



BALBOA



ATLAS



MILWAUKEE



## Prepárase Celebración del Aniversario del Club BAM.....

Desplegando su tradicional dinamismo, la Junta Directiva del Club BAM ha iniciado ya los preparativos para la debida celebración del aniversario de dicha asociación, que tendrá lugar el día 27 del presente mes. Como es sabido, el aniversario del Club BAM se celebra el día 30 de Junio; pero debido a la circunstancia de corresponder esa fecha a un día laborable, se ha decidido verificar la tradicional celebración el sábado, día 27.

A continuación publicamos el programa de los distintos eventos deportivos que han sido preparados por la Comisión corres-

pondiente, siendo de esperar que el número de participantes supere al de años anteriores, a juzgar por el entusiasmo despertado.

### Programa Deportivo en el aniversario del Club Bam

1o.—Maratón desde la entrada de la Barriada Bethania hasta Santa Rita dando dos vueltas dentro del parque.

2o.—50 yardas para corredores clase A.

3o.—Carreras en zancos 50 yardas.

4o.—60 yardas para corredores clase A.

5o.—Carrera en sacos 50 yardas.

6o.—Carrera para pipones de no menos 38 pulgadas de barriga. (Nota: Esta gente tiene que medirse la ba-

rriga antes de tomar chatos al ser inscrito.

7o.—400 metros para corredores clase A.

8o.—Carrera de espalda 50 yardas.

9o.—Relevo de 4 x 200.

10o.—Carrera con huevo en cucharas 50 yardas.

11o.—Carrera en 4 pies 50 yardas.

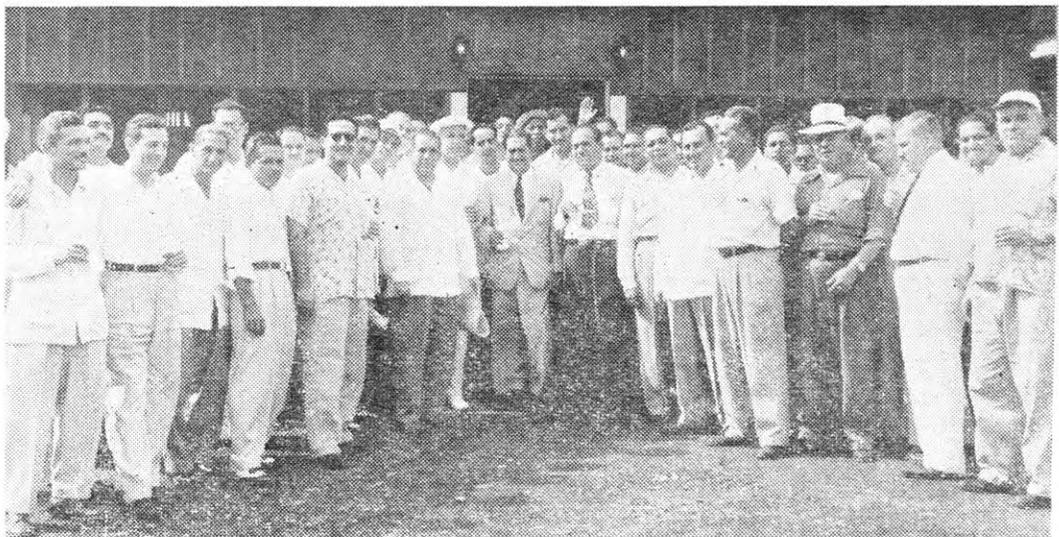
12o.—Premio ciego cuantas vueltas quiere dar (váyalo a buscar).

13o.—Juego de Soft Ball entre dos selecciones.

Las inscripciones quedarán cerradas el 16 del mes de Junio. Desde hoy sábado quedan abiertas las inscripciones y pueden pasar donde los señores Indian Rodríguez y Toño González, en la Planta Balboa, y Guillermo Raven en la Planta Milwaukee.

LA COMISION

## DEL AGASAJO A DON ERNESTO



El viernes de la semana pasada y con motivo de su cumpleaños, se ofreció un espléndido agasajo a nuestro Gerente General Don Ernesto de la Guardia Jr. en la finca "La Tranquila" situada en la carretera de Tocumen, fiesta que fué prestigiada con la presencia del Excmo. Señor Presidente de la República Don José A. Remón; del Excmo. Señor Ministro de Hacienda y Tesoro, Mayor Don Alfredo Alemán y de otras muchas personalidades, Directores de la Empresa y amigos personales y políticos del agasajado que se reunieron en número considerable.

Durante la celebración de la fiesta fué tomada la fotografía precedente en la que se ve a Don Ernesto rodeado de un numeroso grupo de amigos, entre los que figuran muchos "cerveceros" conocidos.



BALBOA



ATLAS



MILWAUKEE



Publicación semanal de los Empleados de la Cervecería Nacional. S. A.  
Aparece los sábados

DIRECTOR: BENATO OZORES Q.

JEFE DE REDACCION: RAMON M. VALDES A.

Impreso por "The Star & Herald Co." — Panamá.

Se reparte gratis

## Actualidad de un viejo tema

Con motivo del paseo últimamente celebrado por el Club BAM, y debido, sobre todo, a que la inclemencia del tiempo y lo persistente de la lluvia deslució, en parte, la fiesta tan cuidadosamente organizada, volvieron a surgir entre muchos compañeros los conocidos comentarios sobre el viejo tema relativo a la necesidad o conveniencia de que el Club tenga su terreno propio.

Teniendo en cuenta que, como dejamos apuntado, el tema no es de ahora, y que ha sido analizado y discutido muchas veces, no es preciso insistir una vez más en cuanto a la conveniencia de que el Club BAM cuente con un terreno propio donde se pueda construir, por lo pronto, una especie de cobertizo o de galera pavimentado de concreto para poder celebrar en todo tiempo y ocasión fiestas y paseos sin preocuparse de la lluvia. Por otra parte, no cabe duda alguna que varias Juntas Directivas —y la actual, desde luego— han tratado de conseguir para el Club BAM un terreno adecuado, habiendo hecho en ocasiones gestiones diversas encaminadas a lograr la realización de tal proyecto, gestiones que no dieron el resultado apetecido por el obstáculo que representa la escasez de fondos disponibles y el precio, generalmente elevado, de los lotes visitados. Sin embargo, teniendo en cuenta que entre un elevado número de socios parece prevalecer el criterio de que sería preferible imponerse el sacrificio de renunciar por un tiempo a determinado número de paseos, si con ello se podría lograr la adquisición del terreno, nos permitimos sugerir la conveniencia de que se estudie esta posibilidad teniendo en cuenta, sobre todo para decidir lo procedente, la voluntad de la mayoría de los socios.

Si se tiene en cuenta que la casi totalidad de los fondos disponibles del Club BAM se invierten en fiestas y paseos y que la adquisición de un terreno de suficiente amplitud y debidamente localizado, en las inmediaciones del mar o de un buen río, habrá de representar una erogación considerable, aún durante un tiempo, suponiendo se adquiriera a plazos, es indudable que sería preciso abstenerse de celebrar actividades que pudieran representar gastos elevados. Para decidir sobre este punto, que estimamos de la mayor importancia para el futuro del Club, creemos oportuno que se celebre una Junta General extraordinaria, en la fecha que la Directiva determine, a fin de que los socios decidan, en definitiva, lo que cabe hacer a este respecto.

## ENFOQUE DEPORTIVO

Por Triple A.

Se encuentran abiertas las inscripciones para los eventos deportivos del Club Bam que se efectuarán el Domingo 21 del presente. El Sr. José de la R. Rodríguez está a cargo de las inscripciones en unión de los compañeros "Indian" Rodríguez, y Curri Córdoba.

Sensacional fué el partido de apertura de la Liga Provincial de Basket, le tocó a nuestro quinteto Bam derrotar a los campeones del Chesterfield por "score" de 69 puntos a 64, tuvieron destacada actuación en este partido los "Ex-cafeteros" Luis "Bombito" Pérez y Davis Peralta, también contribuyeron con su "experiencia" los veteranos Chefo Echeverría, Andamio Arosemena, Cuty Jaén y el gran Rica Santos a quienes muchos catalogaban como el jugador más completo del Istmo. La Dirección de "Lucky" Luciani estuvo a la altura al mover sus fichas con precisión. Los mayores anotadores del Bam fueron: Rombo Pérez y Rica Santos con 15 pts. cada uno, Cuty y Davis con 12 pts. Chefo con 6 pts. y Andamio con 5 pts. Por un pequeño "slum" está pasando el lanzador Clifford Brown, el viernes 29 de Mayo sucumbió en Colón ante un equipo de norteamericanos por score de 6 carreras a 0 y el lunes 10. de junio fué vencido por el equipo del norteamericano "Pistro" en la Liga de la Boca por score de 6 carreras a 1. Posiblemente el partido entre las novenas Atlas y Milwaukee quienes se coronaron Campeón y Sub-Campeón de la serie Interplanta, se efectúe el día que se celebrarán las competencias deportivas del Club Bam. Nuestro compañero Jorge "Bombero" Tagles quien fuera en el 45, Campeón de Lucha en la categoría Pluma, es nuevamente aspirante a dicha categoría en las eliminaciones Pre-Olímpicas que comienzan en Julio... ¡Bue-

Tome SIEMPRE "CANADA DRY"

## DE NATACION

Por Ricardo Arosemena B.

*Primeras lecciones preliminares para aprender a nadar:*

La natación no es un hábito instintivo ni una tendencia hereditaria, sino una actividad adquirida. El miedo que siente el principiante por el agua es cosa natural y muy lógica por tratarse de la primera vez.

La mayor importancia que se requiere para aprender a nadar es perder el miedo y sentirse en el agua de la manera más cómoda, es decir, familiarizarse en ella, luego la mayoría de los principiantes deben empezar a sumergir la cara en el agua, abrir los ojos, controlar la respiración y tratar de flotar.

*La Respiración:*

En natación la respiración cambia por completo el sistema que se usa en otro deporte. El principiante debe tomar el aire por la boca en una aspiración rápida y profunda y sumergiéndose la cabeza lo expulsará por la nariz dentro del agua, la respiración se hace en dos tiempos y debe hacerse en el tiempo uno se toma el aire rápido y profundo y al dos se expulsa con toda comodidad dentro del agua. *Cómo flotar y recuperar la posición de pie:*

Cuando el principiante se le dice que debe flotar boca abajo, la primera pregunta que se le ocurre es cómo podrá volver a la posición de pie, pues tiene la sensación de irse al fondo. Para quitarse de esta duda hay que tener en cuenta que se puede flotar sin dificultad en esta for-

na suerte Tagles! El miércoles en la noche los Eléctricos vencieron a los mimados de Luciani por score de 57 pts. a 43. Los mayores anotadores fueron: Andamio 11 pts. Peralta 9 pts. Santos 8 pts. y Chefo con 6 pts. El gran "Rombito" no lució como de costumbre. El Bam juega hoy con Radio Bush.

## LAS BANCOS DE SANGRE:

*Segunda parte*

*Requisitos para donar sangre:*

En nuestro artículo anterior hicimos una breve explicación de lo que son los "bancos de sangre" y los beneficios que reporta pertenecer a él en calidad de donante. El esencial y primordial es el de poder contar en un momento dado ya para sí o para algún familiar de la sangre necesaria en una contingencia fortuita.

Pero para donar sangre se necesitan también ciertos requisitos los cuales, al ser llenados por el interesado, le reportan también otros beneficios que detallaremos a continuación.

La persona que se presenta a donar su sangre para el "banco" es sometido a un cuidadoso examen médico y de laboratorio que determinarán en primer lugar su "tipo" de sangre, el estado de su hemoglobina, su corazón, su dentadura etc. Es decir que el individuo logra de esta manera hacerse un chequeo de su organismo gratuitamente. Después de ello se le expide una tarjeta donde se consigna su tipaje con lo cual su poseedor, en caso de accidente, puede ser auxiliado sin demoras que a veces resultan fatales.

El donante una vez examinado debe seguir la siguiente guía cuando va a hacer su donación:

1º No ingerir bebidas alcohólicas la noche antes de la donación.

2º Procurar acostarse temprana-

ma, primero se toma el aire por la boca, se retiene la respiración y se deja caer extendiendo los brazos hacia el frente, notará en seguida como fácilmente flotará. Para volver a la posición de pie se ejerce una presión con los brazos hacia abajo, recogiendo las rodillas al frente.

(Continuará)

no y dormir ampliamente la noche anterior a la donación.

3º No tomar alimentos, excepto agua, después de las once de la noche anterior al día de la donación.

4º Presentarse a las 7.30 de la mañana, en ayunas al banco de sangre, situado en los altos del nuevo edificio del Dispensario del Hospital Santo Tomás.

*Donde tiene que hacerse la donación:*

Tal como se expresa en el punto 4º anterior, el banco de sangre queda en el Dispensario (altos) del Santo Tomás. Pero como nosotros, en colaboración con la sociedad benéfica "Hijas de la Acacia", entidad dedicada a estos menesteres, estamos interesados en un Banco de Sangre si se quiere particular, con el control necesario para que sea utilizado por los empleados de esta Empresa, tenemos que hacer otras explicaciones adicionales.

La labor primordial en estos casos es el examen previo que necesita el donante. Estos exámenes para el caso nuestro, se están haciendo los lunes por la noche en el edificio mencionado. De manera que el martes por la mañana solamente hay que hacer la donación evitándose demoras innecesarias. Solamente hay que entrevistarse con algún miembro de esta sociedad que siempre estará presente en esos días. Hay otros grupos o entidades trabajando en el mismo lugar en otros días y horas pero la agrupación a la cual debemos afiliarnos es a la de Hijas de la Acacia con quien ya tenemos conexiones.

*Seguridad de que este Banco de Sangre está bien administrado:*

La sociedad Hijas de la Acacia está formado por distinguidas damas de esta localidad. Ellas han organizado una cruzada pro Fondo de Beneficencia. Han tenido en cuenta los empleados de esta

(Pasa a la Página 4)

FOTO DEL AGASAJO A DON ERNESTO



En el agasajo que un grupo de compañeros de trabajo y amigos personales de don Ernesto de la Guardia Jr. le ofrecieron en la Finca Las Tranquilas el viernes pasado en ocasión a su cumpleaños, le fue entregado al homenajeado un vistoso pergamino firmado por todos los presentes donde le testimoniaban su aprecio y simpatía.

En sentidas y bien logradas frases don Chú Figueroa en nombre de los Empleados de la Empresa hizo entrega del pergamino. Don Ernesto al contestar el ofrecimiento pronunció improvisadamente un discurso que ha quedado grabado en la mente de todos por su sinceridad y gran contenido.

Fallecimiento

El viernes de la semana pasada falleció en Remedios distrito de la Provincia de Chiriquí el apreciable señor Antonio Rodríguez, padre de nuestro estimado compañero de labores Sr. Antonio González R. (Chiricano). Al compañero Antonio González R., damos por este medio nuestro pésame de la manera más sensible haciéndolo extensivo hasta sus familiares en Remedios.

(Viene de la Página 3)

Empresa para afiliarlos a él. Para ello han celebrado varias conferencias con algunos empleados y están dispuestas a visitarnos en cualquier momento en que nos reunamos para darnos más explicaciones y detalles. Tienen experiencia, capacidad y buena voluntad. Merecen que las apoyemos sobre todo cuando nosotros mismos somos los beneficiados.

(Continuará)

Próximo artículo: Cómo funciona el banco de sangre, forma en que se dará la sangre. Como será retirada del depósito para beneficio del donante o de sus familiares. En qué tiempo recupera el cuerpo humano la sangre que se le saca en la donación.

Merecida distinción:



SRA. MARIA JIMENEZ DE TORRES

Nuestra compañera de labores, doña María Jiménez de Torres ha recibido gentil invitación para que asista al Congreso de Contadoras Públicas Autorizadas que ha de celebrarse en la ciudad de Chicago próximamente.

A este congreso sólo asistirán damas que se dedican a esta rama de la ciencia. La felicitamos cordialmente.

Cumpleaños:

Por este medio felicitamos al niño Ernesto Rodríguez quien cumplió un año de vida el día 5 del presente. El niño Ernesto es hijo de nuestro buen amigo Sr. Alfonso Rodríguez eficiente empleado en el Departamento de Estibadores.

**El Doctor RAMON M. VALDES A.**  
CIRUJANO DENTISTA

Ofrece sus servicios profesionales a todos los Empleados de la Cervecería Nacional S. A. ya sea directamente o por conducto de la Cooperativa Nacional de Ahorros S. A. con quien ya ha entrado en arreglos dando toda clase de garantías.

La Clínica Dental del Dr. Valdés está situada en la Avenida Central No. 26 altos, al lado del teatro Amador.

**El Lic. RAMON M. VALDES A.**  
ABOGADO

Avisa a todos los compañeros de la Cervecería que está a disposición de todos los que quieran utilizar sus servicios profesionales en asuntos civiles, penales o administrativos dándoles toda clase de facilidades y garantías que sólo un compañero de trabajo puede ofrecer.