta más; se administra en una toma, después de mezclado con miel de abejas, y se la repite dos o tres veces en el término del día.

"Una dracma o cucharadita de leche o de papaya recién cogida y mezclada con una cucharada de leche de vaca acabada de ordeñar constituye para los niños un vermícido seguro e inocente, de manera que se la puede repetir dos o tres veces en el término del día sin inconveniente alguno. Para los adultos se empleará una cucharada de las de sopa, repetida dos o tres veces al día del mismo modo, y surtirá muy buen efecto.

"Esa leche recién cogida es pues un remedio seguro; pero

no sucede así cuando seca, porque al secarse ha perdido la mayor parte de su poder curativo, por ser quizás su principio activo volátil.

"Con un manojo de raíces recién cogidas y media botella de agua se hace una decocción que, después de endulzada como conviene, se toma en el término del día y surte tan buen efecto como la leche. Este poder antihelmítico es seguro y exento de peligro.

"La leche recién cogida, pero ya vuelta gelatina, puesta con otro tanto de ron de cabeza de unos 30 grados, se disuelve casi enteramente. Una décima parte solamente se queda lechosa y sin disolverse; el líquido alcohólico que proviene de esa operación tiene el sabor y el olor de la leche empleada; no tiene color alguno, mientras la proporción de la leche esté así fuerte en relación a la del espíritu. Pero si la cantidad de alcohol predomina sobre la de la leche,

(Pasa a la Página 29)

COLABORACIONES

Conservemos nuestras costumbres y nuestra lengua

POR

Aurelia Guerra.

Las costumbres, las tradiciones, que hasta ayer no más fueron nuestro distintivo, nuestro orgullo, si se quiere, las vamos perdiendo día a día, en un loco deseo de imitación. Basta que algo nos sea extraño para que inmediatamente lo aceptemos, olvidando lo nuestro, sin detenernos siquiera a pensar si de ese canje vamos a obtener provechosas consecuencias. Está bien que se imite una virtud o una actividad adaptables a nuestro medio ambiente, pero sin que ello, naturalmente, nos haga perder nuestra condición de panameños. Pero, es que entre nosotros no se acostumbra imitar el espíritu emprendedor ni otra buena cualidad del elemento extraño, sino que aceptamos indiferentemente todo lo que nos llegue de fuera. Parece que estuviéramos siempre a caza de novedades, para ir las adaptando a nuestro medio, hasta reemplazar por completo todas las costumbres, las ideas, que nos legaron nuestros antepasados. Y no digamos que es la civilización; no; nadie puede hacernos creer que el progreso de los pueblos se obtiene así tan pronto, tan bruscamente; un grado de desarrollo en cualquiera actividad o cultura, es siempre el resultado de una serie de experiencias que sólo se consiguen con un trabajo y una práctica serios y concienzudos. Pero esas innovaciones que a diario acaban con una de nuestras costumbres no son sino el resultado concreto de ese exagerado deseo de imitación.

Y esa imitación, que no autoriza

ni la necesidad imperiosa de algo mejor, ni el convencimiento de haber hallado lo que realmente nos conviene, la notamos en todo: en las modas, en la manera de vivir, de conducirnos en sociedad, en los bailes, en la música. Cuál es la música que escuchamos a diario? No es música; es un ruido, es algo falto de delicadeza, de melodía, de todo; somos, sin duda alguna, el mejor mercado para la rumba y el son cubanos. Muchos nos dirán que no tenemos bastante música nuestra; pero si estamos imitando algo escandalosamente indelicado, si estamos haciendo gala de mal gusto con algo extraño, por qué no imitamos, por qué no hacemos nuestra la música realmente tal, la música suave, melodiosa, la que verdaderamente habla y consuela el espíritu? Y aceptamos esos sonidos pésimamente combinados acompañados de una letra que no sólo no es bonita, sino que muchas veces toca los límites de la vulgaridad. Qué se hicieron nuestras canciones sencillas, tan llenas de emotividad; aquellas canciones que algunos años atrás nuestros hermanos mayores o nuestros padres cantaron en la clásica serenata en la ventana de la amada? Lo hemos reemplazado todo sin tener la excusa de que ha sido por algo mejor.

Y qué diremos del baile? Intimamente relacionado con la música, corre idéntica suerte. Qué ha

sido de nuestros bailes regionales? Qué se han hecho nuestros tamboritos y mejoranas? También los ha reemplazado la rumba y el son. Antes, todos esperaban con ansias el carnaval, para ver o para bailar tamborito; y este año en los clásicos toldos, donde antes la mujer panameña ataviada con el traje nacional se llenó de entusiasmo al escuchar los redobles de una caja, sólo se escucharon las rumbas de moda, y nuestro baile se vió relegado a la categoría de algo extraño que ni siquiera merece ser imitado.

Y todo esto está sucediendo no sólo con la música y el baile, sino con todo lo nuestro.

Si a nuestra tierra llega algún extranjero que haya tenido la suerte de leer, por ejemplo, el libro "Traducciones y Cantares de Panamá", del señor Garay, tendría naturalmente que sentir extrañeza y preguntar qué ha pasado, porque esta crisis de costumbres y tradiciones no solo se nota aquí en la ciudad capital, sino también en el interior. Basta una visita a un pueblecito cualquiera y veremos, en un ranchito bajo una frondosa arboleda, una victrolita a la que no le falta un "Cataplún" o un "Alfiler".

Y si esto sucede con nuestras costumbres, qué diremos de lo que pasa con nuestra lengua? Ah! Eso es aún más alarmante y permítasenos decir, más lastimoso. Son muchas las palabras extrañas que hemos castellanizado. El mal es grave y aumenta cada día más. Ya, el niño de dos o tres años, que

La influencia de unas ruinas y una estampilla en la construcción del Canal por Panamá

El ilustre académico cubano, Dn. Antonio Iraizoz, quien a fines del año pasado visitó nuestro Istmo, en uno de sus bien hilvanados artículos con que recreó a los lectores de la "Estrella de Panamá", titulados ESTAMPAS PANAMEÑAS, me ha hecho el honor de

POR
E. J. Castellero R.

ocuparse de mi reciente obra, LA CAUSA INMEDIATA DE LA EMANCIPACION DE PANAMA, con juicios encomiásticos que le agradezco, y que yo tomo como un estímulo a

proseguir en mi paciente labor de investigación histórica nacional, pues el señor Iraizoz, a más de su alta autoridad como Profesor de nuestro idioma, es un atildado historiador. Por esto no echo en saco roto su indicación de que los aficionados a esta clase de trabajos

tiene un velocipedo, por ejemplo, no pasea, sino que da un "ride"; si Ud. va manejando su carro y toma una dirección incorrecta, otro chiquillo le grita tranquilamente "one way"; ya no se pasa un domingo o un fin de semana en el campo, sino que se fue a pasar el "week-end", y así muchas otras cosas. Y advertimos, que no es que seamos enemigos del inglés; no; le concedemos toda la importancia que tiene, sobre todo entre nosotros; tratamos también de aprenderlo y declaramos que se necesita cada día más. Pero, una cosa no justifica la otra, hablemos inglés cuando lo necesitamos y cuando no, hablemos castellano puro. A qué ese deseo de adulteración de nuestro idioma?

Recordamos siempre con cuanto interés, con cuanto entusiasmo nuestra primera maestra nos recalcó cuales eran los símbolos de nuestra Patria, y la veneración que ellos nos merecían; como nosotros, todos han repetido con devoción, que nuestra lengua, como nuestro himno o nuestra bandera, simbolizan la Patria. Por qué pues no respetarlos de igual modo? Acaso, cuando introducimos a nuestro idioma una palabra extraña no estamos irrespetando uno de nuestros símbolos? Nunca, en un acto tan solemne como el de izar nuestro pabellón, a alguien se le ha ocurrido, por mero capricho, izar otra bandera junto con la nuestra, ni ponerle un cuartel de otro color, ni

cambiar la letra de nuestro himno, ni siquiera alterar el orden de las estrofas. Tales actos se calificarían como irrespeto u ofensa grave al terruño; no es lo mismo, no ofendemos de igual modo nuestra tierruca, cuando cambiamos una palabra nuestra por un giro extraño, por satisfacer nuestro profundo capricho de imitación? Y no hay excusa para hacer estas cosas, cuando tenemos un idioma tan bello y tan rico, como la lengua de Cervantes.

En castellano, canta nuestra madre cuando nos mece en la cuna; en castellano, aprendemos de labios de nuestra abuela las primeras oraciones, esas oraciones en que invocamos al Altísimo en las horas de prueba; en castellano, también, expresamos los más puros y sinceros cariños q' atesoran nuestros corazones; si no hubiera Patria, si no existieran otras razones, estos motivos, intensamente dulces e inmensamente sagrados, serían suficientes para obligarnos a conservar pura nuestra lengua. Pero, el mal existe, es grave y aumenta cada día. Hay que contrarrestarlo. Quién debe emprender la labor? Todos. El mal no reside en un solo lugar. Está en todas partes.

Ya hay quienes hayan pensado en acabar con esta tendencia exagerada a imitar todo lo extraño, tendencia que no nos hace ningún honor, y que dice bien poco de nuestro espíritu cívico; existe una ley (tenemos por cierto muy buenas

leyes) que obliga a los comerciantes a colocar en lugar preferente sus anuncios siempre en castellano, sin perjuicio, naturalmente, de que puedan hacerlo también en otro idioma, que aquí entre nosotros sería en inglés. Si esta ley se cumpliera estrictamente, ya ello significaría algo. Los maestros y los padres de familia pueden también hacer muchísimo; sus condiciones de educadores les dan amplia margen para inculcar en los niños el respeto por lo nuestro. Y si todos nos sentimos realmente panameños; si nos damos exacta cuenta de lo que para los pueblos significan sus costumbres, sus tradiciones, su lengua propia, con poco esfuerzo de nuestra parte y buena voluntad podemos lograr mucho. Comencemos a laborar en nosotros mismos y luego en las personas con quienes convivimos; si así lo hacemos, podemos decir que estamos bien cerca del triunfo. Pero precisa mucha constancia, mucho entusiasmo y el convencimiento íntimo de que no adelantaremos, ni lograremos ser verdaderamente libres, mientras no seamos conservadores de lo nuestro mientras no seamos tan fuertes que recibamos todas las corrientes, todas las influencias y seamos capaces de clasificarlas, de estudiarlas y de aceptar de ellas sólo las que nos hacen bien, las que son adaptables a nuestro suelo, sin menoscabo de nuestra soberanía.

Julio 8, de 1934.

históricos, abandonemos un poco el carácter científico de los mismos y abordemos la divulgación de nuestra historia patria—por desgracia poco conocida hasta para los mismos panameños—haciendo de ella una exposición que tenga la amenidad de la novela, o de la leyenda, sin apartarse de la verdad. La sugestión me parece buena, y es posible tenerla en cuenta si el carácter novelesco de los relatos es lo que atrae a los lectores. Lo que deseamos los historiadores—yo, al menos, sólo tengo ese anhelo—es tener quien nos lea a que nuestros coterráneos conozcan nuestra interesante historia patria, y q' los extraños conociéndola también, aprendan a juzgarnos con la justi-

cia que merecemos mirándonos a través del claro lente de la verdad y no mediante el turbio prisma de la difamación y el desprestigio que ha sido hasta ahora el que escritores extranjeros se han empeñado en poner delante de los ojos del mundo. Para lograr esto, en años pasados comencé por publicar una serie de artículos sueltos, de índole histórica, que titulé una vez INVESTIGACIONES y otra CURIOSIDADES históricas del Istmo, los cuales reunidos forman ya un volumen bautizado MOTIVOS DEL ISTMO DE PANAMA. De las páginas de ese volumen, saco hoy para la Revista ALAS, de la Escuela Profesional, la siguiente leyenda históricas, de la que hice una

síntesis, como nota a uno de los Capítulos, en el libro mencionado, objeto de los comentarios del señor Iraizoz.

“Cuando el Almirante John G. Walker vino a Panamá a 1899 al frente de un grupo de técnicos, lo hizo por autorización del Congreso de los Estados Unidos que lo facultó “para determinar la ruta más practicable a través del Istmo americano para un canal marítimo entre el Océano Atlántico y Pacífico”. Eran miembros de esa Comisión que se llamó **Istmica**, personas de gran autoridad en el campo de la ingeniería, seleccionados por el Presidente Mac Kinley.

(Pasa a la Página siguiente)

UNA FRUTA VALIOSISIMA

(Viene de la página 26)

entonces el líquido se vuelve rosado o color de las disoluciones flojas de las sales de cobalto; entonces si se añade otro tanto de ron de cabeza, en el acto se precipita una sustancia gelatinosa blanca y semidiáfana la cual no se disuelve más en el alcohol, sea frío, sea caliente; pero el agua la disuelve muy bien.

Quizá el modo de conservar la leche de papaya siempre buena para el uso y con sus propiedades antihelmínticas y hasta de exportarla consistiría en disolverla en ron fuerte o de cabeza y tener el líquido en frascos bien topados; el alcohol no sería un inconveniente para su empleo.

“La leche de papaya tiene la propiedad bastante singular de ablandar la carne. Para esto basta dejar la carne fresca zambullida durante un cuarto de hora en agua que contenga disuelta una cierta cantidad

de esa leche; se consigue igual efecto envolviendo la carne con las hojas y dejándola así como media hora más o menos.

“En Venezuela el cocimiento de las hojas se emplea como vermífida y surte efecto.

Una señora muy honrada y muy fidedigna me ha referido lo siguiente: un cochino joven tosía mucho hacía bastante tiempo y se había puesto muy flaco y tan decaído, con las cerdas erizadas, que se creía que estaba para morir; entonces se le ocurrió alimentarlo con papayas verdes y jojotas, cocidas con agua. Después de seis meses de ese régimen había recuperado su salud; no tosía y además se había puesto seroso y muy gordo. Entonces se le mató y se reparó que tenía un solo pulmón en el que se veían algunas cicatrices muy sólidas, el otro había desaparecido casi enteramente, y lo poco que quedaba de ese órgano estaba perfectamente

cicatrizado.

“En Guadalupe se suelen engordar los cochinos con papayas jojotas; la carne es más rosada, mucho más sabrosa, la gordura más firme y no se encuentran nunca tubérculos ni hidátides en hígado.

“En la misma Antilla se prepara con el zumo exprimido de las papayas maduras, después de cocidas en el horno, y bastante azúcar, un jarabe o lamedor que tiene el poder para aliviar la tos hasta en los tísicos llegados ya al último grado. Se administra por cucharadas repetidas dos o tres veces al día y a la vez sirve para endulzar las bebidas de los enfermos.

“El zumo exprimido de las papayas maduras se emplea para cosmético y se dice que es muy bueno para desvanecer las pecas o afélides.

“Las negras emplean diariamente las hojas en lugar de jabón para limpiar la ropa.

(Tomado del “Debate”).

Bajo la dirección del Almirante Walker, de gran reputación científica, se dispusieron los mencionados ingenieros hacer un estudio de las rutas factibles para comunicar los dos Océanos, como quería el Congreso; la de **Nicaragua** y la de **Panamá**.

Por ese entonces el canal de Panamá estaba a medio hacer. Los franceses habían invertido en él, casi **mil millones de francos** y la tercera parte de las obras se hallaban ejecutadas. La Compañía Francesa, en quiebra irreparable, pedía por su concesión, sus trabajos y la maquinaria que tenía en el Istmo, **ciento nueve millones ciento cuarenta y un mil quinientos dólares**, (545,707—500 francos), o sea la mitad de lo invertido en la sola exral, la ciudad. Las majestuosas ruinas de los hermosos edificios que el coloniaje dejó en nuestra urbe, atrajeron su atención y fueron motivo de su observación minuciosa: el Colegio de los jesuitas frente a la iglesia de San José, el Convento de las Monjas donde se emplaza hoy el Palacio de Gobierno, el Convento de San Francisco que ocupa en el presente el Colegio de La Salle, (desaparecidas todas ya), y el templo de Santo Domingo, una fracción del cual muestra todavía la suntuosidad de su estructura. De todas estas ruinas, la que mayormente atrajo la atención de los cien-

tíficos americanos fue la última. Tras su fachada severa admiraron ellos, y todavía se puede contemplar, el hermoso **ARCO CHATO** que sostenía el coro del templo.

Aquella construcción extraña, hecha de argamasa y ladrillos, levantada como por milagro a todo lo ancho de la nave, que ha soportado en su desnudez rústica la intemperie de tantos siglos sin sufrir desgaste ni deterioro, asombró más que admiró a los ingenieros de la Comisión Istmica americana.

Cuenta la tradición que el **ARCO CHATO** que hoy conocemos es el tercer ensayo que su autor ejecutó en el mismo lugar. Los dos primeros se derrumbaron, quizá por defecto de técnica, o por deficiente preparación de la argamasa, cediendo a la gravedad. Al hacer el tercero, el terco arquitecto, convencido de la perfección de su obra, se acostó sobre él y ordenó quitar los andamios para que, si se derrumbaba como los primeros, sus escombros lo sepultasen en castigo a su fracaso. Pero el Arco no sólo no cedió, sino que se mantuvo, y aún se leve desafiando al tiempo destructor y a las leyes de la atracción.

El Almirante Walker no ocultó su sorpresa ante aquel monumento, y aprendió la elocuente y muda lección que le enseñó el **ARCO CHATO**. Su intuición le hizo ver por su medio que en ninguna parte de la América, como en Panamá, el canal gozaría de mayores garantías contra los temblores de tierra. Qué prueba mejor había de la inalterabilidad de las capas terrestres que ese Arco que en su rectitud estaba revelando la seguridad futura de la gran vía?

El **ARCO CHATO** de Santo

Domingo ganó sus simpatías para la ruta panameña. En el Informe que la Comisión presentó el 30 de noviembre de 1899 al Presidente, sin hacer alusión a las impresiones que las ruinas de Panamá le causaron, ponderó la conveniencia de esta ruta, pero por un acto de debilidad en un número de hombres tan distinguidos, cediendo a la presión de las Compañía ferrocarrileras de Norteamérica, el documento acabó por recomendar la ruta nicaragüense cuyo costo fue erróneamente calculado—y esto es otra sorpresa inexplicable—en cincuenta y ocho millones de dólares, cuando los recientes estudios han justipreciado una inversión de no menos de setecientos veintidós millones.

Como en el Senado americano había, merced a esa misma influencia a que no pudo resistir la Comisión Istmica, una corriente poderosa a favor de la ruta nicaraguense, el proyecto de Ley del Representante Hepburn tuvo un éxito ruidoso en la Cámara, contra el querer personal del Almirante Walker y del Presidente Roosevelt, sucesor de Mac Kinley.

En ese momento fue cuando la astucia de Bunau Varilla vino a ayudar a los esfuerzos de aquellos dos hombres. Haciendo uso de la estampilla de Nicaragua que muestra el volcán Momotombo en ignición, en el fondo del paisaje que representa el lago de Managua, utilizable para el proyectado canal, con el muelle que, según se dijo, una erupción había destruido por esos días—cosa en verdad no sucedida, pero dada a publicidad por la prensa americana—, atemorizó al Senado entre cuyos miembros repartió el sello en

referencia para revelarles a qué estaba expuesta la obra si el canal se construía en las inmediaciones de tan peligroso vecino. Bajo esta impresión de temor por las seguridades de la vía interoceánica, la reforma del proyecto Hepburn, presentada bajo la inspiración del propio Almirante Walker

por el Senador Spooner, y por la cual se ordenó adoptar el canal de Panamá, fue aprobada en las dos Cámaras contra las protestas del Presidente Zelaya de Nicaragua y la iracundia del Senador Morgan, gran adversario de la ruta panameña, como de los financistas que adversaron esta vía.

Así nació la famosa **Ley Spooner**.

Y fue de esta original manera como nuestro histórico **ARCO CHATO** se ha vinculado a la magna obra de la comunicación interoceánica y la estampilla de Nicaragua hizo tan flaco servicio a aquel país.

Cómo puede la mujer hispano-americana influir en la creación del sentimiento de confraternidad?

Hasta hace algún tiempo, cuando se trataba de que la mujer hiciera labor cívica, desde las aulas se le inculcaba la idea de que ella como forjadora de los futuros ciudadanos, bien podría hacer de ellos personas útiles a la comunidad y ciudadanos eficientes.

Naturalmente, negar la trascendencia de esta labor tan callada, tan noble, tan constante sería negar los beneficios de la luz solar.

Pero hoy, la mujer más consciente de sí, no espera el ser madre para comenzar a desempeñar su papel en este sentido. La mujer actual más preparada, más convencida de la necesidad imperante de formar una conciencia hispano-americana, trabaja a la par que el hombre en la creación de la conciencia de confraternidad q' no espera ser padre para diseminar la semilla de la flor del sentimiento hispano-americano, que no es para ser padre para, cual horticultor, cuidarla para que muy bellamente eche a los cuatro vientos su aroma, la muchacha se desenvuelve en sociedad y aporta todo su entusiasmo a la par que su camarada el hombre.

La prensa, instrumento que

POR
Aida Illueca A.

usa a cada rato, las conferencias, a las cuales asiste y que también dicta, la correspondencia que mantiene con jóvenes de los países hispanos, jóvenes que, como ella, están lle-

nos de fe en la realización de la obra magna del hispano-americanismo, la ocupan en gran parte. Es un ente activo, lleno de energías, de efervescencia, de optimismo que pone todo su yo al servicio de la causa.

Ha probado la muchacha de avanzada que el espíritu de acción inmediata, no es patrimonio del hombre, sino de juventud, sin distinción de sexo. Basta ser joven para ser todo acción.

Y por todas estas consideraciones, la muchacha que tan femeninamente sabe sonreír, sabe también luchar, luchar al lado del muchacho. Y estos dos dinamos se complementan, dan sus fuerzas para encauzarlas a la consecución de la confraternidad hispano-americana.

Mujeres de Hispano-américa! Uníos, hay que luchar y luchar por que el lema que ostenta la Sociedad "Juventud Hispano-americanista", cuyo comité central está en Quito, se inculque en las masas. He aquí el lema: **POR LA PATRIA GRANDE QUE SOÑÓ BOLIVAR: HISPANOAMERICANA**

Panamá, 24 de Junio de 1934.



Juventud panameña, escucha

Después de un largo período de organización y precedido de una llamada a la juventud hispanoamericana, por medio de un mensaje que fué publicado en la revista "Todamérica", fundóse en Quito Ecuador, en el mes de Enero del presente año, la Sociedad "Juventud Hispanoamericanista" cuyo lema es: "Por la Patria Grande que soñó Bolívar: Hispanoamericana."

El propósito de la Sociedad "Juventud Hispanoamericanista" es hacer despertar a la juventud de Hispano-América de ese indiferentismo en que ha vivido siempre en relación con los problemas múltiples que, con caracteres alarmantes se presentan a nuestros pueblos novatos; compactarlos y ponerlos en contacto con la serie de problemas de distinto orden que ponen en peligro la integridad de nuestra familia hispana y que día a día va agravándose a pesar nuestro; inculcarles la responsabilidad que les cabe en el futuro de América y estimularlos a la lucha por materializar el ideal de nuestro héroe máximo, Bolívar: la unificación de todos los pueblos del continente

POR
Modesto Avila.

americano que tienen un mismo origen, una misma lengua, una misma historia y unas mismas costumbres.

Grandiosa es la cruzada emprendida por el grupo de jóvenes ecuatorianos que componen la Sociedad "Juventud Hispanoamericanista", y que está siendo secundada por la juventud de los demás países de Hispano-América. Tan grande que tal vez no podamos resistir su empuje pero por lo menos quedarán nuestra huellas, testimonio fiel de nuestra lucha, que pueda servir de estímulo a las nuevas generaciones.

Somos nosotros, la juventud actual, el nervio de nuestros pueblos, los llamados a plasmar una nueva conciencia hispano-americana desprovista de oprobios y prejuicios. Por eso hemos hecho de nuestra doctrina un apostolado y hemos jurado ante el altar sagrado de la Patria Grande luchar, dispuestos al sacrificio si fuere necesario, por la conquista de nuestros ideales.

Destruir para construir es renovar, evolucionar; ley esta

a que se ajustan todos los sentimientos y todas las ideas. Destruyamos, pues, los nacionalismos torpes y las fronteras egoístas que intereses irrazonables han tenido solamente para provocar nuestro alejamiento, que al destruirlas construiremos esa gran conciencia hispanoamericana que será la redención de nuestra América.

Los que sintáis latir en vuestro pecho un corazón americano; los que simpatizéis con nuestros ideales; los que os preocupéis por vuestra querida y sufrida patria y estéis al corriente de los problemas que la cercan amenazantes; los que queráis saber lo que significa libertad e independencia para Panamá y otros pueblos del continente uníos a nosotros.

La "Sección de Panamá" se encuentra en formación y necesitamos la ayuda de todo el elemento joven que convencido de la responsabilidad que le cabe en el futuro de nuestra querida patria quiera colaborar con nosotros.

El porvenir es nuestro y nuestra misión es santa, ayudarnos.

Junio 28 de 1934.





CERVECERIA
DEETJEN & SCHRÖDER AKTIENGESELLSCHAFT
HAMBURG

L. ANGELINI

Agente

AVE. CENTRAL NO. 179 — TEL. NO. 887
Frente a la estación del Ferrocarril.

**ZAPATERIA CECILIA
H. T. CHUNG Y CIA.**

Avenida Central No. 82—
Apartado 1925

Se hace calzado para señoras,
señoritas y niños.

**Servicio esmerado y
rápido.**

Calzado preferido por todos por
su calidad y precio.

DISPONIBLE

IMPRENTA FRANCO HIJOS

ESQUINA CALLE 11 y AVENIDA A TEL. 2282-L

Fabricamos los mejores
sellos de goma

Ordene sus trabajos
a nuestro taller

Especialidad en tarjetas
de toda clase

NITIDEZ

ARTE

RAPIDEZ

A L M A C E N O K

CALZADOS PARA UNIFORMES
AVENIDA CENTRAL 79

**RAMIREZ &
Co.**

VIVERES DE ALTA CALIDAD

87 AVE CENTRAL 87

PANAMA: TELEF. $\left\{ \begin{array}{l} 2180 \\ 2181 \end{array} \right.$

PANAMA: APARTADO 636

ESCOLARES!

Los cuadernos nacionales de
biografías y cuentos son los
mejores. Contienen mayor nú.
mero de páginas y se hacen
de todos los rayados, de dibu.
jos y de estenografía.

Los venden todas las Librerías
y otros establecimiento de
útiles escolares.

Fabricados por la Imprenta
La Academia

DISPONIBLE

Farmacia Principal

M. B. MOLINA G. & Co. Ltda..
Avenida Central No. 92 al
lado del Teatro Cecilia
Teléfono 1608—PANAMA

**ARTICULOS DE TOCADOR,
MEDICINAS DE PATENTE
Y DROGAS.—SURTIDO
COMPLETO Y A PRECIOS
MODERADOS**

Teléfono No. 838

Calle 13 Este No. 22

Apartado No. 943

Shung Fat y Co.

PANAMA R. de P.

Importadores de toda clase de mercaderías chinas, americanas y europeas.

VENTAS AL POR MAYOR Y MENOR

Sucursal.—Avenida Norte No. 34 — Teléfono No. 1524.

Torrefacción de café.—Solamente del Boquete.—Calidad y pureza garantizadas.

ALMACEN ELECTRICO

Calles 14 Oeste y "C" No. 13—Panamá

Frente al Cuartel Central de Bomberos

Isabel R. de Lloyd, Propietaria

Apartado 235, Ancón, C. Z. — Tel. 2178

INSTALACIONES ELECTRICAS

Lámparas, Pantallas y toda clase de Accesorios

Eléctricos



DISPONIBLE

Plan de los Sorteos Semanales de la Lotería Nacional de Beneficencia

PREMIO MAYOR

1 Premio Mayor de -----	B/. 20,000.00 -----	B/. 20,000.00
1 Segundo Premio de -----	6,000.00 -----	6,000.00
1 Tercer Premio de -----	3,000.00 -----	3,000.00
18 Aproximaciones de -----	200.00 cada una	3,600.00
9 Premios de -----	1,000.00 cada uno	9,000.00
90 Premios de -----	60.00 cada uno	5,400.00
900 Premios de -----	20.00 cada uno	18,000.00

SEGUNDO PREMIO

18 Aproximaciones de -----	100.00 cada uno	900.00
9 Premios de -----	50.00 cada una	900.00

TERCER PREMIO

18 Aproximaciones de -----	60.00 cada uno	540.00
9 Premios de -----	40.00 cada una	720.00

1,074

TOTAL ----- B/. 68,000.00

PRECIO DEL BILLETE (B/. 10.00) PRECIO DE UN VIGESIMO
DE BILLETE (B/. 0.50)

No diga Café
D I G A
C A F E D U R A N

PANAMA
HARDWARE
LA CASA DE
LAS PINTURAS
S. W.

FOTOGRAFIA

EL ARTE CATOLICO

CALLE C. No. 11—PANAMA

Entre el Variedades y el Cuartel de Bomberos

Se Retrata de día y de noche

Especialidad en retratos para Cédulas y Pasaportes en una
hora y a precios convencionales

DISPONIBLE

Dr. Rodrigo Núñez
CLINICA DENTAL

Calle de Sosa No. 1
Altos del Bazar Francés

Tel. 2213

Alas

Doña Amelia Denis de Icaza



... Porque doña Amelia Denis de Icaza hizo versos para dar salida armoniosa a sus cuitas de amor. Amor de amante, amor de madre, amor de patria, unas veces con música de besos y calma de remanso, otras con añoranzas nostálgicas o grito herido de protesta o de dolor; siempre teñido con sangre de su corazón de panameña...

(Octavio Méndez Pereira.)

A:
AN 6
Nº 32
Oct y Nov.
1934
S. I.

SEXTA EPOCA
OCTUBRE -- NOVIEMBRE
M C M X X I V

FABRICA DE CALZADO
DE

Ernesto Yee Hnos.

TELEFONO 2248

Calle 13 Este No. 19

VENTA DE

APARTADO 1071

PANAMA, R. P.

ARTICULOS
DE ZAPATERIA

Se hace especialmente a la medida

ESCOJA CON TIEMPO SUS

TARJETAS DE NAVIDAD

MODERNA Y BELLISIMA SELECCION, EN NUESTROS TALLERES
PODEMOS IMPRIMIRLAS CON SU NOMBRE Y CUALQUIERA OTRA
LEYENDA A SU GUSTO

ARTICULOS DE NOVEDAD

PROPIOS PARA REGALOS Y TODO LO NECESARIO PARA SU EX-
CELENTE PRESENTACION

TARJETAS -- SELLOS Y VISTOSOS PAPELES DE NAVIDAD
SI BUSCA CALIDAD Y PRECIOS, ACUDA A LA

LIBRERIA BENEDETTI

SCADRON OPTICAL COMPANY

Registered
OPTOMETRISTS AND OPTICIANS

NEW YORK 111 W 42nd. St.

PANAMA, 23 Central Ave.

COLON, 934 Front St.

ESTUDIOS FUERTES

REQUIEREN BUENA ALIMENTACION
LA MANTEQUILLA

Cascade

DE EXQUISITO SABOR,
ES NUTRITIVA POR SU PUREZA
¡SOLICITELA!

The Panama Coca Cola Bottling Company

PANAMA — COLON

Profesionales

MOLINO & MORENO

ABOGADOS—LAWYER

Tel. 1546 — Apart. 1079

PLAZA DE FRANÇIA No. 4.

LICENCIADO

Virgilio Tejad^a Luna

ABOGADO

Apartado 480 — Teléfono 344
PANAMA. R. P.

OFICINA

Calle Primera No. 16—Tel. 131

ANTENOR QUINZADA

ABOGADO

Attorney & Counsellor At Law.
P. O. Box 473.
PANAMA, R. P.

Sedería

WILLIAM Y ALFONSO

SAI HING Y CO.

106 AVE. CENTRAL

PANAMA

Acudid como las demás amas de casa al almacén de
víveres y abarrotes mejor surtido de Panamá

Compañía Kito Chen, S. A.

Calle 12 Este, No. 1—Frente al Mercado Público

Teléfono 368—Apartado 26

Si desea Ud. servicio esmerado en artículos de buena
calidad y a bajos precios

BAZAR GORDITO

AVE. CENTRAL 94

Extenso surtido

de

Trajes y sombreros de
moda

Ramírez & Co.

Ha trasladado su almacén de

Viveres Finos

exactamente frente al Teatro Cecilia

Amplio espacio para estacionar su carro y hacer
sus compras.

Servicio rápido a domicilio

Teléfono 2181

99 — AVENIDA CENTRAL — 99

Casa Panameña

AMALIA BELLINO.

Artículos de Jardinería

Juguets.

Regalos de Navidad

Gran Variedad de Cristalería

Curiosidades

Souvenirs

Y toda clase de objetos útiles y apropiados para
regalos a gente distinguida y de buen gusto.

AVENIDA CENTRAL

(Frente a la Clínica Herrick)

Bestfit

HACE LOS MEJO-
RES VESTIDOS PARA
HOMBRE QUE SE U
SAN EN PANAMA.

SU CALIDAD Y SU
APARIENCIA SON
CIEN VECES SUPE-
RIORES A SU PRECIO.

NO HAY EN PANAMA
UN CABALLERO
QUE NO USE VESTI-
DOS DEL

Bestfit

AVENIDA CENTRAL
No. 34

Frente al Parque de
Santa Ana

TELEFONO 2408

D I S P O N I B L E