

# Desfile de Modas

Con motivo de celebrarse el Día Panamericano la Mesa Redonda Panamericana ofreció un té a sus distinguidas socias e invitadas. en el Club Unión. La Casa de Modas Olmar's presentó un suntuoso desfile de modas dirigido por la Srta. Marcela Barraza.

Las modelos distinguidas damitas de nuestra sociedad y de la Zona del Canal fueron peinadas por el Gabinete de Estética de Diana Pedreschi y usaron maquillaje Max Factor.

ALMACEN DE MODAS OLMAR'S  
AFILIADO A CUENTAS COMERCIALES  
AVE. CUBA 40-35



Marianela Stanziola luciendo un elegante modelo de cocktail en taffeta negra. Unico adorno un bello y vistoso collar de perlas, murano y plata.

Sheila Sheridan luciendo un atractivo vestido de algodón apropiado para la hora del almuerzo.



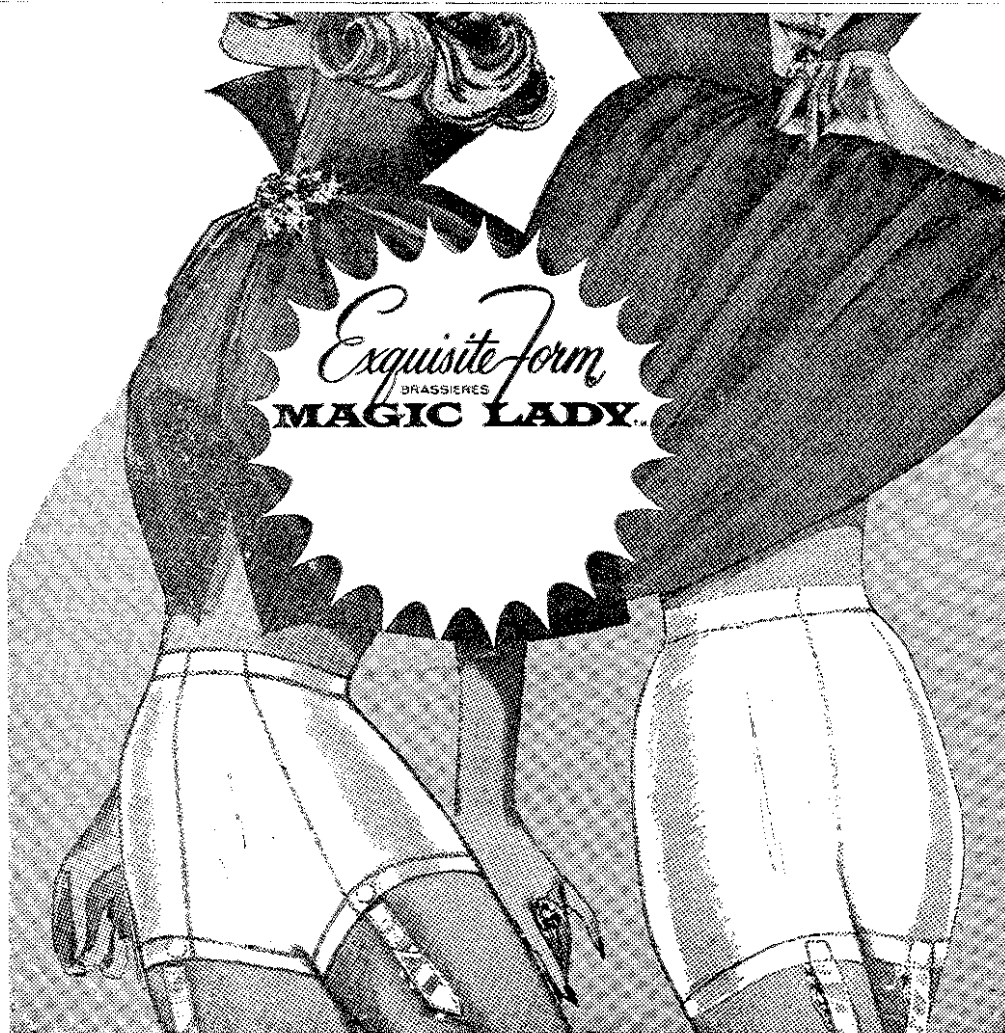


*Grupo de las modelos. De izquierda a derecha: Señoritas Eddylyn Lowande; Maritza Dueñas; Marlita Dutari; Maritza Halphen; Sheila Sheridan; Genell Hatten; Vicky De Silva; Marianela Stanziola; Albalira Franco; Señora: Clelia de Araúz y Sofía de Bambas.*

La acariciante  
y suave  
**FAJA - PANTY**  
Tejida con un nuevo  
hilo mágico

**MAGIC LADY - 3 EN UNO**... una ligera faja panty de nueva creación con ligas de quita y pon... y cinturón con **CONTROL DE AJUSTE** en la cintura... El secreto está en el hilo mágico... el nuevo elástico... tan ligerísimo y resistente... una mágica combinación de nylon y elástico que le dá a la faja-panty **MAGIC LADY** una larga duración y gran resistencia a los lavados... Vea hoy esta nueva faja-panty **MAGIC LADY** y comprenderá por qué hace lucir a todas las demás tan anticuadas.

B/4.50 en Todos los Tamaños



# El Seguro - Necesidad Universal

Escribe: *Alvaro E. Paredes*

*Este es el primero de una serie de artículos sobre seguro.*

El concepto del ahorro como medio de hacer frente a las necesidades futuras se pudiera decir que es tan viejo como la civilización, ya que hasta donde se ha podido constatar en el pasado, siempre ha formado parte de las costumbres del hombre. Sin embargo, el hombre no encontraba en esta práctica la solución para sus problemas inmediatos, por lo cual consideró el ahorro como parte integral de un grupo, lo cual podría constituir los fondos necesarios inmediatos para dichas necesidades, a base de un pago de cuotas conveniente. Esta, se podría decir, es la forma más sencilla del concepto de seguro de "distribuir entre los más, la pérdida de los menos".

Ya dentro de la nueva práctica del pago de la indemnización al miembro de la agrupación a base de un fondo común, esta se puso de manifiesto en los tiempos de la Antigua Grecia, cuando se llegó a pagar la indemnización correspondiente a una de las partes, por la pérdida de un esclavo como parte de sus bienes. Fue también entre los fenicios que se pudo observar el pago de la indemnización por la pérdida de una de sus embarcaciones.

Avanzando en el estudio de la civilización, de sus normas y prácticas, nos encontramos con el hecho de que en la Antigua Roma se practicaba el pago de la indemnización a los familiares de los miembros de sociedades fraternales y benéficas por la muerte de éstos, estando dichas sociedades integradas en gran parte por esclavos y personas de pocos recursos. Esta práctica propor-

cionaba a los sobrevivientes del contribuyente, los medios de vida futura. Fue en este mismo tiempo cuando se constituyeron los tipos de agrupaciones denominadas "Collegis Tenuiorum", las cuales efectuaban el pago de la indemnización, de un fondo común formado a base de cuotas que se acumulaban por medio de pagos parciales de parte de los miembros. Es aquí donde se pone de manifiesto la tendencia de la regularización del pago de la prima.

No fue sino a principios del siglo X cuando se puso en práctica en su totalidad el pago de anualidades como primas de seguro, y hasta el siglo XIV cuando se puso en práctica el seguro en general por medio del uso del seguro marítimo en Londres, Inglaterra, por parte de los mercaderes Lombardos.

En el siglo XVIII se fundó en Londres con fecha de registro, 24 de Enero de 1705 y por decreto de la Reina Ana, la "Amicable Society for a Perpetual Assurance Office". Fue después de esta serie de acontecimientos cuando el holandés John de Witt incorporó la teoría de las probabilidades a las anualidades siendo seguido en los mismo por Sir William Petty. La primera tabla de mortalidad científica fue confeccionada por Edmund Halley en el año de 1693.

De acuerdo con los datos presentados en esta serie de hechos históricos, no cabe más que pensar que el seguro es el resultado de una necesidad consecuente de la evolución del hombre y sus costumbres, por lo que el seguro está intimamente ligado a sus necesidades más esenciales.

## MARK TWAIN Y SU PRESENTACION.

El gran humorista Mark Twain debía pronunciar su primera conferencia en Newark, en la *Washingtonian Lyceum Society*. La sala estaba repleta de público. Salíó al escenario un señor vestido de frac, de sobrios gestos estudiados, severo, y con grave voz presentó al conferenciante en estos términos:

—Señoras y señores: Me causa gran placer ver reunido a un auditorio tan numeroso para un acto tan solemne como el presente. Los miembros de esta asociación han sabido honrar con su presencia al distinguido caballero que es nuestro huésped. Os hablaré de las dificultades que hemos tenido para obtener su concurso. No sólo fue necesario considerar el precio extraordinario de su conferencia, sino pagarle los gastos de viaje desde Nueva York hasta Newark y regreso, procurarle un coche para venir de la estación aquí y saldar la cuenta del hotel. Todo esto representa una crecida cantidad, os lo aseguro; pero en esta oportunidad queríamos conseguir al mejor conferenciante que es posible obtener con dinero. Y, ahora, señoras y señores, me complace en presentaros a Mark Twain.

Se hizo un silencio; el público permaneció un momento a la espera del célebre escritor, mientras el orador inmóvil, aguardaba. Por fin el auditorio estalló en aplausos, al darse cuenta de que Mark Twain acababa de presentarse a sí mismo.

Millares de personas tienen la curiosa costumbre de decir "toco madera", y al decirlo piensan que esas palabras tienen

algún poder misterioso para impedir que un mal imaginario las alcance, o como una expresión de gratitud por haber permanecido en un estado constante de buena salud. Invariablemente dicen, "me siento muy bien, pero toco madera por temor de que suceda algo".

Esta costumbre, según se supone, tuvo origen después de la crucifixión de Cristo, cuando se conservaban como reliquias las astillas de la cruz, y los devotos las tocaban en la creencia de que otorgaba una protección individual.

Sin embargo, lo que antiguamente era un acto de piedad y devoción, fue substituído con cualquier pedazo de madera, generando tal costumbre en una superstición.

## DESCONOCIMIENTO.

Un señor se hizo presentar a Voltaire, anunciándose como hombre de letras.

—Tengo el honor de pertenecer —dijo al escritor— a la Academia de Chalons, que, como usted sabe, es hija de la Academia Francesa...

—Oh, sí...! —replicó Voltare con ironía— Una hija muy buena. Nunca se oye hablar de ella...!

# ASOCIACION PANAMEÑA DE ASEGURADORES

Panamá, Rep. de Panamá

**RAUL JIMENEZ**

*Presidente*

**Luis E. G. De Paredes**

*Vice-Presidente*

**Jorge T. Velásquez**

*Secretario*

**Eduardo M. Sosa**

*Tesorero*

**Lionel R. Stempel**

*Sub-Tesorero*

## CAPITULO DE INCENDIO

### MIEMBROS:

- CIA. GENERAL DE SEGUROS, S. A.
- CIA. INTERNACIONAL DE SEGUROS, S.A.
- CIA. PANAMEÑA DE SEGUROS, S. A.
- CIA. NACIONAL DE SEGUROS, S. A.
- NATIONAL UNION FIRE INSURANCE CO.

---

## Programa de Actividades, Para el Presente Año del Departamento de Bellas Artes del Ministerio de Educación

### TEATRO:

#### a) En el Teatro Nacional:

- 1.—El cero y el infinito, de Koestler.
- 2.—El rinoceronte, de Ionesco.
- 3.—El oso, de Chejov.
- 4.—Nuestro pueblo, de Wilder.
- 5.—Todos los hijos de Dios tienen alas, de O'Neill.
- 6.—Noé, de Obey.

#### b) En Colón, David y las Provincias Centrales:

- 1.—La violación de Lucrecia, de Obey.
- 2.—El amor de los cuatro coroneles, de Ustinov.
- 3.—El oso, de Chejov.
- 4.—El cero y el infinito, de Koestler.
- 5.—Noé, de Obey.

### ARTES PLASTICAS:

- 1.—Exposición de pintura panameña (ambulante y con charlas a cargo de pintores representativos), en Penonomé, Aguadulce, Chitré, Las Tablas, Santiago, David y Colón.
- 2.—Exposición de obras presentadas al Concurso Nacional de Pintura, en Panamá, Colón y las capitales de provincias.

### DANZAS:

- 1.—En la capital:
  - a) Función inaugural de la Escuela Nacional de Danzas.
  - b) Festival de Ballet Infantil.
  - c) Festival de Ballet Clásico.

d) Festival de Danzas Españolas.

e) La florecita Blanca: ballet folklórico panameño.

#### 2.—En el resto del país:

- a) Gira de ballet: Colón, Penonomé, Aguadulce, Santiago, Chitré, Las Tablas y David.
- b) Gira de danzas españolas: los mismos pueblos.

### MUSICA:

#### En el Teatro Nacional:

- a) Concierto de Música de Cámara, a cargo del Instituto Nacional de Música.
- b) Recitales.

### TEATRO:

Festival Intercolegial de Teatro, en el Teatro Nacional (septiembre).

### COROS:

Festival Intercolegial de Coros, en el Estadio Nacional (diciembre).

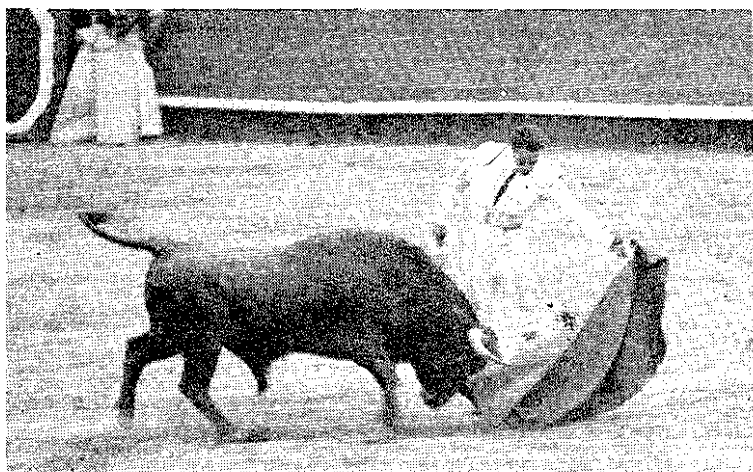
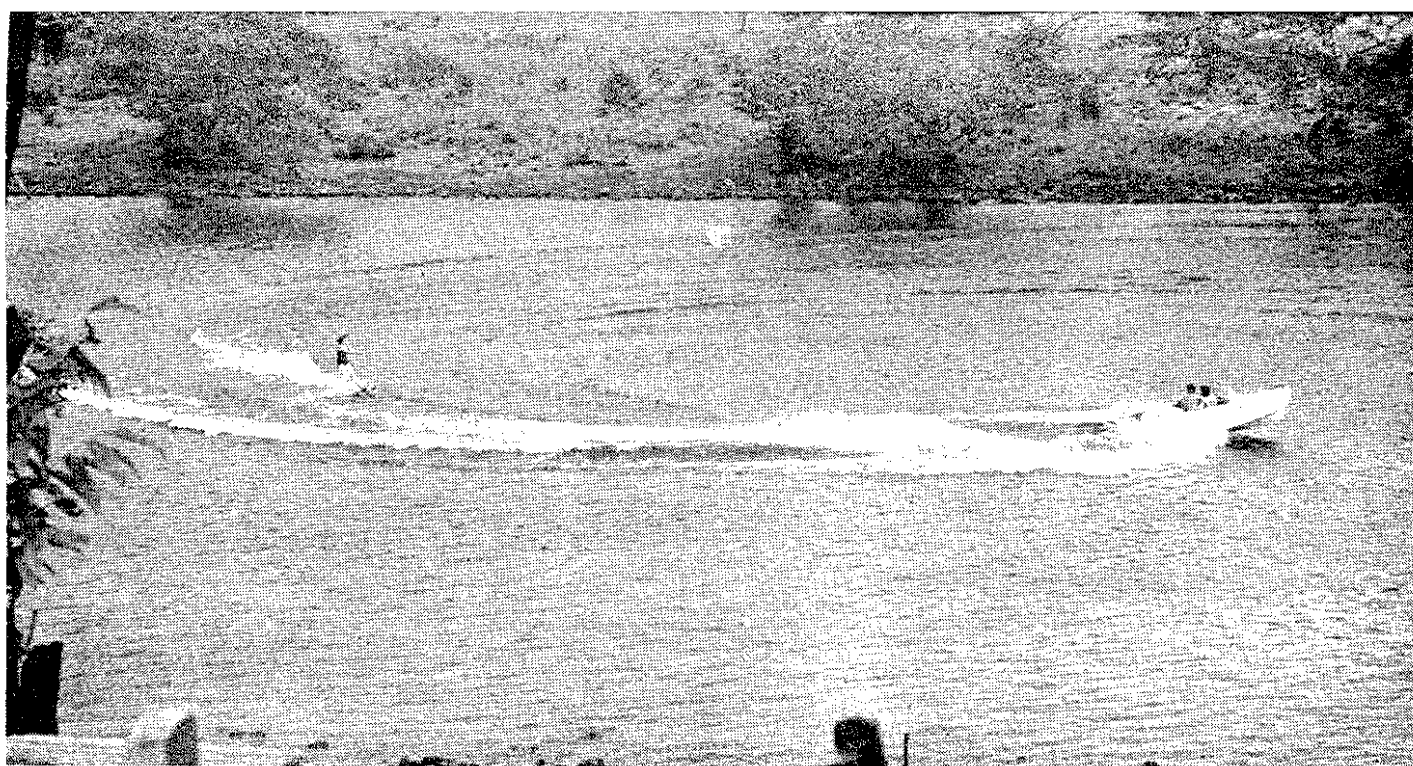
### ARTES PLASTICAS:

Exposición Intercolegial de Artes Plásticas.

NOTA:—En estas actividades se presentarán grupos representativos de los colegios secundarios de toda la República.

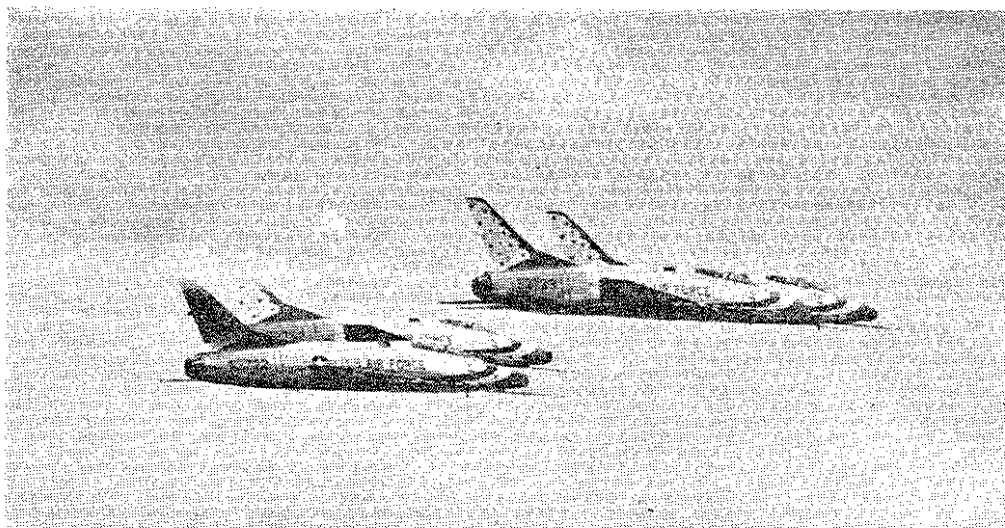
### PUBLICACIONES:

Edición de todas las obras premiadas en el Concurso Miró. Ediciones iniciales de la Biblioteca de Cultura Panameña (Darío Herrera, Gaspar Octavio Hernández, Ricardo Miró y otros). Ediciones de literatura contemporánea panameña.



## la fotografía como pasatiempo....

*Nos complace en presentar tres instantáneas por Manuel Fernández, muy conocido en Panamá, por sus trabajos fotográficos. Y él nos habla de... la fotografía como instantánea...*



*"La instantánea muestra lo impre-  
visto..." "Algo de un segundo o me-  
nos, que no puede prepararse como  
los retratos de vistas panorámicas..."  
"Esta es la importancia de dichas imá-  
genes como documento gráfico, de  
valor permanente, el cual, es en el  
campo en donde como Reportero de  
Prensa, he adquirido más experiencia  
y tenido más suerte..."*

**Farmacia Arrocha**  
Ave. Central 185 (al lado del teatro Central)

**Farmacia Iris**  
Calle 13 E. Salsipuedes

**Farmacia Pasteur**  
Ave. Central Edificio Gálvez

**Farmacia Arrocha 5**  
Vía. España 120

**Farmacia Lux**  
Ave. Central 26-30

**Farmacia Zona del Canal**  
Calle J y Ave. 4 de Julio

**LAS FARMACIAS ARROCHA**  
que siempre venden más barato

## LIBROS

primera piedra. La consagración se llevara a cabo treinta y cuatro años más adelante; y es el íltmo. Remigio de la Santa y Ortega quien tiene el honor de presidir la festividad, con toda la magnificencia que requería, el 4 de abril de 1796<sup>12</sup>.

Estos actos están bien reseñados en las palabras siguientes: "Los alegres repiques de las campanas anunciaban la gran solemnidad que iba a tener lugar al día siguiente en el grandioso Templo. Farolitos, unos de cristal, otros de papel, improvisados para el caso, velas de sebo usadas en esa época y los memorables candeleros, iluminaron durante algunas horas de la noche las puertas, ventanas y corredores que daban a las calles. En el atrio de la Catedral, y alrededor de la plaza, a distancia a cuatro varas unas de otras se habían colocado trípodes de ramas de árboles fuertemente amarrados con bejucos, sobre las cuales se había puesto tejas, y encima de éstas gruesas astillas de cocote (árbol resinoso) que ardían formando una gran iluminaria en todo aquel recinto. Unos cuantos músicos situados frente a la puerta mayor del Templo, ejecutaban piezas alegres ante la multitud bulliciosa que se agitaba alrededor y dentro de la plaza, mientras llegaba la hora de rezar el rosario y cantar las avemarías. Los cohetes, las bombas y los cachiflines (los buscapiés o buscanigüas de nuestros días) con sus estruendos completaban la algazara de la fiesta. Aquí y allá, por algunas calles y barrios, se veían mesas de ventas de tamales, empanadas, biscochos, roscas, agua de canela..."<sup>13</sup>. Hubo solemne Te Deum y en la noche fuegos pirotécnicos.

Al fin prestaba sus servicios la Catedral en su sólido edificio de mampostería.

Como vimos, algunas de sus campanas fueron traídas de Panamá Viejo, las otras venidas de Trujillo, ciudad peruana, donadas por otro purpurado panameño, el doctor Manuel Joaquín González de Acuña Sanz Merino, quien también obsequió el altar mayor y gran cantidad de útiles que faltaban al templo.

## IX

### REPARACIONES Y MODIFICACIONES EN LA CATEDRAL. SIGLOS XIX Y XX

De vez en cuando se efectúan arreglos al edificio catedralicio. Como consecuencia de ellos, sufre numerosas alteraciones en su estructura y decoración. Hasta el presente se mantiene casi igual la parte externa siendo más afectada la interior.

Entre los años de 1871 y 1875 al emprenderse algunas reparaciones se quita el piso de ladrillos cuadrados, haciéndole de cemento. Es el que hoy tiene. Al frente de la curia se encontraba el colombiano don Ignacio Antonio Parra que toma todas las rentas de la Iglesia para los mencionados trabajos.

El 7 de septiembre de 1882, otro fuerte temblor causa averías de poca consideración a la fachada principal.

1912-1913. Ocupa la silla episcopal el doctor Guillermo Rojas y Arrieta, quien al crearse en diciembre de 1925 la Arquidiócesis del Istmo, independiente desde ese momento de la de Cartagena de Indias, fué el primer Arzobispo de Panamá.

Rojas y Arrieta hace arreglos en la Cate-

dral; entre otras cosas coloca el cielo raso de metal labrado, ocultando así las vigas de madera. Lastimosamente cambia el techo de tejas por el zinc. Se repella y blanquea todo el edificio. Se retiran los viejos y labrados altares de madera para colocar en su lugar los modernos de cemento. Otro tanto ocurre con la imaginería.

No es de creer que estos hechos fueron hijos del menosprecio por lo antiguo. Pero ¿cuál sería el móvil para dejar huérfano al templo de lo que más hablaba de su prosapia histórica?

Y nuevos cambios se hacen en la vieja iglesia en 1943 cuando al frente del Arzobispado estaba Monseñor José Maíztegui. Han sido los últimos de importancia efectuados hasta el presente.

Desde hace unos años se le denomina a la Catedral, Iglesia Metropolitana, y por Ley del año 1943 fué declarada monumento nacional.

## X

La arquitectura religiosa no alcanzó en el Istmo la expresión magnífica que presenta en otras diócesis del continente. Quito, Lima, México, etc., ofrecen en sus construcciones, verdadero alarde de decoración y movimiento proclamando así, el más genuino barroquismo o la cumbre de éste: el churrigüesco. Hermosísimos templos que no sólo recogen el alma que los visita, sino que la llenan de admiración ante tanta esplendidez reunida, ante tanta belleza, frutos de la más pura artesanía y contenido estilístico.

Retablos, sillerías, púlpitos y coros, ménulas, etc., señalan la fuente inagotable y grandiosa de los artistas. La confluencia de elementos, la originalidad y compenetración del indio —como antes lo señalamos—, dan un rostro nuevo y hermoso a la ornamentación de esos templos coloniales que "en sus mejores logros, presenta los caprichos de un encantamiento de selva virgen"<sup>14</sup>.

No deja de encontrarse en Panamá esa compenetración de materia y espíritu así como también la influencia de lo hispano, y aunque falte ese fuerte sentido de forma regional, hay como bien dice un escritor, enorme influjo que crece por doquier: manigua acechante del trópico, bosques descomunales de nazarenos y caobas, lo supeditan todo a su exuberancia reglando las manifestaciones de la tectónica<sup>15</sup>.

Ese predominio de la selva que señala rumbo a la arquitectura istmeña, le hace guardar —según el mismo autor— gran similitud con las construcciones de los templos jesuíticos de la selva misionera, por la semejanza del medio circundante. Es el paisaje que influye profundamente en la obra del artista. Es por eso que traen reminiscencias de bosques o de llanura, de selva o de montaña.

El aporte nativo no fué muy fuerte en la arquitectónica istmeña. De ello se comprende por qué la "morfología plástica" de los templos es diferente a la de otros del continente. Sin embargo en la talla —imaginería, púlpitos o retablos—, el indígena panameño brinda su gran colaboración y no de poca importancia. Todos dieron lo mejor de su espíritu artístico a la casa de Dios.

Actualmente pueden admirarse en algunos templos del interior de la República, inapreciables reliquias de la colonia.

Como vimos, la generalidad de las iglesias panameñas, en sí, son sobrias. Denuncian casi todas las influencias de la estilística de

la vez para separar las naves; la techumbre de tejas, generalmente a "dos aguas", se apoya sobre los muros perimetrales y también sobre gruesos pilares. Las torres de bases cuadradas, que no llevan ornamentación en la parte inferior, en la superior y donde se ubica el campanario, debido al achatamiento de sus vérticos, presenta forma octogonal y afecta una ornamentación de columnas unidas por molduras. De este tipo son las de la Catedral.

Casi siempre van las torres ubicadas a los lados de la fachada principal del edificio, pero hay casos como el de la iglesia de San José de David, en la provincia de Chiriquí, cuya única torre se encuentra completamente separada del cuerpo de la iglesia. Un tipo poco común resulta la torre de la iglesia de San Francisco de la Montaña en la provincia de Veraguas, pues se yergue adosada al frontis del cuerpo del templo presentando cuatro arcadas dando por ellas acceso al interior del edificio. Hay otros casos de torre única y adosada a uno de los lados de la fachada principal.

En la nueva ciudad de Panamá, se pueden contemplar algunas interesantes ruinas de arquitectura religiosa. Entre ellas se destacan las de la Compañía de Jesús y las de Santo Domingo tan renombradas por el famoso "Arco Chato" verdadero alarde de técnica constructiva, ya que es un arco de ladrillo "de varios centros, sumamente rebajado y de gran luz"<sup>16</sup>.

Qué motiva la pobreza ornamental en la plástica religiosa panameña? Razones económicas, políticas, o quizás, poco fervor religioso?

Hay que tener presente que al fundarse la nueva ciudad de Panamá sus habitantes contaban con precarios medios económicos. Contribuiría ello a hacer menos hermosa y ostensible la arquitectura y ornamentación de la Catedral y de otros templos?

Tampoco se puede olvidar que las ciudades istmeñas fueron en parte dominadas por la situación geográfica que hizo de ellas puntos de tránsito, de sueños, de vacilaciones, de vida agitada. Ello muestra el porqué de la Compañía de Jesús, con su determinado prototipo arquitectónico. De líneas sencillas; de soluciones fáciles. La planta principal más o menos amplia y rectangular; tres naves, vale decir, tipo románico latino; las columnas, confeccionadas siempre con maderas del país sostienen el templo y sirven a la importancia que se da a la arquitectura militar y civil que se impone desde los primeros tiempos sobre el arte religioso, resul-

(Pasa a la Pág. 32)

- 12 La iglesia estaba completamente terminada en su parte interior. El piso de grandes y cuadrados ladrillos, perfectamente concluido. Faltaba el altar mayor, construido más adelante. En sus aitosas torres se habían colocado tres de las campanas traídas de la Catedral de Panamá Viejo.
- 13 Guillermo Rojas y Arrieta, "Reseña Histórica de los Obispos que han ocupado la Silla de Panamá", *Revista La Lotería*, N° 29, pp. 24-25, Panamá, 1943.
- 14 Henri Martinie, "El arte en América durante los siglos XIX y XX", *Historia General del Arte*; dirección de G. Huisman, T. IV, p. 405, París, 1947.
- 15 Mario J. Buschiazzo, ob. cit. p. 53.
- 16 Mario J. Buschiazzo, ob. cit. p. 58.

**GIA. HENRIQUEZ, S. A.**

Tel.: 5-0384 — 5-0385

Calle Frangipani y Luis F. Clement

Panamá.

Tel.: 10 — 11

Ave. Bolívar No. 7.100

Colón.

# La Mujer y La Cocina

a cargo de Marisa

Toda ama de casa recibe siempre con agrado consejos que le faciliten los trabajos en la cocina. Ofrecemos hoy unos cuantos...

## Carnes:

—Cuando se cueza carne para algún guisado, no se deje en la misma vasija en la que se ha cocido; tomaría mal olor; póngase en otra vasija limpia y fría.

—La carne de puerco contiene más grasa que cualquiera otra y necesita y largo y moderado cocimiento.

## Pescados:

—Para quitar la piel oscura que los pescados chicos tienen en el interior, frótense con un lienzo húmedo mojado en sal.

—Para cocer pescado póngase éste en agua caliente, pero no hirviendo. Nunca debe cocerse el pescado con sus ojos.

—Para poner un pescado al horno enháñese el plato, además de engrasarlo; y encima del pescado, póngase un poco de manteca o aceite.

## Frituras:

—Para freír carnes o verduras ya cocidas, póngase la manteca muy caliente para que sólo doren por fuera.

—Cuando lo que se va a freír está aún crudo, la manteca deberá estar no demasiado caliente, para que se cuezan las frituras.

## Verduras:

—El cocimiento de verduras de color verde debe ser rápido, poniéndolas después de lavadas en agua de sal hirviendo. Tan pronto como estén, se quitan del agua para que no pierdan su sabor y cuézanse destapadas, para que conserven su color.

—La excepción es la espinaca, ésta sólo necesita el agua que le quede al lavarla y se cocerá tapada.

—Antes de cocer col o coliflor, póngase (después de lavadas) en agua de sal, para matar el insecto que siempre traen.

—Las papas deben tenerse en lugar fresco y oscuro, para conservarlas frescas. Es preferible cocerlas sin haberlas pelado. Después de pelarlas, pónganse en agua fría inmediatamente.

## Frutas:

—Para dulce es preferible la fruta no muy madura; especialmente si se trata de hacer jalea.

—Generalmente se necesitan quince minutos de hervor de la fruta en el jarabe, contados desde que empieza a hervir.

—Para tapar frascos con jalea, úsese papel untado de clara de huevo batida.

## Diversos:

—Antes de exprimir un limón, debe calentarse; de este modo da doble cantidad de jugo.

—Para evitar las hormigas, póngase en la despensa, alcohol en platitos, agregándole azúcar; el olor las atrae, pero es muy venenoso para ellas.

—Para que al rebanar cebolla no quede el olor de ésta en las manos, rebánese adentro de el agua o debajo de la llave abierta.

—Un poquito de sal a las claras de huevo, las hace más fáciles de batir.

—El pan y bizcocho fríos, pueden componerse humedeciéndolos y poniéndolos al horno.

—Al batir huevo, procúrese hacerlo lo más de prisa posible; así tomará más aire y esponjará mejor. El tenedor o cuchara que se use para esto, debe mojarse en agua fría de vez en cuando, esto lo facilita.

—Para la masa de pastel, úsese los ingredientes enteramente fríos.

—Si el té no va a servirse inmediatamente después de hecho, quítese la bolsita que contiene el té, pues dejándolo toma mal sabor.

## GUARDIA & CIA., S. A.

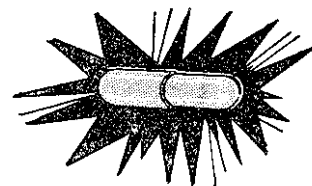
Ave. Justo Arosemena y Calle 29 Panamá Tel.:5-0444

... y para ganar premios

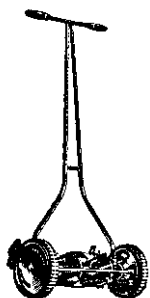
busque LA CAPSULA PREMIADA

en el

JABON AMERICANO



Señora: Si Ud. ejecuta los trabajos en su jardín, adquiera los implementos necesarios para trabajar más cómodamente:



- Herramientas
- Cortadoras de Grama
- "Crystal Clear"
- Carretillas
- Insecticidas
- Herbicidas
- Mangueras Plásticas
- Abonos

Todo esto lo podrá encontrar en

**F. ICAZA Y CIA., S. A.**

Tel. 5-1913  
Ave. Justo Arosemena 25-45,

Apartado 2140  
Panamá, R. P.



**INDUSTRIAS LACTEAS, S. A.**

## ***Huevos Frescos -- Una Comida Completa***

El huevo es la máxima píldora de vitaminas del mundo. Ninguna dieta científicamente ideada puede alcanzarla. El huevo envuelve casi todo que usted necesita para su nutrición.

El huevo contiene 15 diferentes clases de vitaminas, 22 minerales, 6 diferentes clases de proteínas, 10 aminoácidos esenciales y una multitud de ácidos grasos esenciales, carbohidratos y de sustancias para el crecimiento no identificadas temporalmente.

El cuerpo humano requiere esos 10 aminoácidos para su funcionamiento normal. Ud. puede obtener algunos aquí... y otros allá, pero el huevo es uno de los pocos alimentos que lo contiene todo en uno, nítidamente empacado en un paquete disponible.

¡Las cosas que pueden hacerse con un huevo!

Grandes maestros de cocina por generaciones han tenido un respeto ilimitado con respecto al lugar que ocupa el huevo en las artes culinarias.

Alguien escribió, llevado por la virtuosidad del fruto de la gallina: "Los huevos son el cemento que sostiene los castillos del arte culinario".

Un huevo puede ser pasado por agua, duro, frito, escalfado, revuelto, cocido a fuego lento, asado, relleno el cascarón con confetti para luego ser tirado. Se puede comer en el desayuno, almuerzo y cena.

De las gallinas que producen huevos en Panamá, los de **AVICOLA S.A.** son los más frescos.

Ud. nunca ha visto una gallina más orgullosa que aquella que sabe que sus huevos van a parar a **AVICOLA S.A.**

**COMIENCE EL DIA BIEN, COMIENDO HUEVOS FRESCOS.**

Los huevos, plato indispensable en toda comida por muy sencilla que sea, se sirve generalmente en cantidad de dos por cada comensal. Hay una infinita variedad de platos que pueden prepararse con huevos frescos. De los más gustados y más sencillos de confeccionarse son los **HUEVOS CON JAMON.**

Se engrasan con mantequilla platos de loza refractaria y se espolvorean con sal y pimienta. En seguida se pone una o dos tiras de jamón o de tocino y sobre éstas se quiebran dos huevos frescos. Se espolvorean nuevamente con sal y queso rallado. Se ponen al horno por sólo dos o tres minutos.

# Sección de Chiriquí

La Feria  
de  
San José  
de David

El día 19 de marzo, día de San José, la ciudad de David celebra sus fiestas patronales y ha sido escogida esta fecha para celebrar por tres días la Feria Agropecuaria, Comercial e Industrial.

Este año fueron miles de personas de todas partes del país y del extranjero los que visitaron los terrenos de la Feria. La Carretera Interamericana, todavía sin terminar, fue el lazo de unión entre los pueblos de Costa Rica y Panamá.

Las Ferias de San José de David son todo un acontecimiento nacional...! Y no podrían ser estas Ferias, en lo futuro, todo un acontecimiento internacional...? Y no podrían ser las fiestas patronales y las Ferias la máxima atracción turística para la Provincia de Chiriquí...?

...“Justamente orgullosos de los grandes progresos alcanzados en el campo de la ganadería, de la agricultura y de la industria, quieren los chiricanos ofrecer todos los años al resto de sus compatriotas, y a los numerosos visitantes extranjeros una muestra de lo conseguido con su esfuerzo...”

Y estamos seguros que el éxito seguirá coronando, en los años por venir, ese esfuerzo que hacen los hombres de estas tierras del Valle del Sol y de la Luna...!

