

# **Vivir**

***en familia***

***con Alegría***

Nº 06 - Septiembre 2021





# LIGA DE MADRES DE FAMILIA



**"CAMINEMOS JUNTO A MARIA,  
POR UNA FAMILIA UNIDA"**



*Mons. Manuel Moledo  
Fundador de la Liga de Madres*

## SERVICIOS SOCIALES



### CAPACITACIÓN:

- Educación para la salud.
- Defensa de la vida
- Asistencia a adultos mayores
- Medios de comunicación.



### DESARROLLO Y PROMOCION:

- Promoción de la madre en su rol vital dentro de la familia.
- Proyectos solidarios.
- Ecología y medio ambiente (cuidar la tierra)
- Jardines Maternales.



### EVANGELIZACIÓN:

- Catequesis inicial,  
de adultos y familiar.





# MENSAJE DE LA PRESIDENTA

Queridos amigos:

Con mucho agrado hoy presentamos nuestra Revista Vivir en Familia con alegría N° 6.

Continuamos trabajando hoy más que nunca, con nuestra Institución, y debemos fortalecer la, impedir que se disgregue es prioritario y esencial.

Sabemos que la pandemia y la situación social y económica ha atacado a la Familia y en especial a los niños y nos rompió el alma y el corazón.

Nosotros, Liga de Madres de Familia tratamos de hacer todo lo posible para que la Familia pueda vivir dignamente porque en ese lugar es donde se aprende a amar, a respetar, a ser humilde, generoso, es decir, es el lugar donde se aprende todas las virtudes, valores y qué mejor escuela que la Familia?.

Es la que lleva a cabo la sociabilización primaria y en la cual el niño internaliza contenidos básicos, es decir, para todos los valores.

Tenemos a muchos de nuestros niños que han sufrido costos emocionales y han perdido el hábito, la rutina escolar, por eso es que debemos concentrarnos en forma urgente en recobrar ese tiempo perdido y dedicarnos a la recuperación de la cultura y con enseñanzas innovadoras y con valores de educación de trabajo.

Defendemos públicamente la libertad educativa. Dicen que en la Familia se crea el clima espiritual donde los hijos aprenden a ser humanos a través del testimonio y el amor de los padres.

Como Madres ese es nuestro interés prioritario. Se crece cuando se logra ser mejor. Siempre el nuestro es un servicio de Amor.

Rogamos a María, Madre nuestra y a San José por todas las familias que sufrieron la pandemia y al Espíritu Santo que nos guíe también en la Misión que nos encomendaron en nuestra querida Institución.

Alabado sea Jesucristo!!!



**Vivir en  
Familia  
Con Alegría**

Revista de la  
Liga de Madres  
de Familia

Nora Szyszkowsky

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nora Szyszkowsky'.





# Staff

Número 06

Septiembre 2021

Propiedad de la  
Liga de Madres de Familia

## Directora

Nora Nani de Szyszkowsky Juiz

## Equipo de Redacción

Nora Nani de Szyszkowsky  
Lidia María Biagioni de Nogueras  
Monica Schelfthout de Irustia

## Diseño

Rocio Irustia

[ro.irustia1@gmail.com](mailto:ro.irustia1@gmail.com)

## Dirección y Administración

Aráoz 2972 - 4 Piso  
CP (1425) Buenos Aires  
Tel: 4802-4234 / 4801-4218

[lmfnacional@gmail.com](mailto:lmfnacional@gmail.com)

# SUMARIO

- 03 Mensaje de la Presidenta
- 07 70 Años de Liga de Madres de Familia
- 08 Monseñor Manuel Moledo
- 09 Benditos Abuelos que Rezan
- 10 Alegría para la Iglesia. Proclaman Beato a Fray Mamerto Esquiú
- 14 Escritos enviados por Integrantes de la Liga de Madres de Familia
- 16 Carta Apostólica “Patris Corde”
- 19 Fratelli Tutti
- 22 Orientación y Proyectos en tiempos de Incertidumbre
- 25 Unión Mundial de Organizaciones Católicas Argentina
- 26 Acción de la Liga de Madres en el País

- 38** Advocación Mariana
- 40** La educación de la Capacidad de Espera
- 43** Septiembre Mes de la Biblia
- 44** Humedales en Argentina
- 46** Entrenamiento del Cerebro para Adultos Mayores
- 48** Universidad de Buenos Aires
- 50** Ariel Ramírez
- 52** Beneficios de Tomar Agua
- 54** Turismo: Santa Fe
- 56** Cómo hacer una compra más Sostenible
- 58** Momento Dulce



# MENSAJE DEL ASESOR NACIONAL

Mediando Septiembre celebramos la Fiesta de La Exaltación de La Santa Cruz ( 14 del Septiembre) , la Cruz instrumento de Tortura y de muerte que provocaba en los condenados a este ajusticiamiento padecimientos tremendos y una cruel agonía, Jesús fue " Uno" de los tantos condenados a este suplicio. El imperio Romano lo utilizaba para " ajusticiar " a los malechores y entre los malechores especialmente a aquellos que se oponían al sistema.

Además , si se me permite era una especie de espectáculo público que se ofrecía al pueblo sojuzgado , conocemos muy bien los " espectáculos " que a manera de " diversión " eran del beneplácito de los romanos. Entonces ...cuando besamos la Cruz ¿Besamos un instrumento de Tortura y de muerte? ¿Besamos un artefacto de diversión morbosa?



No , todo lo contrario Besamos la Locura del Amor de Dios y el Triunfo de Jesucristo sobre la muerte. Es precisamente en La Cruz dónde la muerte fue vencida y dónde todo lo que nos " clava " como personas y como comunidad quedó sin efecto. Entiendase , en la Cruz perdieron su poder habitual el odio , los resentimientos , la mentira , los desórdenes afectivos , la incapacidad de compartir lo que somos y lo que tenemos ...todo lo que atenta contra nuestra integridad de personas y de Comunidades fue inutilizado en la Cruz. Cuando pensamos en la Cruz , no nos quedemos en el "objeto religioso" que podemos adquirir en cualquier santería o casa de bijouterie.

Cuando pensamos en la Cruz nos centramos en el misterio del dolor , en lo que nos hace sufrir física , mental y espiritualmente , en lo que no entendemos en lo que desarma nuestro proyectos...La Cruz es la " Gran " referencia de lo que no se entiende. Nos ubica en situaciones de la vida en las que jamás hubiéramos esperado encontrarnos. El dolor es el común denominador de toda existencia humana , todo ser humano en su peregrinar por esta dimensión de la vida se encuentra con la Cruz , también los " no creyentes"¿Como un Dios Padre Madre , creador , Amor permite la Cruz ? ...Misterio total , el Gran misterio y somos " Desafiados " a Creer , Dios nos Ama con Locura y permite el dolor. No deja de ser un misterio ( ya lo dijimos ) pero asumimos que la Cruz tiene un " Porque " y un " Para Que "Parecería ser que hasta que no aparece la Cruz en mi vida yo soy Dios , yo hago lo que quiero , voy a dónde quiero , proyecto lo que quiero , me arreglo solo con lo que quiero.

Cuando aparece la Cruz aparece mi pobreza , mi limitación , descubro que solo no puedo , necesito de los demás y por sobre todas la cosas necesito de Dios. En Mateo 16 , 24 y en Lucas 9, 23 Jesús nos dice que para ir en pos de El , que para ser discípulo hay que " Cargar " la Cruz , entiendase , la tenemos si o si , pero los de Jesús somos exigidos a " cargarla " , tácitamente en ambos textos El Maestro nos hace saber que si Dios " Permite " la Cruz dona la Fuerza Sobrenatural para asumirla y cargarla sin buscar entenderla ¿Cuál es hoy tu Cruz ? ¿La estás arrastrando ? ¿Estás renegando de Ella ? ¿Seguís en el " No a mi ?...Son cuestionamientos muy serios que como Discípulos y Misioneros nos tenemos que hacer. Hoy en muchos lugares del mundo , sobre todo en Medio Oriente a los que se identifican con la Cruz se los persigue , se los expulsa , se los injuria y se los mata , hoy los cristianos son víctimas de la tortura y la muerte , de la descalificación y del exilio. Indudablemente que más que nunca los cristianos ( si nos identificamos de Verdad con La Cruz ) nos enfrentamos con la diyurica de conservar la vida o perderla.

Hoy como Liga de Madres de Familia Jesús nos dice " Seguirme " , " Carga tu Cruz " , " se cireneo de aquel que está caído en el camino " , " asumí la Cruz del que ya no puede más "

Que Nuestra Madre Dolorosa , Madre de Vida y Esperanza nos ayude , como Madre y compañera de camino y como Ella no dejemos de decirle " Si " al Amor.

P. Daniel Jorge Aguilera  
Asesor Nacional

# 70 AÑOS DE L.M.F.

## MISA DE ACCION DE GRACIAS



El día 20 de junio de 2021 se unió toda la L.M.F en la Santa Misa de Acción de Gracias, presidida por el Asesor Nacional Padre Daniel Jorge Aguilera, desde la Parroquia Santa María Magdalena, de Ezpeleta, partido de Quilmes.

La participación fue virtual, algunas personas desde lugares distantes de nuestra Patria, otras muy pocas en forma presencial, pero todas agradeciendo la trayectoria de la Institución que tanto trabaja por y para la familia.

Durante su homilía el Padre Daniel ,reseñó la acción que la Liga desarrolla en todo el país, fines y objetivos, destacando la tarea desempeñada por socias y dirigentes, continuando con el sueño de nuestro querido fundador Monseñor Manuel Moledo.

Que María ,Madre de Jesús y Madre nuestra, nos ayude a darle continuidad a este camino y guíe nuestra acción.





# MONSEÑOR MANUEL MOLEDO

## PRECURSOR DEL CONCILIO VATICANO II

### REFLEXION 1953



El Episcopado Argentino observaba este movimiento, como no dependiente de la Acción Católica. Un movimiento autónomo. Primera característica: dispuesto a colaborar con la Iglesia en todo lo que concierne al bien de la familia en todos los planos: cultural, material, económico, moral y espiritual.

La Iglesia quiere prestar a la familia, en la sociedad argentina, un beneficio integral con la divulgación de los grandes principios, y acepta a quien quiera colaborar en esta tarea. No le pregunta si va a misa, si se confiesa o no, si comulga o no; no es su función, cada uno tiene su conciencia. Pero lo que se pueda conseguir por la vía del contacto, es aparte, puede ser que resulte, Dios quiere que resulte pero eso será por la acción de las socias sobre las socias o del ambiente, sobre las socias.

La LIGA tiene que ser fiel a los fines que el Episcopado le propuso, es decir, agrupar a las madres que están dispuestas a prestarle a la familia argentina un beneficio integral, no solamente para que posea y acreciente sus valores sino que los defienda contra cualquier riesgo que pudiera amenazar a la familia y a los hijos.

La LIGA no controla, brinda servicios a quien le interese el servicio que brinda. El carácter, en cuanto a reclutamiento de socias, es amplísimo. Es para todas aquellas que estimen la tarea de la LIGA como una tarea digna de apoyar. Si hubiera una persona a la que le interesa trabajar en la Liga, colaborar, una persona de reconocida solvencia moral y que no fuera católica, ¿la aceptaríamos? Una persona que estima que la Iglesia tiene razón y quiere luchar en su apoyo.

No hay ningún inconveniente para aceptarla. ¿Le daríamos puestos directivos en la LIGA? Eso no, porque es un movimiento católico; aceptaríamos su colaboración pero no podemos entregarle la dirección, salvo que la autoridad eclesiástica permitiera esto en algún caso concreto.





# BENDITOS ABUELOS QUE REZAN



Cada edad tiene su belleza: la pureza de los niños, el sueño de los jóvenes, la madurez de los adultos, la sabiduría de los ancianos. Estas bellezas son aún más hermosas y agradables a Dios cuando se abrazan entre ellas, cuando hacen Iglesia, manifiestan su unidad, en la realización del ideal divino.

“En una sociedad demasiado ocupada, distraída como la nuestra la oración de los ancianos, de nuestros abuelos es un don para la Iglesia, es una riqueza. Ellos son los que cantan los signos de Dios, proclaman sus alabanzas. Alguien debe hacerlo. Los ancianos lo hacen”. Mencionando un gran creyente del siglo pasado, Olivier Clément, el Papa añade que “la vejez se nos da precisamente para esto: la sociedad necesita de ancianos que rezan. Una civilización donde no se reza es una civilización donde la vejez ya no tiene sentido”.(Catequesis, audiencia general del 11 de marzo de 2015)

Quizás aún no somos conscientes del valor de la oración de los ancianos: rica en sabiduría, es una súplica que se eleva a Dios en apoyo de toda la comunidad que trabaja y lucha por su propia dignidad. Es una oración más madura, es una inyección de sabiduría para toda la sociedad humana. Es la oración del nosotros, ya no del yo inmaduro de los que siguen estando fuera de la colectividad.

La de los abuelos es la oración para darle las gracias al Señor por los beneficios recibidos, por llenar el vacío de la ingratitud que Lo rodea; por interceder por las nuevas generaciones, y darles dignidad a los sacrificios de las pasadas. Es la oración por todos y todo, en nombre de todos. Papa Francisco define a los abuelos la «coral» permanente de un gran santuario espiritual.

Por fin, la oración purifica incesantemente el corazón – sigue recordándonos Papa Francisco en su libro Padrenuestro – previene el endurecimiento del corazón, los resentimientos, el egoísmo, mientras que anima y libera de las angustias, porque es el fruto de una relación más íntima con Dios. Y es hermoso ver al anciano que comunica con los jóvenes, los anima a través de su propia experiencia de vida, les transmite el sentido de la fe, con sus palabras cargadas de verdad. ¡Ésta es la misión de los abuelos! ¡La vocación de los ancianos!

Podemos ayudar a los jóvenes a prevenir, impedir que se caigan en situaciones desagradables, precisamente a través de la oración:

Cuantos bienes nos vendrán de tantos ancianos y ancianas que rezan el Rosario en soledad, que ofrecen sus sufrimientos, desamparos y dolores para que otros puedan ver la luz, algún día se descubrirá todo. Que Dios los bendiga

# ¡Alegría para la Iglesia!

## Proclaman beato a Fray Mamerto Esquiú



Mamerto de la Ascensión Esquiú nació el 11 de mayo de 1826, en Piedra Blanca, provincia de Catamarca. Mamerto fue el segundo hijo de Santiago Esquiú, y de María de las Nieves Medina. Tenía 5 hermanos. Desde los cinco años comenzó a usar, por intermedio de su madre, el hábito franciscano que no lo abandonó en toda su vida, como promesa de su delicado estado de salud, sus padres Santiago y María habían cultivado en él un gran amor por San Francisco. Él mismo destaca en sus padres la humildad, la ternura, la dulzura de una vida dedicada a la familia y a Dios.

Comenzó sus estudios en la Escuela del Convento Franciscano de Catamarca en 1835 junto a su hermano Odorico. Tenía 10 años cuando ingresó al Convento Franciscano de Catamarca en calidad de postulante, allí los primeros dos años se dedicó a completar sus estudios y los 12 años comenzó el aprendizaje filosófico. Se incorpora al Noviciado como "frailito", por un año, antes de ser admitido a la profesión. Demostró ejemplar conducta en el cumplimiento de sus deberes.

Desde niño su entretenimiento fue con los libros. Aprendió sobre historia, ciencias naturales, matemática, historia universal, traducía francés e italiano. Desde 1838 a 1840 estudió filosofía, dando un examen que lo habilitó para iniciar sus estudios en Teología. También estudió Derecho Civil, conocimiento que le fue muy útil en su tiempo en Tarija, ya que era muy consultado en asuntos de derecho. Emite su profesión solemne los 16 años, el 14 de Julio de 1842 en manos del Padre Fray Ramón de Quintana, que lo comprometían de manera definitivamente con su vocación.

En Julio de 1848, con 22 años, recibió la ordenación sacerdotal del Obispo Eufrazio Quiroga Sarmiento en San Juan. Dio su primera misa en el Convento de Catamarca el 15 de Mayo de 1849. A los 17 años, comenzó a ejercer la docencia en la Escuela de San Francisco; al poco tiempo fue designado director de la misma. En su trabajo en la institución se destacó la supresión de la pena de azotes, su gran influencia en la mejora de la enseñanza de la escuela, su ejemplo, modales y consejos con los niños.

En 1845, a pedido de sus superiores, comenzó a dictar filosofía. Presentó oposición a la cátedra de filosofía obteniendo la distinción más alta. Tenía sólo 19 años. En 1850 fue nombrado profesor de la Cátedra de filosofía del Colegio Seminario por el gobernador de la provincia.

Introdujo numerosas reformas beneficiosas, incluyendo como materias obligatorias a los estudios de gramática, castellana, ética y geografía. "Enseñaba como el mejor de nuestros pedagogos". Creado el Colegio Seminario o Colegio de la Merced, el Padre Esquiú fue llamado para dirigir la cátedra de Filosofía. Se lo admiraba por la claridad y erudición, por las brillantes explicaciones que daba sobre los asuntos que trataba.

Pronunció su primer sermón el 4 de Octubre de 1851 con motivo de la Fiesta de San Francisco, desde allí ya era respetado y apreciado por su elocuencia, por su saber. Fray Mamerto Esquiú estaba catalogado como el "orador sagrado" que, por su facilidad de palabra, elocuencia, profundidad de pensamiento, capacidad para analizar la realidad e interpretar el pasado. Su célebre sermón "Laetamur de Gloria Vestra" (Nos regocijamos en tu gloria) fue enunciado en la Iglesia Matriz de Catamarca, el 9 de Julio de 1853; con motivo de la jura de la reciente Constitución Nacional.

Este sermón, habla de la necesidad de conocer, respetar y obedecer la ley y la idea principal de este sermón es que para construir esa patria tan anhelada era necesario lograr la paz y la unidad de todos los argentinos.



Participó en la discusión sobre la futura constitución provincial, presidió la junta electora de convencionales y fue el vicepresidente de la convención que sancionó la constitución provincial de 1855. Esa carta preveía que se formara un consejo asesor de gobierno, que incluía un sitial para un eclesiástico elegido por el gobernador, cargo que Esquiú ocupó durante varios años. Pertenecía al partido federal, pero era respetado también por el liberal.

Abandonó toda acción política y se trasladó al convento franciscano de Tarija, y en Bolivia. Estaba duramente desengañado de la situación política, ya que la rebelión contra las leyes había triunfado y la guerra civil se había encendido otra vez. Residió cinco años en Tarija, y fue llamado por el arzobispo de Sucre para ser su colaborador en esa ciudad, donde residió otros cinco años. Publicó un periódico dirigido a resistir las presiones de los intelectuales anticlericales, *El Cruzado*.

En 1872, estando en Sucre, recibió el nombramiento para el arzobispado de Buenos Aires, firmado por el presidente Sarmiento y el ministro Avellaneda. Pero no aceptó. Como temía que el gobierno insistiera, se alejó más aún, para residir en Perú y después en Guayaquil.

En 1876 hizo un viaje a Roma y Jerusalén, que lo convenció aún más de dedicar su vida a la pastoral eclesiástica, alejándose de la política. Tuvo el honor de predicar a miles de fieles frente al Santo Sepulcro, la noche del Viernes Santo de 1877.

En Tierra Santa se encontró con el superior general de la orden franciscana, que le encomendó reorganizar la orden en la Argentina. Como consecuencia, regresó a Catamarca a fines de 1878, después de 16 años de ausencia. A poco de

llegar, integró la convención reformadora de la Constitución Nacional, para la que preparó un largo memorial, que nunca fue discutido ni tenido en cuenta. A fines de 1878 fue nombrado candidato a obispo de Córdoba por el presidente Avellaneda. Renunció al cargo, pero a los pocos días le llegó la orden del papa León XIII de aceptar la candidatura. Su respuesta fue: Si lo quiere el Papa, Dios lo quiere

Fue consagrado obispo de Córdoba el día 12 de diciembre de 1880, y tomó posesión de su sede episcopal el día 16 de enero del año siguiente. Llevó una vida austera, e hizo todo lo posible para reordenar la administración diocesana, poner nuevamente en acción la pastoral eclesiástica, y hacer sentir a todos tratados por un padre; un padre humilde y austero, además, que recorrió casi todas las ciudades y pueblos de la diócesis.

Su gobierno pastoral en Córdoba fue de 1880 a 1883. Preconizado Obispo de Córdoba por el Papa León XIII el 27 de febrero de 1880 expidiéndose las Bulas del nombramiento el 24 de marzo de 1880. Llega a Córdoba el 1 de enero de 1881 a las 20:30. Recibe la Ordenación episcopal el 12 de diciembre de 1880 en la Basílica de San Francisco de Capital Federal por el Arzobispo de Buenos Aires Federico Aneiros. La toma de posesión el 16 de enero de 1881. Escribió dos Cartas Pastorales, la Primera el 7 de Marzo de 1881 y la segunda el 25 de mayo de 1881.

En sus escasos 25 meses al frente de la diócesis cordobesa, salió por todo su territorio: al norte lo que da con el monte santiagueño y las salinas, límite con Catamarca, o hacia la "pampa gringa"; recordemos que en ese momento estaban llegando los miles de inmigrantes con sus familias a trabajar los campos en lo que nosotros conocemos como el "modelo agro-exportador" y hacia allí iba el obispo. Algunas veces en tren, donde ya existía ese transporte, pero sobre todo al norte de Córdoba realizaba estas visitas pastorales a lomo de mula, a caballo o a través de una mensajería. En muchos de esos lugares, era la primera vez que los fieles veían a un obispo. Recorría estos lugares vestido como un simple cura lo que llevó a muchas anécdotas. Así recorrió toda la diócesis de Córdoba llevando no solamente la palabra de Dios sino también tratando con el poder político de mejorar las condiciones sanitarias y materiales de esas personas.

Fue un hombre prudente, con una permanente disposición a la ayuda y gran cercanía con los pobres, marcado por una gran humildad. Catamarca, Córdoba y todos los que conocen su legado han disfrutado este reconocimiento a quien ofrendó su vida por su vocación de cura.





## BEATIFICACION

En su tierra natal, y por los condicionamientos de la pandemia se vivió en dos espacios: la Ceremonia, en la Iglesia de San José, donde se realizó la ceremonia con las autoridades eclesiásticas y civiles e invitados de las parroquias y devotos en número acotado para resguardar el protocolo y otra gran fiesta a poca distancia y seguida por grandes pantallas que transmitían en directo toda la ceremonia, en un predio enmarcado por montañas naturales que fue debidamente acondicionado para que los devotos ansiosos de manifestar la alegría del merecido reconocimiento al dilecto hijo catamarqueño, pudieran cómodamente expresarse.



Gigantografía del Nuevo Beato descubierta al ser proclamado como Beato, Piedra Blanca.

## ¿CÓMO FUE EL MILAGRO QUE HIZO FRAY MAMERTO QUE CONSIGUIÓ FINALMENTE SU BEATIFICACIÓN?

Se trata de un hecho que ocurrió en 2015 en Tucumán, provincia vecina a Catamarca. Una beba prematura contrajo a los pocos días de nacer la enfermedad conocida como osteomielitis (una infección grave en los huesos) en el fémur izquierdo, luego fue sometida a una limpieza de su fémur, cuatro veces, con limpiezas quirúrgicas extendidas hasta el tobillo. También le fueron extraídos pedacitos bióticos que evidenciaban el aspecto crónico de esta enfermedad. La familia de la niña fue informada de la gravedad y de las complicaciones y resultados que esta enfermedad había podido determinar.

Después se le hizo un examen radiológico que evidenció la presencia muy extendida en el hueso ya de una alteración causada por esta osteomielitis, razón por la cual el médico ortopédico propuso una intervención drástica: cortarle la pierna. Los médicos pensaban que si llegaba a sobrevivir lo haría con graves secuelas.

Su madre, al borde de la desesperación, recibe la estampita de fray Mamerto Esquiú y un pedacito de manto del fraile, que previamente habían tomado contacto con el Venerable Siervo de Dios, de manos de un médico catamarqueño muy devoto quien le sugiere que pida la intercesión para la curación de la beba. Su mamá oró con fuerzas, pidiendo la intercesión de Fray Mamerto Esquiú para que su hija se salvara y con mucha devoción, pasa la estampita por la pierna de su hija. Doce días después, un nuevo control radiográfico mostró sorprendentemente la desaparición de la enfermedad en el hueso que se planeaba extraer quirúrgicamente.

Después siguió la desaparición de la sintomatología clínica y la mejoría de los exámenes de laboratorio. En las siguientes radiografías de controles realizados, persiste la curación del fémur sin que hayan sido afectados los cartílagos del crecimiento, que por la edad y la violencia de la infección deberían haber sido lesionados. Todos los médicos (ortopédicos, pediatras, de la medicina legal, etc.) que han examinado la documentación clínica completa e instrumental relativa al caso descrito se expresaron a favor de la inexplicabilidad científica de la curación realmente acaecida.

El caso fue tan sorprendente que los padres de la niña acercaron el testimonio a la Orden Franciscana, a la que pertenecía Esquiú. Era la prueba que necesitaban los frailes para continuar con la causa de beatificación iniciada hace 72 años. En 2005 Esquiú había sido declarado Siervo de Dios y en 2006, Venerable.

*Enviado por Catamarca*



EMA , La niña curada milagrosamente por la intervención de Fray Mamerto.



Reliquias del Fray MAMERTO.



El Asesor Nacional de la Liga de Madres de Familia venerando las reliquias de Fray MAMERTO que se encuentran en el lugar dónde estuvo por muchos años su corazón ( que fue robado) en la Iglesia del Convento de San Francisco dónde El vivió y dónde todavía se conserva su Celda.

# ESCRITOS ENVIADO POR INTEGRANTES DE LA LIGA DE MADRES DE FAMILIA

## EL TERCER SECRETO DE FÁTIMA

La Virgen de Fátima y Juan Pablo II – ROSAS PARA LA GOSP AEI 13 de mayo de 2021, día de Nuestra Señora de Fátima, se cumplieron 40 años del atentado que sufriera San Juan Pablo II cuando saludaba a los fieles reunidos en la Plaza de San Pedro.

En esa oportunidad de 1981, el Papa iba a anunciar “El Tercer Secreto de Fátima”, que la Virgen había revelado a los “pastorcitos Lucía, Jacinta y Francisco”: “La batalla final entre el Señor y el reino de Satanás será acerca del matrimonio y de la familia”. La misma Sor Lucía, la vidente de Fátima, se lo confirmó a quien fuera Arzobispo de Bolonia, Monseñor Carlo Caffarra.

El entonces Cardenal Ratzinger, se expresó así sobre este suceso en la Plaza de San Pedro: “No podía el Santo Padre, cuando después del atentado del 13 de mayo de 1981 se hizo llevar el texto de la tercera parte del «secreto», reconocer en él su propio destino? Había estado muy cerca de las puertas de la muerte y él mismo explicó el haberse salvado, con las siguientes palabras: «... fue una mano materna a guiar la trayectoria de la bala y el Papa agonizante se paró en el umbral de la muerte» (13 de mayo de 1994).

Al cumplirse el primer aniversario de esta tragedia, el Santo Padre formalizó su agradecimiento y devoción a la Virgen, donando al Santuario de Fátima la bala que le fuera extraída. La misma fue colocada en la corona de Nuestra Señora.

San Juan Pablo II quería ser recordado como "el Papa de la Familia", y en su esfuerzo por ayudar a robustecer esta institución, ha manifestado: "El futuro depende, en gran parte, de la familia, lleva consigo el porvenir mismo de la sociedad; ....“

Profundamente comprometida con esa misión de defender esta institución, LIGA de MADRES de FAMILIA despliega todos sus esfuerzos a lo largo y a lo ancho de la Argentina.

Saludamos con mucho afecto en Cristo y nuestra Madre María.

**COMISIÓN DIOCESANA DE CONCORDIA**

## ACRÓSTICO

**L**ugar de encuentro, diálogo y amistad  
**I**ncomparable sosiego sano,  
**G**enerosidad, sonrisas, libertad  
**A**uténtica visión del ser humano

**D**ejar de lado penas y amargura  
**E**n la certeza de felicidad futura

**M**adres de familias argentinas  
**A** semejanza de abejas hacendosas  
**D**edican tiempo al espíritu y al cuerpo  
**R**eiterando confianza en sus hermanos  
**E**sfuerzo por lograr mejor mañana  
**S**ocial, por siempre cotidiano

**D**emostración de aliento y de fe  
**E**n Dios y en la Virgen venerada

**F**ortaleza que da unión verdadera  
**A**nte los embates de la vida  
**M**uestras de afecto, cariño y simpatía  
**I**nfaltables instantes de alegría  
**L**iga de voluntades valerosas  
**I**ndicadora de “Bien” a nuestro lado  
**A**cogedor refugio del cristiano

**Ana Lucia Bazzurro**  
**Sección Ntra. Sra. de Lourdes**  
**Santos Lugares**  
**Diócesis de San Martín - Pcia de Bs As**



## LA FELICIDAD DE TENER UNA BUENA ESPOSA

¡Feliz el marido de una buena esposa: se duplicará el número de sus días! la mujer hacendosa es la alegría de su marido y él vivirá en paz hasta el último de sus días. Una buena esposa es una gran fortuna, reservada en suerte a los que temen al Señor: sea rico o pobre, su corazón será dichoso y su rostro estará radiante en todo momento.

La gracia de una mujer deleita a su marido y su buen juicio lo llena de vigor. Una mujer discreta es un don del Señor y no tiene precio la esposa bien educada. Una mujer pudorosa es la mayor de las gracias y no hay escala para medir a la que es dueña de sí misma. Como el sol se eleva por las alturas del Señor, así es el encanto de la buena esposa en una casa ordenada”.

Hoy la palabra nos muestra un modelo de las cualidades femeninas que debe tener una esposa. La importancia de ser buena esposa ocuparse de las cosas de la casa para que su esposo sea feliz, alegre y viva en paz. Una buena esposa vale más que una fortuna y se debe cuidar y proteger. Muchas veces se ponen alarmas, cámaras, etc para cuidar los bienes materiales, sin embargo, la esposa vale mucho

más que todo eso.

Aquel que tiene alguien a su lado que lo acompaña, muchas veces en silencio, en el cuidado de los detalles de la casa con mucha amabilidad, respeto, valor y dedicación para lograr la comunión familiar debe ser valorada y esa mujer debe ser amada. La esposa medita y guarda en su corazón cada acontecimiento de todos los integrantes como lo hacía la Virgen María.

Debemos cuidarnos y respetarnos para imitar a la gran familia: “La Sagrada Familia” que es la de Jesús, José Y María. Vivir en familia es la gran propuesta cristiana y nosotras como parte importante de esa familia debemos trabajar y evangelizar a cada miembro. Una buena esposa vive los logros y fracasos de sus hijos y esposo como propios y siempre pone en manos de Dios y la Virgen a cada uno de ellos.

Una buena esposa debe tener siempre como modelo a nuestra querida madre la Virgen María.

***Liga de Madres de familias Parroquia Santa Rosa De Lima, Chajarí, Entre Ríos.***

## LA ISLA

Había una vez una isla en la que vivían todos los sentimientos y valores del hombre: El Buen humor, la Tristeza, la Sabiduría, etc. etc. y los demás, incluso el Amor. Un día, se anunció a los Sentimientos que la isla estaba por hundirse. Todos prepararon los barcos y partieron. Sólo el Amor quedó esperando, hasta último momento.

Cuando la isla estuvo a punto de hundirse, el Amor pidió ayuda. La Riqueza pasó cerca del Amor en una barca lujosísima y el Amor le dijo “¿me puedes llevar contigo? La Riqueza contesta “No puedo porque tengo mucho oro y plata en la barca y no hay lugar para ti”. Entonces el Amor decidió pedirle al Orgullo que pasaba en una magnífica barca: “Orgullo, puedes llevarme contigo”. No puedo llevarte Amor porque aquí todo es perfecto y tu podrías arruinar mi barca.

Entonces el Amor le dijo a la Tristeza que se acercaba: “Tristeza te lo pido déjame ir contigo”. ¡Oh! Amor –dijo la Tristeza- estoy tan triste que quiero estar sola. Luego el Buen humor pasó frente al Amor pero estaba tan contento que no oyó que lo llamaban.

De repente una voz dijo: “Ven Amor, te llevo conmigo”. Era un viejo que lo llamaba. El Amor se puso tan feliz que olvidó preguntar quién era ese viejo.

***Comision Arquidiocesana Mercedes-Luján***

Cuando por largo camino,  
y tú solitario vas  
,triste te pasa el tiempo  
no tienes con quien hablar.

Por eso, que ahora  
quieres compañía invitar  
para el próximo trayecto  
que hagas por el lugar.

Porque ya te diste cuenta  
que un amigo ayuda más;  
el camino se hace corto  
y compartes bien el pan!

***Presidenta de la Diócesis  
Gregorio de Laferrere  
Alicia Bampini de Varrenti***

# CARTA APOSTÓLICA “PATRIS CORDE”

DEL SANTO PADRE FRANCISCO

## CON MOTIVO DEL 150.º ANIVERSARIO DE LA DECLARACIÓN DE SAN JOSÉ COMO PATRONO DE LA IGLESIA UNIVERSAL

La Carta Apostólica contiene 7 puntos. En la Revista Vivir en Familia con Alegría N° 5 - Junio describimos el tercer y cuarto punto. En esta edición, terminaremos con el quinto, sexto y séptimo punto: Padre en la obediencia y Padre en la acogida.

### PADRE DE LA VALENTÍA CREATIVA

Si la primera etapa de toda verdadera curación interior es acoger la propia historia, es decir, hacer espacio dentro de nosotros mismos incluso para lo que no hemos elegido en nuestra vida, necesitamos añadir otra característica importante: la valentía creativa. Esta surge especialmente cuando encontramos dificultades. De hecho, cuando nos enfrentamos a un problema podemos detenernos y bajar los brazos, o podemos ingeniárnoslas de alguna manera. A veces las dificultades son precisamente las que sacan a relucir recursos en cada uno de nosotros que ni siquiera pensábamos tener.

Muchas veces, leyendo los “Evangelios de la infancia”, nos preguntamos por qué Dios no intervino directa y claramente. Pero Dios actúa a través de eventos y personas. José era el hombre por medio del cual Dios se ocupó de los comienzos de la historia de la redención. Él era el verdadero “milagro” con el que Dios salvó al Niño y a su madre. El cielo intervino confiando en la valentía creadora de este hombre, que cuando llegó a Belén y no encontró un lugar donde María pudiera dar a luz, se instaló en un establo y lo arregló hasta convertirlo en un lugar lo más acogedor posible para el Hijo de Dios que venía al mundo (cf. Lc 2,6-7). Ante el peligro inminente de Herodes, que quería matar al Niño, José fue alertado una vez más en un sueño para protegerlo, y en medio de la noche organizó la huida a Egipto (cf. Mt 2,13-14).

De una lectura superficial de estos relatos se tiene siempre la impresión de que el mundo esté a merced de los fuertes y de los poderosos, pero la “buena noticia” del Evangelio consiste en mostrar cómo, a pesar de la arrogancia y la violencia de los gobernantes terrenales, Dios siempre encuentra un camino para cumplir su plan de salvación. Incluso nuestra vida parece a veces que está en manos de fuerzas superiores, pero el Evangelio nos dice que Dios siempre logra salvar lo que es importante, con la condición de que tengamos la misma valentía creativa del carpintero de Nazaret, que sabía transformar un problema en una oportunidad, anteponiendo siempre la confianza en la Providencia.

Si a veces pareciera que Dios no nos ayuda, no significa que nos haya abandonado, sino que confía en nosotros, en lo que podemos planear, inventar, encontrar.

Es la misma valentía creativa que mostraron los amigos del parálítico que, para presentarlo a Jesús, lo bajaron del techo (cf. Lc 5,17-26). La dificultad no detuvo la audacia y la obstinación de esos amigos.

Ellos estaban convencidos de que Jesús podía curar al enfermo y «como no pudieron introducirlo por causa de la multitud, subieron a lo alto de la casa y lo hicieron bajar en la camilla a través de las tejas, y lo colocaron en medio de la gente frente a Jesús. Jesús, al ver la fe de ellos, le dijo al parálítico: “¡Hombre, tus pecados quedan perdonados!”» (vv. 19-20). Jesús reconoció la fe creativa con la que esos hombres trataron de traerle a su amigo enfermo.

El Evangelio no da ninguna información sobre el tiempo en que María, José y el Niño permanecieron en Egipto. Sin embargo, lo que es cierto es que habrán tenido necesidad de comer, de encontrar una casa, un trabajo. No hace falta mucha imaginación para llenar el silencio del Evangelio a este respecto. La Sagrada Familia tuvo que afrontar problemas concretos como todas las demás familias, como muchos de nuestros hermanos y hermanas migrantes que incluso hoy arriesgan sus vidas forzados por las adversidades y el hambre.



A este respecto, creo que san José sea realmente un santo patrono especial para todos aquellos que tienen que dejar su tierra a causa de la guerra, el odio, la persecución y la miseria.

Al final de cada relato en el que José es el protagonista, el Evangelio señala que él se levantó, tomó al Niño y a su madre e hizo lo que Dios le había mandado (cf. Mt 1,24; 2,14.21). De hecho, Jesús y María, su madre, son el tesoro máspreciado de nuestra fe.

En el plan de salvación no se puede separar al Hijo de la Madre, de aquella que «avanzó en la peregrinación de la fe y mantuvo fielmente su unión con su Hijo hasta la cruz»

Debemos preguntarnos siempre si estamos protegiendo con todas nuestras fuerzas a Jesús y María, que están misteriosamente confiados a nuestra responsabilidad, a nuestro cuidado, a nuestra custodia. El Hijo del Todopoderoso viene al mundo asumiendo una condición de gran debilidad. Necesita de José para ser defendido, protegido, cuidado, criado. Dios confía en este hombre, del mismo modo que lo hace María, que encuentra en José no sólo al que quiere salvar su vida, sino al que siempre velará por ella y por el Niño. En este sentido, san José no puede dejar de ser el Custodio de la Iglesia, porque la Iglesia es la extensión del Cuerpo de Cristo en la historia, y al mismo tiempo en la maternidad de la Iglesia se manifiesta la maternidad de María[23]. José, a la vez que continúa protegiendo a la Iglesia, sigue amparando al Niño y a su madre, y nosotros también, amando a la Iglesia, continuamos amando al Niño y a su madre.

Este Niño es el que dirá: «Les aseguro que siempre que ustedes lo hicieron con uno de estos mis hermanos más pequeños, conmigo lo hicieron» (Mt 25,40). Así, cada persona necesitada, cada pobre, cada persona que sufre, cada moribundo, cada extranjero, cada prisionero, cada enfermo son “el Niño” que José sigue custodiando. Por eso se invoca a san José como protector de los indigentes, los necesitados, los exiliados, los afligidos, los pobres, los moribundos. Y es por lo mismo que la Iglesia no puede dejar de amar a los más pequeños, porque Jesús ha puesto en ellos su preferencia, se identifica personalmente con ellos. De José debemos aprender el mismo cuidado y responsabilidad: amar al Niño y a su madre; amar los sacramentos y la caridad; amar a la Iglesia y a los pobres. En cada una de estas realidades está siempre el Niño y su madre.

## PADRE TRABAJADOR

Un aspecto que caracteriza a san José y que se ha destacado desde la época de la primera Encíclica social, la *Rerum novarum* de León XIII, es su relación con el trabajo. San José era un carpintero que trabajaba honestamente para asegurar el sustento de su familia. De él, Jesús aprendió el valor, la dignidad y la alegría de lo que significa comer el pan que es fruto del propio trabajo.

En nuestra época actual, en la que el trabajo parece haber vuelto a representar una urgente cuestión social y el desempleo alcanza a veces niveles impresionantes, aun en aquellas naciones en las que durante décadas se ha experimentado un cierto bienestar, es necesario, con una conciencia renovada, comprender el significado del trabajo que da dignidad y del que nuestro santo es un patrono ejemplar.

El trabajo se convierte en participación en la obra misma de la salvación, en oportunidad para acelerar el advenimiento del Reino, para desarrollar las propias potencialidades y cualidades, poniéndolas al servicio de la sociedad y de la comunión. El trabajo se convierte en ocasión de realización no sólo para uno mismo, sino sobre todo para ese núcleo original de la sociedad que es la familia. Una familia que carece de trabajo está más expuesta a dificultades, tensiones, fracturas e incluso a la desesperada y desesperante tentación de la disolución. ¿Cómo podríamos hablar de dignidad humana sin comprometernos para que todos y cada uno tengan la posibilidad de un sustento digno?

La persona que trabaja, cualquiera que sea su tarea, colabora con Dios mismo, se convierte un poco en creador del mundo que nos rodea. La crisis de nuestro tiempo, que es una crisis económica, social, cultural y espiritual, puede representar para todos un llamado a redescubrir el significado, la importancia y la necesidad del trabajo para dar lugar a una nueva “normalidad” en la que nadie quede excluido. La obra de san José nos recuerda que el mismo Dios hecho hombre no desdeñó el trabajo. La pérdida de trabajo que afecta a tantos hermanos y hermanas, y que ha aumentado en los últimos tiempos debido a la pandemia de Covid-19, debe ser un llamado a revisar nuestras prioridades. Imploramos a san José obrero para que encontremos caminos que nos lleven a decir: ¡Ningún joven, ninguna persona, ninguna familia sin trabajo!





El escritor polaco Jan Dobraczyński, en su libro *La sombra del Padre*[24], noveló la vida de san José. Con la imagen evocadora de la sombra define la figura de José, que para Jesús es la sombra del Padre celestial en la tierra: lo auxilia, lo protege, no se aparta jamás de su lado para seguir sus pasos. Pensemos en aquello que Moisés recuerda a Israel: «En el desierto, donde viste cómo el Señor, tu Dios, te cuidaba como un padre cuida a su hijo durante todo el camino» (Dt 1,31). Así José ejerció la paternidad durante toda su vida[25].

Nadie nace padre, sino que se hace. Y no se hace sólo por traer un hijo al mundo, sino por hacerse cargo de él responsablemente. Todas las veces que alguien asume la responsabilidad de la vida de otro, en cierto sentido ejercita la paternidad respecto a él.

En la sociedad de nuestro tiempo, los niños a menudo parecen no tener padre. También la Iglesia de hoy en día necesita padres. La amonestación dirigida por san Pablo a los Corintios es siempre oportuna: «Podrán tener diez mil instructores, pero padres no tienen muchos» (1 Co 4,15); y cada sacerdote u obispo debería poder decir como el Apóstol: «Fui yo quien los engendré para Cristo al anunciarles el Evangelio» (ibíd.). Y a los Gálatas les dice: «Hijos míos, por quienes de nuevo sufro dolores de parto hasta que Cristo sea formado en ustedes» (4,19).

Ser padre significa introducir al niño en la experiencia de la vida, en la realidad. No para retenerlo, no para encarcelarlo, no para poseerlo, sino para hacerlo capaz de elegir, de ser libre, de salir. Quizás por esta razón la tradición también le ha puesto a José, junto al apelativo de padre, el de “castísimo”. No es una indicación meramente afectiva, sino la síntesis de una actitud que expresa lo contrario a poseer. La castidad está en ser libres del afán de poseer en todos los ámbitos de la vida. Sólo cuando un amor es casto es un verdadero amor. El amor que quiere poseer, al final, siempre se vuelve peligroso, aprisiona, sofoca, hace infeliz. Dios mismo amó al hombre con amor casto, dejándolo libre incluso para equivocarse y ponerse en contra suya. La lógica del amor es siempre una lógica de libertad, y José fue capaz de amar de una manera extraordinariamente libre. Nunca se puso en el centro. Supo cómo descentrarse, para poner a María y a Jesús en el centro de su vida.

La felicidad de José no está en la lógica del auto-sacrificio, sino en el don de sí mismo. Nunca se percibe en este hombre la frustración, sino sólo la confianza. Su silencio persistente no contempla quejas, sino gestos concretos de confianza. El mundo necesita padres, rechaza a los amos, es decir: rechaza a los que quieren usar la posesión del otro para llenar su propio vacío; rehúsa a los que confunden autoridad con autoritarismo, servicio con servilismo, confrontación con opresión, caridad con asistencialismo, fuerza con destrucción. Toda vocación verdadera nace del don de sí mismo, que es la maduración del simple sacrificio. También en el sacerdocio y la vida consagrada se requiere este tipo de madurez. Cuando una vocación, ya sea en la vida matrimonial, célibe o virginal, no alcanza la madurez de la entrega de sí misma deteniéndose sólo en la lógica del sacrificio, entonces en lugar de convertirse en signo de la belleza y la alegría del amor corre el riesgo de expresar infelicidad, tristeza y frustración.

La paternidad que rehúsa la tentación de vivir la vida de los hijos está siempre abierta a nuevos espacios. Cada niño lleva siempre consigo un misterio, algo inédito que sólo puede ser revelado con la ayuda de un padre que respete su libertad. Un padre que es consciente de que completa su acción educativa y de que vive plenamente su paternidad sólo cuando se ha hecho “inútil”, cuando ve que el hijo ha logrado ser autónomo y camina solo por los senderos de la vida, cuando se pone en la situación de José, que siempre supo que el Niño no era suyo, sino que simplemente había sido confiado a su cuidado. Después de todo, eso es lo que Jesús sugiere cuando dice: «No llamen “padre” a ninguno de ustedes en la tierra, pues uno solo es su Padre, el del cielo» (Mt 23,9).



Siempre que nos encontremos en la condición de ejercer la paternidad, debemos recordar que nunca es un ejercicio de posesión, sino un “signo” que nos evoca una paternidad superior. En cierto sentido, todos nos encontramos en la condición de José: sombra del único Padre celestial, que «hace salir el sol sobre malos y buenos y manda la lluvia sobre justos e injustos» (Mt 5,45); y sombra que sigue al Hijo.

# *Fratelli Tutti*

DEL SANTO PADRE FRANCISCO SOBRE  
LA FRATERNIDAD Y LA AMISTAD SOCIAL



La encíclica está dividida en ocho capítulos:

En este ejemplar veremos el capítulo IV, V, y VI

**Capítulo I** - Las sombras de un mundo cerrado

**Capítulo II** - Un extraño en la calle

**Capítulo III** - Pensar y generar un mundo abierto

**Capítulo IV** - Un corazón abierto al mundo entero

**Capítulo V** - La mejor política

**Capítulo VI** - Diálogo y amistad social

**Capítulo VII** - Itinerarios para un nuevo encuentro

**Capítulo VIII** - Las religiones al servicio de la fraternidad en el mundo.

**Para su estudio:**

Para la encíclica completa visite:

[http://www.vatican.va/content/francisco/es/encyclicals/documents/pa-pa-francesco\\_20201003\\_enciclica-fratelli-tutti.html](http://www.vatican.va/content/francisco/es/encyclicals/documents/pa-pa-francesco_20201003_enciclica-fratelli-tutti.html)

“Fratelli Tutti” es la tercera encíclica del Papa Francisco, después de “Lumen Fidei” (2013) y “Laudato si’” (2015).

Fue firmada en la ciudad de Asís el 3 de octubre de 2020.

El título viene de una expresión de San Francisco (Amoniciones 6, 1), que el Santo usaba para invitar a los hombres y a las mujeres a vivir una vida inspirada en el Evangelio.



«Fratelli tutti», escribía San Francisco de Asís para dirigirse a todos los hermanos y las hermanas, y proponerles una forma de vida con sabor a Evangelio. De esos consejos quiero destacar uno donde invita a un amor que va más allá de las barreras de la geografía y del espacio. Allí declara feliz a quien ame al otro «tanto a su hermano cuando está lejos de él como cuando está junto a él». Con estas pocas y sencillas palabras expresó lo esencial de una fraternidad abierta, que permite reconocer, valorar y amar a cada persona más allá de la cercanía física, más allá del lugar del universo donde haya nacido o donde habite.

Este santo del amor fraterno, de la sencillez y de la alegría, que me inspiró a escribir la encíclica Laudato si’, vuelve a motivarme para dedicar esta nueva encíclica a la fraternidad y a la amistad social. Porque San Francisco, que se sentía hermano del sol, del mar y del viento, se sabía todavía más unido a los que eran de su propia carne. Sembró paz por todas partes y caminó cerca de los pobres, de los abandonados, de los enfermos, de los descartados, de los últimos.

Papa Francisco

## CAPÍTULO 7

### CAMINOS DE REENCUENTRO

“El camino hacia la paz –advierte el Papa- no implica homogeneizar la sociedad, pero sí nos permite trabajar juntos. Puede unir a muchos en pos de búsquedas comunes donde todos ganan. Frente a un determinado objetivo común, se podrán aportar diferentes propuestas técnicas, distintas experiencias, y trabajar por el bien común”.

“El perdón y la reconciliación son temas fuertemente acentuados en el cristianismo y, de diversas formas, en otras religiones. El riesgo está en no comprender adecuadamente las convicciones creyentes y presentarlas de tal modo que terminen alimentando el fatalismo, la inercia o la injusticia, o por otro lado la intolerancia y la violencia”, agrega.

El Santo Padre explica al respecto que “estamos llamados a amar a todos, sin excepción, pero amar a un opresor no es consentir que siga siendo así; tampoco es hacerle pensar que lo que él hace es aceptable. Al contrario, amarlo bien es buscar de distintas maneras que deje de oprimir, es quitarle ese poder que no sabe utilizar y que lo desfigura como ser humano”.

Por ello, “el perdón no implica olvido”, explica el Papa. “Decimos más bien que cuando hay algo que de ninguna manera puede ser negado, relativizado o disimulado, sin embargo, podemos perdonar”.

El Papa Francisco cierra este capítulo explicando ampliamente: “Hay dos situaciones extremas que pueden llegar a presentarse como soluciones en circunstancias particularmente dramáticas, sin advertir que son falsas respuestas, que no resuelven los problemas que pretenden superar y que en definitiva no hacen más que agregar nuevos factores de destrucción en el tejido de la sociedad nacional y universal. Se trata de la guerra y de la pena de muerte”.



## CAPÍTULO 8

### LA MEJOR POLÍTICA

“Los creyentes pensamos que, sin una apertura al Padre de todos, no habrá razones sólidas y estables para el llamado a la fraternidad. Estamos convencidos de que «sólo con esta conciencia de hijos que no son huérfanos podemos vivir en paz entre nosotros»”, escribe el Pontífice en este último capítulo.



“Desde nuestra experiencia de fe y desde la sabiduría que ha ido amasándose a lo largo de los siglos, aprendiendo también de nuestras muchas debilidades y caídas, los creyentes de las distintas religiones sabemos que hacer presente a Dios es un bien para nuestras sociedades”, explica.

“Llamada a encarnarse en todos los rincones, y presente durante siglos en cada lugar de la tierra —eso significa “católica”— la Iglesia puede comprender desde su experiencia de gracia y de pecado, la belleza de la invitación al amor universal”, escribe también.



Este capítulo incluye una importante petición al resto del mundo: “Los cristianos pedimos que, en los países donde somos minoría, se nos garantice la libertad, así como nosotros la favorecemos para quienes no son cristianos allí donde ellos son minoría. Hay un derecho humano fundamental que no debe ser olvidado en el camino de la fraternidad y de la paz; el de la libertad religiosa para los creyentes de todas las religiones”.

Finalmente, el Papa concluye recordando: “En aquel encuentro fraterno que recuerdo gozosamente, con el Gran Imán Ahmad Al-Tayyeb «declaramos —firmemente— que las religiones no incitan nunca a la guerra y no instan a sentimientos de odio, hostilidad, extremismo, ni invitan a la violencia o al derramamiento de sangre”.

## CON ESTOS CAPÍTULOS, FINALIZAMOS LA LECTURA Y REFLEXIÓN DE LA ENCÍCLICA FRATELLI TUTTI

### ORACIÓN AL CREADOR

Señor y Padre de la humanidad,  
que creaste a todos los seres humanos con  
la misma dignidad,  
infunde en nuestros corazones un espíritu  
fraternal.

Inspíranos un sueño de reencuentro, de  
diálogo, de justicia y de paz.  
Impúlsanos a crear sociedades más sanas  
y un mundo más digno,  
sin hambre, sin pobreza, sin violencia, sin  
guerras.

Que nuestro corazón se abra  
a todos los pueblos y naciones de la tierra,  
para reconocer el bien y la belleza  
que sembraste en cada uno,  
para estrechar lazos de unidad, de  
proyectos comunes,  
de esperanzas compartidas.

Amén.

### ORACIÓN CRISTIANA ECUMÉNICA

Dios nuestro, Trinidad de amor,  
desde la fuerza comunitaria de tu intimidad divina  
derrama en nosotros el río del amor fraterno.

Danos ese amor que se reflejaba en los gestos  
de Jesús, en su familia de Nazaret y en la  
primera comunidad cristiana.

Concede a los cristianos que vivamos el  
Evangelio y podamos reconocer a Cristo en cada  
ser humano, para verlo crucificado en las  
angustias de los abandonados y olvidados de  
este mundo y resucitado en cada hermano que  
se levanta.

Ven, Espíritu Santo, muéstranos tu hermosura  
reflejada en todos los pueblos de la tierra,  
para descubrir que todos son importantes,  
que todos son necesarios, que son rostros  
diferentes de la misma humanidad que amas.

Amén.



“En la vida, no hay caminos de vuelta...Son todos caminos de ida”.  
Atahualpa Yupanqui

## INTRODUCCIÓN

En estos últimos dos años estamos viviendo un tiempo de grandes transformaciones y turbulencias, entre la pandemia y la Pospandemia que - por cuestiones del azar (o no tanto) - nos está tocando transitar. No es que la Humanidad no haya antes padecido otras, dado que las plagas, las pestes, las epidemias han sido parte de la experiencia humana desde siempre, como nos refieren la historia en los textos bíblicos, en los escritos de las ciencias médicas y en la literatura clásica y la universal. Por sus relatos hemos conocido los padeceres pero también hemos aprendido que la vida quiere seguir viva y se sobrepone para, en una nueva espiral dialéctica, seguir adelante, dejando atrás terribles pruebas de sufrimiento que la humanidad no olvida, pero que de alguna manera procesa colectivamente porque es algo que nos incluye a todos.

Lo que ciertamente hace de esta pandemia del COVID -19 una gran diferencia es que ella hoy nos tiene como testigos, actores sociales, deudos, damnificados ... Es algo que nos sucede...que por supuesto no elegimos. Pero, como Fernando Savater nos advierte en su obra “Ética para Amador” ( el nombre de uno de sus hijos, en ese momento, un adolescente )...puede ser que no podamos elegir lo que nos toca en la vida...pero sí podemos elegir qué hacer con lo que nos toca. Siguiendo esta idea, para seguir creando vida es necesario resolver no sólo lo urgente sino también lo importante, deteniéndonos a pensar, a reflexionar, a hacernos mejores preguntas aunque sin pretender tener todas las respuestas, a darnos tiempo y espacio mientras seguimos a cargo del timón de nuestras vidas, no en soledad - nadie puede hacer por mí pero tampoco nadie puede solo - sino construyendo vínculos afectivos con los otros, en nuevos escenarios familiares, sociales, laborales....

Intentar acercarnos a todo esto, es hoy un verdadero desafío que nos obliga a descentrar nuestra atención de la tensión entre el pasado y el presente para atrevernos a imaginar un futuro posible, creando, inventando no un proyecto de vida - si algo creo que hemos aprendido es que nada tiene un cartel de llegada - sino una vida con proyectos porque la salida siempre está para adelante.

## ORIENTACIÓN

Orientación proviene del verbo “orientar”, por un lado del latín “oriri” cuyo significado es nacer, salir, levantarse, y de “oriente” allí de donde nace/sale el sol cada mañana, también llamado “Este” como punto cardinal. Ya desde los primitivos comienzos, la observación de la salida y la puesta del sol permitió a la humanidad ubicarse en el tiempo y en el espacio. Temporalidad y espacialidad nos definen. De allí que somos sujetos sujetos a una historia personal y social en perpetuo fluir, en permanente cambio, con la posibilidad de poder ser o de poder llegar a ser un sujeto único e irreplicable mientras vamos viviendo, siendo y aprendiendo.

De esta manera, la construcción de lo vocacional se apuntala en la historia personal, con su lugar tanto dentro de la constelación familiar actual como también de las historias, mitos, tradiciones, memorias, mandatos de la familia de origen, de duelos no elaborados o conflictos inconcientes. Pero como toda familia de alguna manera reproduce y recrea el contexto al que pertenece, donde interactúa y construye una manera de estar en el mundo, lo individual personal y subjetivo - que como posibilidad traemos desde el nacimiento - está impregnado de lo familiar, lo espiritual, lo social, lo educativo, lo económico, lo político de la cultura que habita. Es decir, lo vocacional no es algo con lo cual se nace. Es una construcción donde lo subjetivo y lo contextual se enlazan a lo largo de toda la vida de los sujetos.

Es importante introducir acá una diferenciación entre “la orientación (vocacional) como proceso” y “el proceso de orientación (vocacional)”

La primera - la orientación (vocacional) como proceso - es parte de la labor de vida, del trabajo de vivir, de desarrollar hábitos e intereses, de informarse para conocer, de desarrollar lazos afectivos y comunicacionales ...todo lo cual puede o no vincularse con “elegir qué seguir estudiando”. Es un proceso espontáneo. Se trata más bien de la construcción de un estilo de vida relativamente estable, articulado lo más armoniosamente posible con la realidad que forma parte de cada persona, y que le permita tener ideales y valores para la vida. En definitiva, es lo que nos define aunque no nos limita porque vamos siendo a lo largo del camino..

Como en la Naturaleza, nada se pierde...todo se transforma, porque no somos de una vez y para siempre. En cierta medida, por lo incierto, vivir es una aventura mientras vamos atravesando tiempos de relativo bienestar y equilibrio entre otros tiempos de crisis, algunas evolutivas, otras accidentales.

El proceso de orientación (vocacional), en cambio, refiere a un proceso sistemático, que tiene como objetivo acompañar a uno o más sujetos (según la modalidad sea individual o grupal), en el esclarecimiento de su "identidad" vocacional, en la elaboración de duelos y aceptación de renunciaciones, en el fortalecimiento de su autoestima, en la prosecución de sus propios ideales, en la búsqueda de información con sentido, en la capacidad de tomar decisiones y comprometerse con ellas autónomamente. En definitiva, a diferencia de un proceso terapéutico, es un proceso para aprender a elegir que consiste en una serie de entrevistas con foco en la elección vocacional o laboral - no en el acompañamiento clínico de problemáticas vinculadas al devenir y conflictividad intrapsíquica de quienes consultan - y que cuenta para ello con métodos y técnicas diseñados para tal fin. Por lo tanto, requiere de la intervención de un profesional especialmente formado en el campo de la orientación.

Sin embargo, dada la complejidad de los aspectos que constituyen lo vocacional, los profesionales habilitados pueden provenir de campos disciplinares diversos pero afines a la temática: psicopedagogos, psicólogos, licenciados en ciencias de la educación, trabajadores sociales, entre otros.

Un aspecto importante de esta intervención que requiere una mirada particular es la que se dirige a la búsqueda de información. Sabemos que no puede elegirse aquello que ignoramos que existe. Con el acompañamiento del profesional, el sujeto que elige - protagonista de su propio proceso - realiza una búsqueda de información que no es azarosa sino activa, estratégica, planificada y constructiva sobre sí mismo, sobre el mundo que transita y sobre lo que hay para elegir.

Aún cuando actualmente no continúa siendo así - por motivos a los que me referiré más adelante - estamos habituados a asociarlo a un momento muy puntual de la vida: el egreso del secundario...y de hecho ha sido así durante un largo tiempo, cuando en la década de los '50 la posibilidad de acceder al nivel medio comenzó a ampliarse y con los años generó una mayor

demanda de ingreso a los estudios superiores tanto universitarios como no universitarios.

## ALGUNAS CONSIDERACIONES ACTUALES

La pandemia que sigue azotando al mundo es un evento crítico, una crisis accidental a nivel macro porque es "una lluvia que nos moja a todos". Vino a sacudir todas las certezas, a incomodar la visión del mundo, y a desacomodar el presente al par que acrecienta la necesidad de preservar nuestra existencia o acelera la vulnerabilidad que es parte constitutiva de la naturaleza humana, despertando variados sentimientos que van desde el desarrollo de vínculos solidarios, muchas veces acompañando un mayor acercamiento a la religiosidad, hasta mayor aislamiento social y pérdida de vínculos de empatía.

Como estrategias de afrontamiento a este estado de situación, se aceleraron procesos de cambio a nivel de las ciencias y las tecnologías que inundaron el intercambio familiar y social, la vida privada y la pública, los espacios laborales y educativos, la concurrencia a lugares de rezo y de celebración. Algunos de esos cambios vislumbramos que vinieron para quedarse. Pero todos han impactado y dejan marca en la subjetividad. No somos los mismos porque - además de las muertes que aún se duelen - discontinuaron si no las vidas, sí los proyectos y expectativas que deberán ser revisados para seguir adelante tomando en consideración nuevas formas de convivencia y de oportunidades para el trabajo y el estudio.

En relación a las nuevas generaciones - los nacidos en pandemia, los que hoy están accediendo a los primeros niveles de escolaridad y los que están egresando del sistema formal - verán transformaciones que hoy tal vez ya se estén poniendo en marcha pero que aún no alcanzamos a vislumbrar. Pensemos que Internet nació en 1983, aunque el acceso comenzó entrados los '90, a la par que la telefonía móvil., y hacía ya más de una década que ambos estaban siendo probados antes de darlos a conocer. Como dijo Humberto Ecco "Hoy, con internet, podemos saber cosas que nuestros antepasados tardaban una vida en conocer", y yo agregaría que tal vez nunca conocerían!...Desde allí en adelante, se suscitaron una serie ininterrumpida de transformaciones que modificaron la vida, las ciencias y las tecnologías, y por lo tanto el campo de lo vocacional, lo educativo y lo laboral.



Por supuesto que las infancias, las niñeces, las adolescencias, las juventudes y las adulteces fueron cambiando a la par, aunque las necesidades básicas de cuidado y afecto continúan siendo las mismas.

Una de las cuestiones que más se observan es el aumento de la edad respecto de la esperanza de vida, de la mano del desarrollo de las ciencias médicas, aunque difieren entre sí según sea el país o la región de referencia, porque en ello mucho tiene que ver los niveles socio económicos y educativos en los cuales los sujetos transcurren sus vidas. Por ello tiene alta vinculación el concepto de BIENESTAR con el de SALUD INTEGRAL que integra no sólo la salud física sino lo biopsicosocial y espiritual, económico y político. Es así que estamos asistiendo a la inclusión en el sistema educativo y en los espacios del trabajo y el empleo de un número cada vez más elevado de personas con discapacidades y de adultos mayores, en parte también gracias a sus reclamos y al reconocimiento social en el marco de los derechos al estudio y el trabajo.

Algunos ejemplos:

**Juan, 19 años.** Terminó el secundario en dic 2020. Vive en una pequeña ciudad. Quiere seguir estudiando pero teme no estar preparado para ingresar al nivel superior.

**Mateo, 15 años.** Padece una discapacidad visual severa progresiva. Está cursando 3er año de una escuela común, siempre con apoyos específicos acordes a sus necesidades. Sus padres están muy atentos a todas las innovaciones que la tecnología puede brindarle. Sus compañeros lo apoyan en las clases y los docentes están bien predispuestos para colaborar con él. Este fin de año tendrá que elegir una orientación y quiere saber cuál de las dos que su escuela ofrece - Economía y Ciencias Sociales - le conviene elegir si después de egresar quiere estudiar Periodismo.

**Mariela, 22 años.** En el 2019 cursó y aprobó el Ciclo Básico Común para ingresar a la Universidad de Buenos Aires, en la carrera de Odontología. En marzo recién comenzadas las clases, el ASPO suspendió todas las actividades. No pudo o no supo manejarse bien con las clases virtuales y está evaluando otras opciones, incluido no seguir estudiando.

**Roberto, 64 años.** Su jubilación está próxima después de haber trabajado en relación de dependencia en el ámbito de la empresa privada. Siempre le interesó estar actualizado en temas de historia. Eso lo llevó a aprovechar el tiempo del

ASPO y del DISPO para asistir a varios cursos virtuales por plataforma zoom. Se está planteando encarar estudios formales.

**Pedro, 23 años.** Es médico y está cursando el 2do año como residente de Cirugía en un hospital pediátrico.. Por su trabajo en estos dos últimos años, quiere revisar si continuar hasta completar esta especialidad, o presentarse el año próximo a un nuevo concurso para Psiquiatría.

**Susana, 60 años.** Cursó la escuela secundaria, se casó muy joven. Acompañó el crecimiento de sus tres hijos y apoyó a su marido en el negocio familiar. Siempre le interesó hacer algún tipo de servicio por los demás y actualmente se siente inclinada a hacer algún tipo de trabajo como voluntaria de una ONG.

**Santiago, 18 años.** Está completando su secundario en una escuela con orientación a la práctica deportiva. Apasionado por el fútbol, juega en las inferiores de un conocido club. Por la mañana cursa y por las tardes va a la práctica diaria y/o al gimnasio. Los fines de semana juega. Es muy organizado y responsable. Sus padres lo acompañan y apoyan. Su expectativa está puesta en continuar una exitosa carrera en el fútbol. Sin embargo, quiere también seguir una carrera universitaria que pueda - eventualmente más adelante - ejercer en otro país.

## CONCLUSIÓN Y APERTURA

Desde que nacemos, los sujetos vamos construyendo una brújula interna en el afán de sobrevivir y vivir aprendiendo. El olfato es la brújula que orienta al recién nacido hasta el seno materno buscando el primer alimento y el primer contacto. De allí en adelante comienza cada historia individual. A medida que avanzamos aparecen obstáculos o nuevas experiencias que nos motivan a buscar nuevos y necesarios caminos; a veces los encontramos, otras veces no... No son errores ni intentos fallidos sino oportunidades para iniciar nuevos intentos o proyectos. Hoy la orientación no se reduce a los adolescentes que terminan el secundario, sino que se dirige a todas las personas que viven proyectando futuro. No importa la edad sino las ganas, no tiene que ver con el conocimiento sino con la sabiduría, que no es una simple cuestión de edad.

Celebrémoslo !!!

**Stella Maris Calvo**

Licenciada en Ciencias de la Educación  
calvosm@hotmail.com



## Mensaje para el mes de Septiembre de la Presidente de la UMOFC La potencia de la oración y la penitencia



Queridas amigas,

Hemos visto con horror las fotos de madres afganas arrojando a sus niños a través de cercas de alambre de púa para salvar sus vidas... desgarradores gestos de amor... Mujeres de una tierra tan sufrida. Afganistán, rico en oro y otros minerales, con estratégica posición geopolítica que sufrió diversas ocupaciones extranjeras y cuyo territorio está plagado de minas que producen unas 120 muertes por mes, entre otros padecimientos. ¡Cómo no compadecemos ante tanto dolor!

Nos ha dicho el Papa: "En momentos históricos como este no podemos permanecer indiferentes, la historia de la Iglesia nos lo enseña. Como cristianos, esta situación nos compromete. Por eso hago un llamamiento a todos para que se intensifique la oración y se practique el ayuno. Oración y ayuno, oración y penitencia. Este es el momento de hacerlo. Hablo en serio: intensificar la oración y practicar el ayuno, pidiendo al Señor misericordia y perdón." (Ángelus, 29 de agosto 2021).



Las mujeres de la UMOFC no tenemos el timón del manejo geopolítico o económico, pero sí tenemos a nuestro alcance la potencia misteriosa de la oración y la penitencia. Jesús nos asegura: "pidan y se les dará, busquen y encontrarán, llamen y se les abrirá. Porque el que pide, recibe; el que busca, encuentra; y al que llama, se le abrirá." (Lc. 11, 9-10). Imaginemos una columna ascendente de millones de mujeres que interceden con oración y ofrecimientos... cómo no vamos a recibir como respuesta una lluvia de gracias del corazón de Jesús y de María. Las invito a poner en la patena, junto a las intenciones personales, a las mujeres afganas, a las cubanas y a las de tantos otros países que hoy sufren calamidades.

Y en este mensaje quisiera, además, hacerme eco de la intención del Santo Padre para el mes de septiembre, denominado "el tiempo de la Creación": siguiendo a tantos jóvenes, elijamos con coraje un estilo de vida sostenible. Este estilo de vida, que está explicitado en Laudato si, exige una conversión interior y exterior. Y toda conversión requiere de oración y ayuno. Encaremos este tiempo de pandemia como una oportunidad para reflexionar y aprender a transformar nuestro entorno. Es nuestra responsabilidad que la zona del planeta grande o pequeña que esté a nuestro alcance, se transforme en una Casa Común donde los excluidos puedan vivir como hermanos nuestros. Juntas podemos contribuir a superar la crisis planetaria.

Y permítanme agregar que, en medio de tantas pérdidas que hemos sufrido y seguimos padeciendo durante esta emergencia global provocada por el virus, tenemos siempre algo bello que rescatar: la familia. Las familias han demostrado ser el refugio en plena pandemia y los lazos familiares se han visto a prueba para sostener la escolaridad de los hijos, el trabajo y tantas otras dimensiones de nuestra vida. Es fundamental que cuidemos y promovamos a las familias con la fuerza de nuestra oración y nuestra mortificación.

El 15 de septiembre, según el calendario litúrgico romano, la Iglesia celebra a Nuestra Señora de los Dolores. Pongo este webinar en las manos de nuestra Madre. Ella recogerá nuestros dolores, los de nuestras familias y los de todas las mujeres y los hombres del mundo. A Ella le encomiendo que eleve nuestra oración y nuestra penitencia para que podamos experimentar el rocío de gracias que por su intercesión hemos de recibir.

Secrétariat  
WUCWO - UMOFC  
Piazza di San Calisto, 16  
Sc. 5, III piano  
00153 Roma



María Lía Zervino, Servidora  
Presidente General de la UMOFC

# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## LOMAS DE ZAMORA



Se entregaron mantas a la Vecinal del Barrio Ciudad Nueva y Vecinal del Barrio Villa Casey, a la escuela del Barrio Ciudad Nueva, a la escuela Especial 2045 y a la ONG "Corazones Solidarios" para ser entregados a vecinos del Barrio Villa Moisés.

## VENADO TUERTO



Se celebró la misa en Acción de Gracias por el aniversario N° 70 de la Liga de Madres de Familia fundada a Nivel Nacional. Fue una celebración muy emotiva dirigida por la Presidente de la Comisión Diocesana Mirta Ressia y con unas palabras finales dadas por la Presidente de la Comisión de la Liga de Madres Josefa Rosello, Dorita Wallace.



La Liga de Madres de Familia y la Comisión Vecinal de Barrio Centro I, a través del Proyecto "EI TEJETON SOLIDARIO" entregó a la Sala de Maternidad del Hospital Alejandro Gutierrez ajuares para bebés.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## MAR DEL PLATA



De la Diócesis de Mar del Plata enviaron estas fotos de la sección de Miramar.



Reuniones en el hotel Antártida de Mar Del Plata.

## CORDOBA



Le compartimos las donaciones realizada por la SECCIÓN CRISTO REY al merendero-comedor "Picicitos traviesos". "Entre todos sumamos y ayudamos a nuestros hermanos más necesitados".



Las Secciones han trabajado particularmente en este tema, han colaborado con alimentos ,ropas ,frazadas tejidas , medicamentos etc, Comisión Arquidiocesana programó una ayuda compartida, de solicitar a las socias una pequeña colaboración ( ropas, frazadas, alimentos etc,) la iniciativa tuvo muy buena respuesta, se eligió llevar las donaciones al desayunador Madre Tránsito Cabanillas que asiste a personas en situación de calle ayer se le entregó las primeras donaciones.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## FORMOSA



La escuela Estrella de Belén de Riacho He He, inició hoy sus clases presenciales.

Visita del Padre Adrián a la escuela Estrella de Belén de Riacho He He.



Liga de Madres Palo Santo. La consigna era escribir en un corazón sus peticiones.



Fue una fiesta de las familias y sus hijos.

Se llenó la Catedral.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## MENDOZA



Entrega de ajueres a recién nacidos, ropa y juguetes. Subsede Santiago Apóstol y San Nicolás.



Entregamos 75 paquetitos al Hogar Santa Marta!!!! Contenían un par de medias, un jaboncito y una estampa con una oración.



Entrega a los médicos y enfermeros por su Labor del hospital Carrillo. Subsede Santiago Apóstol y San Nicolás.



Entrega por el día del niño al merendero "sonrisas del alma" del barrio La Favorita con ayuda de todas las secciones.

## MORÓN



Entrega de ajueres y alimentos. Santiago Apóstol de Haedo.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## PARANÁ



Se dicta un taller de estimulación cognitiva para adultos, donde trabajan con actividades para la memoria, atención, cálculo, percepción y lenguaje, se van evaluando los niveles de cada una.



Talleres que dicta la sección Sagrado Corazón de Paraná (Taller de cocina- Taller de marroquinería- Taller de folklore- Taller de ritmos para niños), foto de bendición de los niños, y festejo del día de la infancia. Sección Sagrado Corazón.



Parroquia Ntra. Sra. de la Esperanza, charla y debate sobre el Padrenuestro. Y dentro de esa Liga tienen un grupo que se llama Mana, se hacen hostias para la comunidad, y para todas las Iglesias que lo requieran por amor a Cristo. Y enviaron fotos del día del amigo que pasaron entre ellas.



La Liga de Madres de Familia de la diócesis de Paraná, quiere rendir homenaje a su querida dirigente, Inés Azzolina de Rodríguez, recordando algunos momentos de su trayectoria en la comunidad católica y educativa.

Quienes tuvimos el honor de conocerla y trabajar con ella durante tantos años, la recordaremos siempre por sus virtudes cristianas y cualidades humanas. Le hacemos este pequeño recordatorio en la certeza que nuestro Padre la tendrá en el lugar de los justos y María Santísima a quien amó tanto, la habrá cubierto con su manto en su viaje al cielo.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## SAN RAMÓN



La Liga de Madres de San Ramón donamos ajuares para bebés y pañales al Roperito de No Nacidos .Algunas señoras colaboran tejiendo mantitas ,panceritos, etc.

## AZUL



Entregamos:  
galletitas, azúcar,  
temperas para el  
jardín N915,

Gracias a la  
solidaridad de mucha  
gente.

SAN ANTONIO DE  
PADUA

## ENTRE RIOS



Liga de Madres de familias Parroquia  
Santa Rosa De Lima, Chajarí, Entre  
Ríos.

## ARQUIDIOCESIS DE BUENOS AIRES

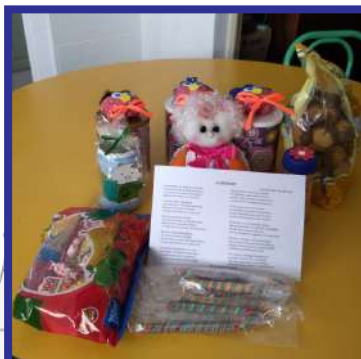


Las señoras tejen desde sus casas ,ajuares para bebe, y se donaron las prendas a los Hospitales y también envíos al interior de mantas y ropita de bebe y niños. La pandemia no las detuvo.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## ROSARIO



Regalitos de la sección Perpetuo SOCORRO para el día del niño



La Liga de Madres Sec. Ntra Sra. de Pompeya, entrega a las mamás embarazadas que reciben la asistencia de Cáritas Parroquial, una caja con el ajuar completo para llevar al Hospital al internarse. En este año entregamos tres cajas.



Visita de nuestro Asesor Francisco Robles, a la Casa de Liga de Madres de Familia, Comisión Arquidiocesana. Saludos en Jesús y María.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## CONCORDIA



**Sección Catedral:** Donación de juguetes recibidos en certamen deportivo y mantas realizadas por socias, ropa y comestibles a distintas instituciones.



**Parroquia Santa Rosa de Lima de Federal:** arreglos de ropa y mercaderías para colaborar con misioneros de colonias vecinas, donación de ajuares y juguetes al hospital mantenimiento de la sede y ayuda a la Parroquia.

**Sección Sagrado Corazón:** donación de comestibles, ajuares y dinero para sostener la Parroquia.

**Sección Natividad de Nuestra Señora de Villa Elisa.** Visitas a Hogares de ancianos, hospital, colaboración y presencia permanente en actividades de la Parroquia y pastoral de las exequias.



**Sección Nuestra Sra. del Carmen de General Campos:** Visita a los niños del Jardín Maternal con presentes y golosinas. Misa del día del niño, preparación del altar y entrega de presentes.

**Parroquia Santa Rosa de Lima de Chajarí:** ayuda económica, comestibles y golosinas a comedores barriales, ajuares y feria de ropas.

# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## JUJUY



Día del Niño jardín de Infantes Juan XIII de Jujuy.



acto del 23 de Agosto, Éxodo Jujeño.

## CHACO



Liga de Madres de Familia de Resistencia Chaco preparando la celebración fe 61 aniversario el próximo 25 de septiembre.



Audiencia co nuestro arzobispo Ramon Dus.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## CARMEN DE ARECO



Tienda de la liga de madres.

## SAN MARTIN



Liga de Madres de Familia María Reina festejó su aniversario.

## MERCEDES - LUJAN



Julia Bettetti de Iglesias †  
Con profundo dolor recibimos la triste noticia de tu partida a la casa del Señor querida dirigente de Liga de Madres de Familia. Nunca olvidaremos a una amiga que dió tanto de sí !!! Y nuestra alma nunca borrará tu sonrisa !!

!Acompañamos con oraciones en este difícil momento a su querida familia.

### COMO NO AMARTE

Cuando a veces la vida me acosa,  
me arrastra y me lleva como mar embravecido  
para dejarme moribunda en la playa  
sin siquiera importarle mi destino....  
¡Tú estás ahí !....  
¡Yo sé que estás ahí !...  
Vigilante, epectante y cariñoso.  
Con palabras de amor y de consuelo  
me cobijas cual Padre amoroso  
sin echarme en cara mis desvelos.  
¡Gracias Dios mío!  
Cómo no amarte si a pesar de todas mis caídas  
me recibes sin preguntarme nada  
y me curas, suavemente, las heridas.

Marta Sétula de Cangelosi



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## QUILMES

### SECCIÓN BELÉN

- Proyecto Ajuares

Dentro de las limitaciones que nos impone la pandemia hemos logrado articular las acciones necesarias para llevar a cabo este proyecto. Hemos creado un grupo de WhatsApp para que las socias de la Sección Belén podamos estar comunicadas y esto nos permite consensuar y distribuir tareas que realizamos desde nuestras casas para lograr los objetivos que nos hemos propuesto.

- Proyecto Protección a la Niñez en situación de vulnerabilidad.

### SECCIÓN CATEDRAL:

Entrega de ropita de bebe, leche, pañales, etc., a mamas embarazadas. Entrega de alimentos para el merendero (leche, chocolatada, galletitas, etc.) Prepararon regalos para los niños del merendero Namuncura, bolsitas pequeñas con golosinas y un juguetito, para complementar con otros regalos que recibirán de otras asociaciones.



# ACCIÓN DE LA LIGA EN EL PAÍS

## SECCIÓN LA PAZ:

Se está reorganizando y reestructurando debido a las restricciones de la pandemia y a la edad de las directivas de esa sección. De todas formas, realizan tejidos y los envían a la maternidad del hospital de Quilmes.

## SECCIÓN NUESTRA SEÑORA DE LA GUARDIA: Gupo de manualidades

La Comisión Diocesana continúa organizando Misas a través de zoom, realizamos Misa de Adviento, del día del niño por nacer y la de los 70 años de la Liga de Madres.



Misa en Catedral de Quilmes por el aniversario



# NUESTRA SEÑORA DEL EQUILIBRIO



Hay advocaciones marianas cargadas de un gran mensaje, que si lo conociésemos, serian motivo para acudir a María y pedirle lo que la advocación significa.

La advocación de "Nuestra Señora del Equilibrio" es para nuestro tiempo, así lo dijo Pablo VI emocionado, cuando le regalaron en 1968 una copia: "Es precisamente lo que ahora necesitamos!". El original se encontró en 1967 en un desván de una abadía, la de Frattocchie, cerca de Roma, el retablo de la Virgen tenía esta inscripción : Santa María del Equilibrio.

El Papa consideraba providencial aquel hallazgo y se encomendaba a María bajo esta nueva advocación de "Nuestra Señora del Equilibrio", estaba pasando unos cruciales momentos, pues, había unos radicalismos en la Iglesia en las aplicaciones del Concilio Vaticano II. Con razón dice el conocido adagio : "La virtud está en el medio cuando los extremos son viciosos".

La imagen de la Virgen se encuentra de pie, con las palmas de las manos de entrente, guardando una postura de equilibrio. Guitton afirma de la Virgen María: "María es una mezcla de gracia y gravedad, de sonrisa y seriedad, de jovialidad y de holocausto, de cántico y de silencio, de pureza y de fecundidad... ,un universo en filigrana".

En el mundo actual donde el estrés afecta a muchísimas personas con el agravante de unos desastres psíquicos como consecuencias, vemos más la necesidad de una serenidad, sosiego, equilibrio en las personas. Fijándonos en María, la vemos con una tranquilidad impresionante, cuando Ella recibe el gran anuncio de que es la escogida entre todas las mujeres para ser la Madre del Salvador. Ella no salta enloquecida por la noticia, ni se abate por la gran dignidad que le ha caído, sino que con autocontrol y autodominio pide explicación al ángel de cómo se va a realizar aquel misterio, una vez que recibe la explicación, lo acepta con la máxima serenidad, y, como si filera una simple muchacha de servicio, se pone a disposición de su parienta Isabel.

Guitton afirma de la Virgen María: "María es una mezcla de gracia y gravedad, de sonrisa y seriedad, de jovialidad y de holocausto, de cántico y de silencio, de pureza y de fecundidad... ,un universo en filigrana".

Todos pasamos por momentos dramáticos en la vida, pero no todo reaccionamos de la misma manera:

- .-Los desequilibrados se desesperan y rebelan.
- .-Los equilibrados saben ver en cada situación de la vida la mano providencial de Dios, que no deja por eso de ser misteriosa, al mismo, tiempo que es amorosa.

María pasó por momentos de dura prueba, pero no se rebeló ni quejó, sino que aceptó. Sufrió incomprensiones en Nazaret, en Belén, en el Calvario.

A Nuestra Señora del Equilibrio le pedimos lo que necesitamos en grandes dosis, que son manifestaciones de equilibrio : Paciencia, sosiego, calma, tranquilidad, armonía, paz, dominio, equilibrio.



## ORACIÓN A SANTA MARÍA DEL EQUILIBRIO

Virgen, Madre de Dios y de los hombres,  
María, te pedimos el don del equilibrio cristiano,  
tan necesario para la Iglesia  
y para el mundo de hoy.

Líbranos del mal y de nuestra mezquindad,  
líbranos de compromisos y conformismos,  
manténnos alejados de mitos y de las ilusiones,  
del desaliento y de la suficiencia,  
de la presunción y de la ignorancia,  
del error, de la dureza del corazón.

Danos la perseverancia en el esfuerzo,  
la calma en la derrota,  
el coraje de empezar de nuevo,  
la humildad en el éxito.

Abre nuestros corazones a la santidad.  
Danos una perfecta simplicidad,  
un corazón puro, el amor a la verdad y lo esencial,  
la fuerza para comprometerse sin reservas,  
la lealtad a conocer nuestros límites y respetarlos.

Concédenos saber cómo acoger  
y vivir la Palabra de Dios,  
concédenos el don de la oración.

Abre nuestros corazones a Dios  
Te pedimos el amor a la Iglesia,  
tal como tu Hijo la deseaba,  
participando en ella y con ella,  
en comunión fraterna con todos los miembros  
del pueblo de Dios, jerarquía y fidelidad  
a la salvación de nuestros hermanos.

Infúndenos comprensión,  
respeto, misericordia y amor.  
Abre nuestros corazones a los demás.  
Manténnos en el compromiso de vivir  
y aumentar este equilibrio,  
que es la fe y la esperanza,  
la sabiduría y la rectitud,  
el espíritu de iniciativa y la prudencia,  
la apertura y la interioridad,  
el don total, el amor.

Santa María, confiamos en tu ternura.  
Amén.



# LA EDUCACIÓN DE LA CAPACIDAD DE ESPERA



Según el Diccionario de la Lengua de la Real Academia Española (21º edición), esperar se define como “calma, paciencia, facultad de saberse contener y de no proceder sin reflexión”, y postergar como “hacer sufrir atraso, dejar atrasada una cosa, ya sea respecto del lugar que debe ocupar, ya del tiempo en que había de tener su efecto”.

No necesita demasiada deliberación la afirmación de que es propio del ser humano tanto saber esperar como postergar, y que el perro, gato o ratón no lo pueden hacer. Sin embargo, aún cuando es una capacidad natural al hombre, no surge en forma espontánea, sino que, es necesario hacerla salir de su interior. También es preciso que este proceso de “extracción” sea conducido y orientado por un adulto, que actúa como referente.

Son los padres los que, prácticamente desde el nacimiento, ayudan a sus hijos a actualizar diversas capacidades. ¿Cómo lo hacen? Compartiendo la vida cotidiana; aportando mensajes verbales y no verbales de lo que es valioso, bueno, deseable o esperable; proporcionándoles modelos de comportamiento; colocándolos en situación de aprender a esperar o a postergar; entre otras formas.

La madre ya desde el embarazo establece un vínculo con su hijo. Con el nacimiento éste se refuerza y, en las primeras semanas de vida, la mamá aprende a reconocer las necesidades del bebé, a decodificarlas y a dar respuesta a las demandas. De forma espontánea y casi sin darse cuenta, comienza a educar la capacidad de espera del pequeño, al establecer la forma y el momento de respuesta a dichas demandas.

Un ejemplo muy claro se da con el manejo de la alimentación. Durante los primeros días - en tanto se establece un reordenamiento familiar- la madre habitualmente alimenta a su hijo a libre demanda, para luego ir estableciendo cierto orden en la frecuencia y duración de las mamadas. Puede ocurrir que, con ese bebé en particular, se logre una cierta sistemática al finalizar el primer mes o que el proceso lleve mucho más tiempo.

También podría ocurrir que los padres no establezcan ningún orden; que respondan al niño cada vez que lo solicita; que todo el mundo gire alrededor del bebé que, en dicho caso, irá creciendo con pocas posibilidades de actualizar la capacidad de espera.

Lo cierto es que cada familia, cada hijo, cada circunstancia, es particular por lo que no es posible establecer recetas universales. A medida que el niño crezca, la capacidad de espera se irá aplicando a muchos otros aspectos. Así podrá aprender, entre otras cosas, a esperar su turno para hablar; recibir afecto; expresar sus necesidades; orientar sus impulsos; etcétera.

## EN EL MUNDO DE LA INMEDIATEZ

Educar la capacidad de espera representa un trabajo arduo para los padres, sobre todo teniendo en cuenta que el mundo de hoy está signado por la inmediatez. Basta con que el niño exprese un deseo para que los padres - o los que lo rodean- se lo suministren. Puede decirse que se educa en el “quiero y tengo”. A simple vista, puede parecer más fácil y gratificante adoptar esta actitud de proveer y satisfacer en forma indiscriminada cualquier pedido del hijo.





Sin embargo, las consecuencias de este tipo de actitudes son fáciles de observar a corto plazo: niños caprichosos, que han incorporado la idea casi mágica que el solo deseo de algo lo convierte en realidad; chicos dependientes del adulto; pequeños que no han experimentado lo que cuesta conseguir algo; que tienen dificultad para reflexionar y para ponerse en el lugar del otro; que no logran incluirse en las normas de una familia, y posteriormente de la escuela y de la sociedad, porque son ellos los que determinan lo que corresponde y lo que no.

Cómo educar esta capacidad resulta un trabajo difícil, por eso es necesario que los padres tengan en claro la importancia que tiene que sus hijos actualicen esta cualidad. La pregunta sería: ¿para qué le sirve a un chico desarrollar la capacidad de espera?

Le sirve:

- para aprender a aceptar que la realidad es objetiva, por lo que no es posible manejarla a su antojo;
- para constatar que todo no se puede;
- que hay tiempos para cada cosa;
- que los deseos no necesariamente deben ser satisfechos
- que es posible reflexionar y acomodar la respuesta a los mismos según el objetivo que se persigue y/ o las circunstancias que se viven; etc.

Si se tiene en cuenta que la voluntad del niño, en los primeros años, se mueve por lo que le gusta y luego por lo que le es útil, aprender a postergar la satisfacción de un deseo lo pone en camino de que, en un futuro, su voluntad se mueva por lo que le es bueno, independientemente de qué le guste o le sea útil. Es decir, lo pone en camino de vivir la verdadera libertad.

Incorporar la capacidad de espera colabora al desarrollo de la autoestima y de la autonomía, ya que el niño experimenta que es capaz de ir haciéndose cargo de sí mismo y que es posible el autogobierno.

Lo que no significa, de ninguna manera, dictar sus propias leyes sino acatar y encarnar las propuestas de sus autores, que son quienes persiguen su desarrollo pleno. La actualización temprana de la capacidad de espera y de postergación, también va preparando el terreno para vivir otras etapas de la vida, ya que un chico que aprende a esperar va ejercitando el dominio sobre sus impulsos, cualquiera sea el que se trate; se va haciendo dueño de sí mismo.

Educar la capacidad de espera, exige tener muy claro el objetivo que se persigue y estar convencido de que lo que se propone al niño es algo bueno para él, que le ayudará en su vida, que lo dotará para el futuro.

## CON EL AMOR COMO GUÍA

Es capital tener claro el objetivo y conocer cuáles serán los frutos de lo que se hace, ya que el proceso educativo requiere de esfuerzo y perseverancia; de ir contracorriente del facilismo actual; de reflexión de las prioridades a alcanzar; de diálogo y compromiso entre los padres para establecer las normas a proponer, los límites a trabajar y las respuestas a dar cuando el niño protesta, recrimine, discuta o pida explicaciones.

El niño necesita de educación y, como ya se ha expresado, educar implica conducir. El adulto maneja el timón, conduce, ejerciendo su autoridad. Los padres, al ser los autores, deberán mandar con un objetivo bien preciso: hacer crecer. De esto justamente se trata la autoridad, la cual no debe confundirse con el autoritarismo: mandar por mandar; mandar porque se le da la gana.

A algunos papás les cuesta exigir a su hijo que se haga cargo de sí mismo, que cumpla con lo estipulado, que se haga cargo de las consecuencias de sus actos. Estos padres muchas veces responden diciendo: “¡pobrecito, es tan chico!” La realidad es a la inversa: pobrecito será en un futuro muy próximo, cuando no esté preparado para afrontar la vida, lo cual requiere estar dotado de capacidad de superación, esfuerzo, postergación, reconocimiento de la realidad.





s muy importante recordar la enorme sensibilidad que tiene el ser humano al afecto, cualquiera sea su edad. Sólo las propuestas realizadas con amor tienen posibilidad de encarnarse. Cuando no se lo tiene en cuenta, el niño vive la consigna como una imposición y, generalmente, se despierta una reacción adversa. No hay recetas que indiquen cómo los padres tendrán que actuar para lograr que su hijo adhiera con alegría a las consignas propuestas; se trata de un verdadero arte, que cada uno tendrá que ir practicando. Lo que sí es seguro es que la llave maestra está representada por el afecto y la empatía que logre establecer con ese hijo.

Los padres quieren lo mejor para sus hijos, aún cuando a veces no tienen muy en claro qué es lo mejor y/ o cómo lograrlo. Puede ayudar recordar a Lao Tsé cuando expresa: “El que conoce lo exterior es erudito; el que se conoce a sí mismo es sabio; el que conquista a los demás es poderoso; el que se conquista a sí mismo es invencible”. En la conquista de uno mismo, tarea que se desarrolla durante toda la vida, la incorporación de la capacidad de espera es el primer mojón.

### EXIGIR ES INCLUIR

En la familia se realiza la socialización primaria, que comienza con el nacimiento y será completada, en la escuela, con la socialización secundaria. Los padres irán proponiendo una serie de pautas de convivencia en las que está siempre presente la capacidad de espera. Al aprender a convivir en la familia, se va preparando para el día de mañana lograr convivir en otros núcleos. Para lograr la socialización primaria es preciso establecer una serie de normas de conducta y exigir su cumplimiento. De esta manera el niño se irá incorporando, incluyendo, en un núcleo preexistente. Si la inclusión no se logra, el niño permanece al margen del sistema.

Vale la pena reflexionar lo que expresa la educadora sueca Inger Enkvist, en su libro *Repensar la Educación* (Ediciones Internacionales Universitarias. Madrid): “Cuando los padres hacen que el niño se adapte a las pautas de conducta de la familia, incluyen al hijo en el mundo social de la familia y de la sociedad. De manera que exigir es incluir. No exigir es abandonar al niño, con el consiguiente peligro de que se convierta en un marginado”.

### UN ROL INDELEGABLE

Puesto que los padres han dado la vida a los hijos, tienen la gravísima obligación de educar a la prole, y por tanto hay que reconocerlos como los primeros y principales educadores de sus hijos.

Este deber de la educación familiar es de tanta trascendencia que, cuando falta, difícilmente puede suplirse. Es, pues, deber de los padres crear un ambiente de familia animado por el amor, por la piedad hacia Dios y hacia los hombres, que favorezca la educación íntegra personal y social de los hijos.

La familia es, por tanto, la primera escuela de las virtudes sociales, que todas las sociedades necesitan.

Gravissimum educationis, 3. Concilio Vaticano II.

Dos acepciones de EDUCAR:

- educare: conducir, llevar al hombre de un estado a otro;
- educere: extraer, sacar algo de dentro del hombre.



**Dra. Zelmira Bottini de Rey**  
**Médica Pediatra**

Directora del Instituto para el Matrimonio y la Familia

# SEPTIEMBRE MES DE LA BIBLIA

En el Catolicismo, septiembre es el mes en el cual el santoral recuerda la muerte de San Jerónimo, ocurrida el 30 de septiembre del año 420. San Jerónimo tradujo la Biblia del griego y el hebreo al latín.

Esa traducción hecha por San Jerónimo, conocida como la Vulgata, ha sido hasta la promulgación de la Neovulgata en 1979, el texto bíblico oficial de la Iglesia Católica Romana.

La Biblia es Palabra de Dios y Jesús la Palabra encarnada

## La Biblia es...

refugio      escudo      camino      luz

timón      brújula      señal      GPS que conduce mi vida

## La Biblia es...

Puerta de la FE      ESPERANZA para el mundo      receta de CARIDAD

## Recomendaciones para leer la Biblia.

- Orar al Espíritu Santo para recibir su luz y entendimiento.
- Leer con humildad, no pretendiendo tenerlo ya todo entendido.
- Interpretar según la Iglesia. La humildad exige que se pregunte y estudie.
- Leer la Biblia con frecuencia para beber más de la fuente.
- Leer con el fin de amar y obedecer más a Dios y amar más al prójimo
- No buscar en la Biblia ciencia natural sino un mensaje espiritual.

# HUMEDALES EN ARGENTINA



El término humedales se refiere a una amplia variedad de hábitats interiores, costeros y marinos que comparten ciertas características. Generalmente se los identifica como áreas que se inundan temporariamente, donde el agua subterránea aflora en la superficie o en suelos de baja permeabilidad cubiertos por agua poco profunda. Todos los humedales comparten una propiedad primordial: el agua juega un rol fundamental en la determinación de su estructura y funciones ecológicas.

Existen muchas definiciones del término humedal, algunas basadas en criterios principalmente ecológicos y otras más orientadas a cuestiones vinculadas a su manejo. La Convención sobre los Humedales los define en forma amplia como: “las extensiones de marismas, pantanos y turberas, o superficies cubiertas de agua, sean éstas de régimen natural o artificial, permanentes o temporales, estancadas o corrientes, dulces, salobres o saladas, incluidas las extensiones de agua marina cuya profundidad en marea baja no exceda de seis metros”. En esta definición quedan incluidos todos los ambientes acuáticos continentales y la zona costera marina.

## Por qué es importante conservar los humedales?

Los humedales contribuyen de modo decisivo al bienestar humano al desempeñar funciones de las cuales se derivan múltiples beneficios.

- **DIVERSIDAD BIOLÓGICA.** Muchas especies de flora y fauna silvestres dependen completamente de los humedales. Son hábitats de suma relevancia para especies migratorias como las aves y cobijan a especies amenazadas. Algunos poseen una alta proporción de especies endémicas, es decir que no se encuentran en ninguna otra parte del mundo.

- **AMORTIGUACIÓN DE LAS INUNDACIONES.** Los humedales desempeñan un papel importante en el control de las inundaciones. Pueden actuar como esponjas, al absorber el agua de las lluvias y las crecientes de los ríos, y permitir que se filtre más lentamente a través del suelo y la vegetación, reduciendo con ello la velocidad y el volumen del agua que fluye aguas abajo.

- **MITIGACIÓN Y ADAPTACIÓN AL CAMBIO CLIMÁTICO.** Los humedales desempeñan funciones críticas en la mitigación del calentamiento global. Por un lado, son importantes sumideros de carbono y, por ende, su destrucción libera gases de efecto invernadero, en tanto que su restauración y creación se traduce en la retención de más gases de efecto invernadero. Por otra parte, los humedales cumplen un rol fundamental en la adaptación al cambio climático, ya que amortiguan el efecto de las tormentas y las inundaciones.

- **ABASTECIMIENTO DE AGUA.** Los humedales retienen y almacenan agua, disponible para consumo humano, producción y sostenimiento de la vida silvestre. Cuando los humedales se encuentran situados sobre sedimentos y rocas permeables, el agua que retienen se filtra a través del suelo y recarga los acuíferos. Además, al retener sedimentos y nutrientes, muchos humedales actúan como filtros que pueden eliminar sustancias tóxicas de los cuerpos de agua.

- **VALORES CULTURALES.** Como proveedores de agua y muchos otros bienes y servicios, la población se ha asentado históricamente en zonas de humedales, desde los pueblos originarios hasta la actualidad, desarrollando un rico y diverso patrimonio cultural. Muchos humedales son sitios de gran relevancia arqueológica e histórica.







Jaaukanigás  
Humedales de Argentina



Delta del Paraná  
Humedales de Argentina



Humedales del Chaco  
Humedales de Argentina

**PROVISIÓN DE ALIMENTOS, MATERIALES Y MEDICINAS.** Los humedales generan gran variedad de productos de plantas, animales y minerales que son utilizados por personas de todo el mundo. Los productos de los humedales varían desde los alimentos básicos como el pescado, hasta la madera de construcción, leña, aceite vegetal, sal, plantas medicinales, tallos y hojas para la fabricación de tejidos, y forraje para animales. La intensidad y escala con que se cosechan y emplean esos productos varía enormemente, pudiendo intervenir en el proceso desde usuarios de subsistencia, cuya intensidad de producción es reducida, hasta explotaciones comerciales intensivas. Los humedales juegan un papel fundamental como sustento de los peces y de la pesca tanto a nivel comercial como de subsistencia.

**ESTABILIZACIÓN DE COSTAS Y PROTECCIÓN CONTRA TORMENTAS.** Las marismas salobres y otros humedales costeros sirven como primera línea de defensa contra las tormentas, reduciendo el impacto de las olas; mientras que las raíces de las plantas fijan los sedimentos y retienen nutrientes. En el caso de los deltas, la sedimentación permite la creación de nueva tierra.

**RECREACIÓN Y TURISMO.** La belleza natural y la diversidad de la vida animal y vegetal de muchos humedales hacen que sean lugares de destino turístico y recreativo muy apreciado. En muchos casos permiten generar ingresos a economías regionales y son sitios de relevancia para desarrollar actividades de educación ambiental.



Esteros del Iberá  
Humedales de Corrientes



Laguna del Bebedero  
Humedales de Mendoza



Laguna Brava en Catamarca  
Lagunas Altoandinas y Puneñas

# INCLUIR, ESCUCHAR Y AMAR A LOS MÁS GRANDES NOS ENALTECE COMO LIGA DE MADRES DE FAMILIA



## ENTRENAMIENTO DEL CEREBRO PARA ADULTOS MAYORES

La frase «úselo o piérdalo» se utiliza comúnmente para denotar la importancia de ejercitar su cuerpo y mantenerse en forma. Ejercitar su cerebro es igual de importante. Su cerebro necesita entrenamiento regular, en especial a medida que envejece.

Después de los 65 años, su riesgo de desarrollar demencia se duplica aproximadamente cada cinco años. Si bien algunas formas de demencia no se pueden curar y el daño cerebral no se puede revertir, la investigación muestra que mantener el cerebro activo por medio de actividades, dieta saludable y ejercicio físico pueden ayudar a retrasar la aparición de la demencia. Cuanto antes comience la actividad de ejercicio mental, mejores serán los beneficios.

### **EL CAMINO HACIA UNA MEJOR SALUD**

Si es una persona saludable y tiene menos de 65 años, estimular su cerebro con actividades y juegos puede mantener su mente aguda más adelante en la vida (a menos que desarrolle una enfermedad relacionada con la demencia o sufra un accidente cerebrovascular o una lesión en la cabeza).

Si actualmente tiene algún tipo de demencia, los juegos mentales y las actividades de «mente activa» aún pueden ser de ayuda. Existen muchos juegos y aplicaciones en línea disponibles para jugar en la computadora, su teléfono celular o tableta. Algunos son gratuitos y otros requieren una tarifa única o mensual. No olvide los beneficios de jugar juegos de mesa simples, como damas, ajedrez, juegos de combinación o rompecabezas.

Otros juegos de ingenio, como el Sudoku y los crucigramas, también son desafiantes y a menudo los encuentra en su periódico local.

Mientras investiga juegos y aplicaciones en línea, busque actividades que amplíen su memoria a corto plazo, escucha, atención, lenguaje, lógica, tiempo de reacción, coordinación mano-ojo, alfabetización y habilidades visuales y especiales.



Considere agregar actividades de ejercicio mental que se apliquen a su vida cotidiana. Por ejemplo:

- Escriba una lista de tareas y luego memorícela.
- Escuche una nueva canción y escriba una parte de la letra.
- Dibuje un mapa desde su casa hasta la biblioteca.
- Investigue un nuevo tema de interés.

Otras formas de desafiar a su cerebro incluyen:

- Cambiar la forma en que hace algo. Si es diestro y revuelve el café con esa mano, intente hacerlo con la mano izquierda.
- Lea un libro de instrucciones.
- Aprenda un nuevo idioma.
- Pruebe hacer artesanías o un nuevo pasatiempo.
- Aprenda a tocar un instrumento musical.
- Tome una clase en su universidad local o centro comunitario.

También es importante complementar su actividad cerebral con un estilo de vida saludable.

- Mantenga un peso saludable y coma sano.
- Muévase con ejercicio físico.
- No fume.
- Limite su consumo de alcohol.
- Duerma lo suficiente.
- Haga su mayor esfuerzo para evitar lesiones.
- Reduzca su estrés.
- Siga las instrucciones de su médico para controlar sus enfermedades o afecciones.
- Concéntrese en actividades que apoyen su salud mental.
- Mantenga una vida social activa al pasar tiempo con amigos, ofrecerse como voluntario o unirse a un club en forma regular.

## ASPECTOS A TENER EN CUENTA

El ejercicio mental y los cambios en el estilo de vida pueden ser abrumadores. No intente cambiar todo al mismo tiempo. Comience despacio, eligiendo un juego mental. Si puede agregar más, aún mejor. Si se aburre con el mismo juego, escoja otro para mantenerse activo. No se rinda.

Modifique también su rutina diaria de vida. Por ejemplo, si siempre se cepilla los dientes y luego se peina, intente invertir su rutina. Haga lo mismo con su vida saludable. Cambie una comida frita por su versión asada. Agregue cinco minutos a su rutina de ejercicios. Programe sus exámenes y evaluaciones de salud anuales. Programe una cita con un amigo.

Desafortunadamente, no existen garantías de que el ejercicio cerebral y los cambios en el estilo de vida prevengan todas las formas de demencia. No curará ciertas formas de demencia, como la enfermedad de Alzheimer. Sin embargo, puede mejorar la demencia que está directamente relacionada con una enfermedad (como la diabetes tipo 2 no controlada) al controlar la enfermedad con medicamentos y una vida saludable.







# UNIVERSIDAD DE BUENOS AIRES



Facultad de Derecho

## LA UBA DE AYER Y DE HOY

La Universidad de Buenos Aires fue inaugurada el 12 de agosto de 1821, tras un decreto del gobierno de la Provincia, con fecha del 9 de agosto. El acto de inauguración se realizó en la Iglesia de San Ignacio de Loyola, con la presencia de Bernardino Rivadavia, gobernador de la Provincia, y el rector, Antonio Sáenz, entre varias autoridades y público presente.

Para entonces, comenzaban a surgir nuevos intereses sociales y económicos en una Buenos Aires creciente con una realidad cultural de origen laico que sumaba protagonismo a través del comercio, el desarrollo económico, político y social rioplatense. Era necesario, entonces, impartir conocimiento útil para esta nueva sociedad que surgía y demandaba acción y resolución de problemas.

La educación elemental de la época era muy precaria y los jóvenes porteños que aspiraban a acceder a los grados superiores debían dirigirse, entre otros sitios, a Córdoba, Lima, Chuquisaca o España. Ante este panorama, las nuevas autoridades, el gobernador de la provincia de Buenos Aires, Martín Rodríguez y su ministro de Gobierno, Bernardino Rivadavia se propusieron, entonces, la renovación del sistema de enseñanza pública, tomando el presbítero Sáenz, la responsabilidad y el trabajo de hacer realidad un proyecto que había surgido varios años antes.

Efectivamente, ya en 1771 las autoridades representantes de la corona tuvieron la iniciativa de una universidad pública en Buenos Aires, la cual fue probada por una cédula real. Sin embargo, esto no se concretó durante la época de la colonia y tuvieron que pasar 50 años para que fuera finalmente inaugurada la casa de estudios superiores que comenzaría a funcionar en la Manzana de las Luces.

## ORGANIZACIÓN Y PRIMEROS AÑOS

Al organizarse la Universidad de Buenos Aires, se concentró en ella toda la educación pública, de los tres niveles. En ese entonces, en la UBA sólo se admitían varones. Durante los primeros años, los principales esfuerzos organizativos se centraron en los departamentos de Primeras Letras y Estudios Preparatorios; el resto de los departamentos se formaron con la incorporación de algunas de las instituciones de enseñanza superior que funcionaban en la ciudad desde hacía algunos años.

El Departamento de Ciencias Exactas, de Jurisprudencia, de Medicina y de Ciencias Sagradas completaron la organización de la Universidad, aunque este último no comenzó a funcionar por falta de alumnos.

La nueva Universidad, presentó el atractivo de ofrecer cursos más ilustrados y laicos que los de las tradicionales universidades de origen colonial, atendiendo a las nuevas características de la sociedad porteña.

En general y, salvo tiempos difíciles política y económicamente, la Universidad de Buenos Aires se caracterizó por el desarrollo de las Ciencias Exactas y Naturales, lo que, en sus inicios, también la distinguió del resto de las instituciones, apartándola de modelos de enseñanza escolástica de influencia confesional.

En 1865 la UBA se organizó como una federación de Facultades y pasó a ocuparse sólo de la formación universitaria, dejando para la provincia, la responsabilidad de la educación inicial. El 18 de enero de 1881 fue nacionalizada y pasó a depender del estado nacional.

Desde aquellos primeros años hasta la actualidad, la Universidad de Buenos Aires sufrió los vaivenes propios del país, de los tiempos y de las circunstancias políticas, sociales y económicas de una Nación. A través de sus alumnos y docentes, su producción académica y científica, su proyección nacional e internacional, se pudo ver reflejada en la UBA, la historia de nuestro país. Sufrió dificultades y también vivió épocas de gloria.



Facultad de Ciencias Exactas y Naturales



Facultad de Medicina

Se fueron sumando nuevos protagonistas, las mujeres tomaron su lugar y ganaron espacios, se crearon facultades, institutos de investigación, investigadores, más alumnos, docentes y nodocentes.

La Universidad de Buenos Aires dio cientos de profesionales distinguidos por sus aportes a la sociedad. Al celebrar el bicentenario desde su creación, es una de las instituciones públicas de educación superior más importante de América Latina, continúa ganando prestigio nacional e internacional y apostando a la educación pública, segura y gratuita para todas y todos los habitantes de nuestro país.

## LAUBAHOY

Hoy, tras 200 años, la UBA es la universidad pública más grande del país. De acuerdo al último ranking QS, figura en el 69° puesto en el ranking mundial, 1° en Iberoamérica, 1° en Argentina y es la única universidad en Iberoamérica en tener 5 premios Nobel. Además, posee 6 centros de cooperación internacional. Más de 320.000 alumnos cursan actualmente las distintas ofertas académicas en la Universidad de Buenos Aires. El número de docentes es superior a los 30.000, entre profesores, auxiliares y docentes de nivel medio; mientras que los trabajadores no docentes llegan a más de 13.000.

Siguiendo con el área académica, cuenta con 13 Facultades; más de un centenar de carreras de grado, 6 establecimientos de enseñanza media con orientación bachiller, comercial, agropecuaria y técnica; 26 sedes del Ciclo Básico Común de las cuales la mayoría son Centros Regionales. Brinda el servicio de Orientación vocacional para ingresantes y estudiantes de grado. Actualmente, se dictan más de 520 carreras de posgrado de las cuales 41 son doctorados, 160 maestrías y 320 carreras de especialización. Además, 4 posdoctorados y 11 posgrados a distancia.

Para Nodocentes de la UBA, existe una Tecnicatura en Administración Universitaria (TAGU) y una Licenciatura en Gestión y Administración de Universidades (LIGU). Asimismo, existen casi 2500 becas para terminar la educación superior.

En el ámbito de la investigación, existen 1.800 grupos de investigación radicados en UBA en la actualidad, así como más de 1.550 grupos de investigación financiados directamente por la UBA en programas de temas generales, desarrollos estratégicos, interdisciplinarios y clínicos.

A esos números, se agregan más de 5.400 investigadores formados radicados en UBA y más de 6170 investigadores en formación cursando programas de maestría y doctorado.

La Universidad, actualmente desarrolla 5 Programas interdisciplinarios de impacto social: Energía, Cambio Climático, Marginaciones Sociales, Desarrollo y Transporte. En el área de la cultura y deportes, la UBA cuenta con el Centro Cultural Rector Ricardo Rojas, Museos, archivo histórico, centros culturales en las Facultades, la Editorial Universitaria de Buenos Aires (Eudeba), Cine Cosmos UBA, Radio UBA 87,9, campos de deportes.

*Universidad de Buenos Aires*





# ARIEL RAMIREZ



Ramírez nació el 4 de septiembre de 1921 en la ciudad de Santa Fe, donde se formó musicalmente, para luego estudiar composición en Buenos Aires con Luis Gianneo, Guillermo Graetzer y Erwin Leuchter.

A los 20 años e impulsado por Atahualpa Yupanqui, quien lo escuchó en Córdoba (y con quien en 1980 compusiera el aire de milonga dedicado a las Malvinas, "La hermanita perdida"), emprendió una larga temporada de viajes por el centro y noroeste del país para respirar las músicas regionales y tras dos temporadas de investigación en territorio, se radicó en Buenos Aires, donde tuvo contrato permanente en radio El Mundo y protagonizó muchas presentaciones.

De esa regular y reconocida presencia empezó a grabar discos, entre ellos uno de 1946 para RCA Victor, en el que registró uno de sus temas emblema, la zamba "La tristecita", con letra de María Elena Espiro.

En 1950 viajó a Europa, donde permaneció alrededor de cuatro años con residencia permanente en Roma y actividad regular en salas de Austria, Alemania, Holanda, Bélgica, España e Inglaterra; luego pasó un año en Lima, Perú; y a su vuelta fundó la Compañía de Folklore Ariel Ramírez para llevar adelante un espectáculo coreográfico musical convocando a artistas de distintas regiones del país y desde donde dio impulso y cobijo a Jorge Cafrune, Jaime Torres, Raúl Barboza y Los Fronterizos, entre más.

Por entonces ya había iniciado sus encuentros creativos con Félix Luna, junto a quien compuso una imponente obra que forma parte del acervo de la canción popular.

"Navidad nuestra", "La peregrinación", "Los caudillos", la "Cantata Sudamericana", "Antiguo dueño de las flechas (indio toba)" y la enorme "Mujeres argentinas", surcada por los temas "Alfonsina y el mar", "Juana Azurduy", "Gringa chaqueña", "Rosarito Vera, maestra", "Dorotea, la cautiva", "Manuela, la tucumana", "Las cartas de Guadalupe" y "En casa de Mariquita", cuya primera voz fuera Mercedes Sosa para el álbum homónimo de 1969, son parte de esa producción.

Pero, además, Ramírez puso su inspirado piano en conexión con otros poetas como Guiche Aizemberg ("Los inundados" y "Tríptico mocoví"), Miguel Brascó ("Agua y sol del Paraná") o Armando Tejada Gómez ("Volveré siempre a San Juan" y "Allá lejos y hace tiempo"), entre otras experiencias notables.

## LA MISA CRIOLLA

En 1964 la compañía discográfica Philips dio a conocer el álbum Misa Criolla, resultando inmediatamente un éxito mundial. Esta obra fue realizada en base al texto castellano redactado por la Comisión de las Iglesias de América latina, después de que el Concilio Vaticano II dispusiera la realización de los oficios religiosos en los lenguajes vernáculos, abandonando el uso exclusivo del latín, y contó con el apoyo y colaboración del sacerdote Osvaldo Catena, asesor de Liturgia para América Latina, el sacerdote Jesús Gabriel Segade (director de la Cantoría de la Basílica del Socorro) y del sacerdote Alejandro Mayol.

Editada al año siguiente, Misa Criolla. Para tenor, coro mixto, percusión, instrumentos andinos y clave o piano, presenta un notable conjunto de inspiradas melodías originales de su autor, basadas en ritmos regionales de la tradición musical argentina e hispanoamericana. La interpretación está a cargo de un solista, un coro de voces mixtas, piano y un conjunto instrumental basado en medios sonoros ligados a la etnofonía americana en el que figuran charango, quena y siku, entre otros.





Consta de cinco partes de la liturgia común:

Kyrie baguala-vidala2

Gloria carnavalito-yaraví

Credo chacarera trunca

Sanctus carnaval cochabambino

Agnus Dei estilo pampeano

Misa Criolla marcó la irrupción en el mundo de la música litúrgica argentina con un nivel artístico que le permitió ser admirada por sectores del público europeo, americano y de otras latitudes.



El estreno público se realizó en la ciudad alemana de Stuttgart, el 9 de marzo de 1967, en la Mozart-Saal de Liederhalle, con la participación del hoy disuelto grupo Los Fronterizos, Ariel Ramírez, Chito Zeballos, Luis Amaya, Jaime Torres, Domingo Cura y el Coro Easo y Maitea con la dirección del Maestro Bastida.



Se ejecutó por primera vez en el Teatro Colón de Buenos Aires con versión escénica a cargo de Roberto Oswald y Aníbal Lápiz, y quince días después en el Avery Fisher Hall en el Lincoln Center de Nueva York, y en la catedral de San Patricio de la misma ciudad. Aquella versión contó con el propio Ariel Ramírez (piano), Zamba Quipildor (voz), Jaime Torres (charango) y su conjunto, con Domingo Cura (percusión), Jorge Padín y el Coro Banco de la Provincia de Buenos Aires, dirigido por Fernando Teran. De difusión internacional, fue editada en más de 40 países con más de 3 millones de placas discográficas y fue cantada, entre otros, por George Dalaras, Mercedes Sosa y José Carreras (Plácido Domingo cantaba el Kyrie con Dominic Miller).

Participó en los festivales folclóricos más importantes de Argentina, como Cosquín y Jesús María.



El día Viernes 12 de diciembre de 2014, la Misa Criolla fue interpretada en la Basílica de San Pedro, en el Vaticano, dirigida por Facundo Ramírez, hijo del autor, e interpretada por Patricia Sosa y el coro romano Música Nuova. Este concierto fue organizado por el Ministerio de Cultura de la Nación y se encontró presente en el mismo la Ministra de Cultura Teresa Parodi. La celebración fue en marco de los actos en honor a Nuestra Señora de Guadalupe y dicho evento fue presidido por el papa Francisco.

Ramírez, además, escribió trabajos de carácter didáctico como los "15 estudios para piano sobre ritmos y formas de la tradición musical argentina" y las "Canciones provincianas, para voces iguales".

Murió el 18 de febrero de 2010, a sus 88 años, en la localidad bonaerense de Monte Grande a causa de problemas renales y arrastrando también problemas neurológicos, pero lo descomunal de su legado sonoro lo mantiene vigente e inmortal.



# BENEFICIOS DE TOMAR AGUA



¿Lo tuyo no es el agua? Si estás buscando motivación para empezar a consumir más líquidos has llegado al espacio indicado. Te presentamos solo 17 beneficios de los muchos que tiene el consumo de agua para tu salud y bienestar en general.

Por algo durante toda tu vida has escuchado que debes tomar mínimo ocho vasos de agua al día, cuando el río suena, piedras lleva...

## 1. EL AGUA AYUDA A TUS RIÑONES

Por tus riñones pasa la principal toxina del cuerpo, el nitrógeno ureico en sangre, este es un desecho soluble en agua que es excretado en la orina. Esto quiere decir, que necesitas suficiente agua en tu organismo para que se realice este proceso de la forma correcta.

“Tus riñones hacen un trabajo increíble de limpieza. Cuando estás recibiendo suficientes líquidos, la orina fluye libremente, es de color claro y libre de olor. Cuando el cuerpo no recibe suficientes líquidos, la concentración de orina, el color y el olor aumentan porque los riñones atrapan líquido extra para las funciones corporales”, explicó el nefrólogo Steven Guest

## 2. MANTIENE LA TEMPERATURA CORPORAL

Este es un beneficio especialmente importante para nuestros lectores amantes del ejercicio o que viven en lugares cálidos. ¡La hidratación es crucial para mantener tu temperatura corporal!

Tu cuerpo pierde agua a través del sudor durante la actividad física y en ambientes calurosos. Esa sudoración funciona como un mecanismo para mantener tu cuerpo fresco, pero tu temperatura corporal aumentará si no repones el agua que pierdes. ¿Por qué ocurre esto? Lo que pasa es que tu cuerpo pierde electrolitos y plasma cuando está deshidratado, es por eso que si estás sudando más de lo habitual, debes tomar mucha agua.

## 3. AYUDA A TENER UNA PIEL SAN Y BELLA

Beber agua durante todo el día permite que tu cuerpo sude, lo que hace que se abran tus poros y se limpie tu piel.

“la deshidratación hace que la piel se vea más seca y arrugada, lo que puede mejorarse con una hidratación adecuada”, explica el dermatólogo Kenneth Ellner.

El consumo de agua potable libera del exceso de suciedad y actúa como un hidratante natural para la piel, dándole ese brillo que todos queremos.

## 4. PROTEGE LA MÉDULA ESPINAL Y OTROS TEJIDOS SENSIBLES

La médula espinal transmite al cerebro todos los estímulos que recibimos como la temperatura o los sabores, es decir, nos conecta con nuestro entorno, nos permite percibir y disfrutar el mundo. Por su parte, el agua lubrica y amortigua esta estructura del sistema nervioso central y a otros tejidos.

## 5. LUBRICA Y AMORTIGUA LAS ARTICULACIONES

Las articulaciones como rodillas o codos también desempeñan un rol clave, unen los huesos del cuerpo para que nos podamos mover de forma libre y constante. Tomar agua ayuda a lubricar y a amortiguar estas articulaciones para que puedas disfrutar de hacer ejercicio y disminuir las molestias causadas por condiciones como la artritis.

## 6. EL AGUA PUEDE AYUDAR A CONTROLAR LAS CALORÍAS

Los alimentos con alto contenido de agua tienden a verse más grandes, su tamaño hace que sea necesario masticarlos más, además, son absorbidos lentamente por el cuerpo, lo que da sensación de llenura.

Algunos de estos alimentos son frutas, verduras, sopas a base de caldo, avena y frijoles.

## 7. PREVENIR EL ESTREÑIMIENTO

El agua facilita que se disuelvan las partículas de desecho y las pasa suavemente a través del tracto digestivo.

Por el contrario, si estás deshidratado, tu cuerpo extrae agua de las heces para mantener la hidratación, dejando el colon seco y haciendo más difícil pasar residuos.





## 8. LLEVA NUTRIENTES Y OXÍGENO A LAS CÉLULAS

Consumir suficiente agua diariamente mejorará tu circulación y tendrá un impacto positivo en tu salud en general, puesto que el agua lleva nutrientes valiosos y oxígeno a todo tu cuerpo.

## 9. NORMALIZA LA PRESIÓN ARTERIAL

¡No hay duda! Sí hay relación entre el consumo de agua y la presión arterial. Los pacientes con anomalías de la presión arterial pueden recurrir a un vaso grande de este líquido para ayudar a regular su presión.

## 10. ELIMINA BACTERIAS DE LA VEJIGA

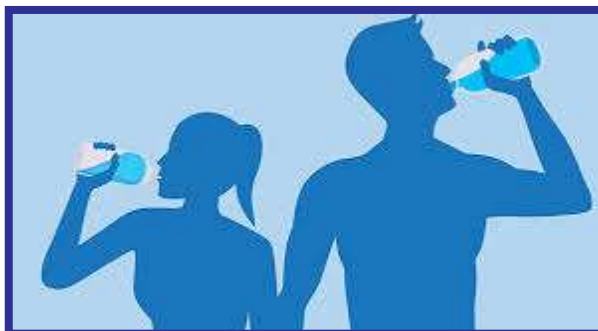
En términos generales, beber mucha agua todos los días mantiene a la vejiga activa y libre de bacterias. Y si de forma particular, tienes una infección urinaria, es aún más importante que bebas mucha agua durante el tratamiento y después de él porque cada vez que orinas, la vejiga se limpia un poco más.

## 11. TOMAR AGUA CON FRECUENCIA PROTEGE ÓRGANOS

Beber la cantidad recomendable de agua hace que el hígado, los riñones, el sistema digestivo e inmunológico cumplan muy bien con sus funciones. Un consumo equilibrado de este líquido puede reducir el riesgo de presentar enfermedades en estos órganos.

## 12. MEJORA TU MENTE

¡Beber agua es genial para la mente! Cuando estás deshidratado, los órganos en el cuerpo, incluyendo el cerebro, pierden lubricación y oxígeno. El agua ayuda a restaurar nutrientes, líquido y oxígeno al cerebro para que pueda interpretar e interactuar mejor con los estímulos. Mejora tus habilidades para resolver problemas con una hidratación constante, ¡tu mente estará más activa y sensible!



## 13. AUMENTA TU RENDIMIENTO FÍSICO

No solo el agua mantiene la mente alerta, sino que también ayuda a mejorar el movimiento físico de nuestros cuerpos. El agua ayuda a restaurar los nutrientes de los músculos y las células. Los nutrientes ayudan a revitalizar las células para que los músculos puedan volverse más ágiles durante la actividad física.

## 14. INCREMENTAR EL CONSUMO DE AGUA MEJORA TU ESTADO DE ÁNIMO

El aumento de la ingesta diaria de agua mejora el estado de ánimo, lo que se expresa en menos fatiga, menos confusión, menos sed y menos sueño. ¡Qué maravilla! Por el contrario, quienes reducen su consumo habitual de agua suelen tener más sed, menos calma, vigor y menos emociones positivas. ¡Anímate a tomar más agua en tu día a día!

## 15. MÁS BENEFICIOS DE TOMAR AGUA: AYUDA A CREAR SALIVA

La saliva es esencial para descomponer los alimentos sólidos y mantener la boca saludable. Tu cuerpo generalmente produce suficiente saliva con el consumo regular de líquido.

## 16. TOMAR AGUA AYUDA A SUPERAR PRONTO LA GRIPE

El agua es el mejor líquido que puedes tomar cuando tienes un resfriado o gripe. Lubrica las membranas mucosas de la garganta. Afloja el moco en la nariz y alivia la congestión. Asegura que el cuerpo pueda defenderse eficazmente contra el frío o la gripe.

Beber mucha agua es importante para asegurar una rápida recuperación del resfriado y la gripe.

## 17. AHORRA TIEMPO Y DINERO

En lugar de pasar varios minutos preparando un jugo y luego lavando la licuadora, consume agua. Acompañar tus comidas con este líquido te estará ahorrando mucho tiempo y será beneficioso para tu salud. Por supuesto, esto también implica una disminución de dinero, ya no tendrías que comprar azúcar, endulzante o frutas congeladas. Estarías ahorrando los jugos en caja y las botellas de 3 litros de gaseosa que hacen parte de tu mercado.





## MISIONES JESUÍTICAS

### El Paso del Papa Francisco en la ciudad de Santa Fe



La Manzana Jesuítica es un sitio de cultura viva y un patrimonio inigualable y diferenciador de los inmuebles jesuitas en el ámbito nacional. Allí se encuentra el Santuario Nuestra Señora de los Milagros, que es el más antiguo de la provincia y que conserva en su interior el cuadro milagroso original de 1636.

Otro punto de interés es el Colegio Inmaculada Concepción, primer colegio jesuita del país. Su antiguo patio de clausura y su capilla doméstica vieron transitar al Papa Francisco en sus años de formación como maestrillo y, además, en los niveles superiores se puede visitar el sector del Observatorio y el Museo de la Manzana Jesuítica de Santa Fe.

### COLEGIO INMACULADA CONCEPCIÓN

Esta institución con más de 400 años, albergó durante los años 1964 y 1965 a Jorge Bergoglio durante su formación como párroco y Maestrillo.

En 1610 junto al río llegaron los padres jesuitas para levantar su templo y colegio junto a la plaza principal. Allí impartirán la enseñanza elemental y superior.

Con la expulsión de la Compañía de Jesús, en 1767, se cierra el colegio y el templo es encargado a los padres mercedarios. Tras los duros años de la emancipación y luchas por la organización nacional, los gobernantes solicitan la presencia de los padres jesuitas en Santa Fe. El 9 de noviembre de 1862 se reabre el Colegio «bajo la advocación de la Concepción Inmaculada de Nuestra Señora», comenzando una etapa de expansión y reconocimientos.



### HABITACIÓN DEL PAPA FRANCISCO

En 1964 y 1965 Jorge Mario Bergoglio, hoy el Papa Francisco, enseñó literatura española y oratoria en el Colegio de la Inmaculada Concepción.

Actualmente, se encuentra recreada en una gran sala en la planta alta junto a numerosas fotografías de su infancia. Se trata de una habitación sencilla con una cama y un escritorio pero colmada de humildad, como la cruz de madera que lleva sobre su corazón.

## IGLESIA JESUÍTICA NUESTRA SEÑORA DE LOS MILAGROS



La Iglesia de Nuestra Señora de los Milagros ubicada en la Manzana Jesuítica de la ciudad forma parte del circuito turístico “Paso del papa Francisco en la Ciudad de Santa Fe”. La misma data del año 1660 por lo que se constituye en la más antigua de las subsistentes en la provincia y pertenece a la Compañía de Jesús.

Entre sus reliquias se destacan el cuadro milagroso de la Virgen de la Pura, Limpia e Inmaculada Concepción de María, pintada en Santa Fe por el Hno. L. Berger en 1634.

La historia del “milagro del cuadro” constituye hoy un relato apasionante para los visitantes que hoy llegan hasta aquí y escuchan los hechos que cuentan las guías del lugar y que se encuentran registrados en las actas notariales que se guardan en el colegio y en el Vaticano. Otros elementos de interés son los confesionarios y el púlpito tallados a mano por los aborígenes de las reducciones jesuíticas de Misiones.



El 9 de mayo de 1636, en el templo jesuita, un acontecimiento extraordinario conmocionó a todos y se inscribió en la memoria de los santafesinos. De un lienzo pintado con la imagen de la Virgen Inmaculada comenzó a brotar agua cual milagroso sudor o manantial inagotable.

Los sacerdotes dieron cuenta del prodigio y en medio de los clamores de la gente que concurrió se enjugaron algodones y lienzos, que fueron atesorados como reliquias.

Hoy, la Iglesia es el único edificio colonial que subsiste del amplio conjunto jesuítico que alojó las actividades del período colonial y fue declarada Monumento Histórico Nacional en 1942.



# CLAVES PARA HACER UNA COMPRA MÁS SOSTENIBLE

Cada vez que vamos al supermercado tenemos una oportunidad para hacer el bien o el mal al planeta. Todo depende de si escogemos las opciones más respetuosas o más dañinas con el medioambiente.

Toma nota de estas 10 claves para hacer la compra de una manera más sostenible.



## Intenta evitar el plástico ante todo

La cantinela de siempre es más válida que nunca: intenta consumir menos plástico en cualquiera de sus formas siempre que puedas.

Empieza por decir no a las bolsas tratando de llevar contigo un cesto, un carro, bolsas de tela o bolsas que ya tengas en casa y puedas reciclar.

Prosigue la lucha contra el plástico optando por productos frescos sin plástico. De hecho, lo mejor es buscar un supermercado que intente reducir el plástico en sus estantes.

## Elige el vidrio frente a las latas

Aunque el plástico está en el punto de mira, las latas no se quedan atrás. Primero, porque son de un solo uso. Y, segundo, porque entre sus componentes se encuentra el aluminio, producido a partir de la bauxita, que es un recurso no renovable cuya explotación ha dañado, por ejemplo, grandes áreas de la selva amazónica.

Por si fuera poco, para la producción de aluminio se requiere una gran cantidad de energía eléctrica (15.000 kW/h por cada tonelada) y su producción genera residuos minerales y gases como el dióxido de azufre, fluoramina o vapores de alquitrán.

La buena noticia es que casi todo lo que viene enlatado, como el atún o los espárragos, también se vende en frascos de cristal, que pueden reutilizarse o reciclarse al 100%.

## Consume a granel

Si puedes comprar algo a granel, hazlo. Sean frutas, frutos secos, cereales o incluso detergente lavaplatos. “Pero igualmente tengo que ponerlos en una bolsa o recipiente de plástico”. Pues, sí y no.

Por un lado, imagínate que quieres comprar 400 gramos de cacahuets. Tienes la opción de coger dos envases de cacahuets o llenar una bolsa con 400 gramos. Lo segundo, por supuesto, es preferible.

Y mejor aún es reutilizar bolsas o llevar tus propios envases, tarros de cristal reciclados o bolsas de tela. Las tiendas a granel, que han vuelto con fuerza, y algunos supermercados también hacen posible que sus clientes usen envases o bolsas propias en la sección carnicería, pescadería y frutas y verduras.

Eso sí que es pensar en la sostenibilidad.

## Compra productos de proximidad

Esos aguacates y mangos no vienen envueltos en plástico: ¿son sostenibles? Depende de cómo lo mires. A no ser que hayan sido cultivados en el país, donde están disponibles durante sus respectivas temporadas, las frutas tropicales vienen de muy lejos, por lo que probablemente se ha consumido bastante combustible fósil para transportarlos hasta tu barrio.

Ambas frutas son maravillosas pero si queremos ser más sostenibles estaría bien tener presentes las frutas cultivadas más cerca de nuestra casa, que a veces las olvidamos y son igual o más ricas si están en temporada.







## Come de temporada

Saber en qué meses tal y tal fruta se cosecha en nuestro país debería ser algo que se enseñara en las escuelas. Teniendo claro las temporadas de frutas, verduras podemos hacer una compra más sostenible y que de verdad cumpla con el mandamiento anterior.

Añade a favoritos una Guía de Productos de Temporada para tenerlos siempre presentes.

## No tires

La primera clave para ser una persona sostenible es consumir lo menos posible. Esto implica evitar comprar cosas que no necesitas o, en este caso, cantidades de comida que sabes del cierto que te va a ser imposible acabarlas o reciclarlas antes de que se pongan malas.

Para ello, intenta planificar bien tu compra para no tener que tirar nada. Somos conscientes que, a veces, esto puede ser un poco difícil, así que puedes buscar un menú semanal para terminar de una vez con todas con el despilfarro alimentario de tu casa.

## Lee las etiquetas

Aparte de comprender si un producto es sano o no, leyendo la etiqueta puedes encontrar información sobre si es más o menos sostenible. En 2018, la Comisión Europea aprobó que, además de la carne de ternera, las frutas y las verduras, el aceite de oliva, la miel y los casos que lleven a confusión, todos estos alimentos debían indicar su origen: la carne de cerdo, de cordero, de cabra, de aves de corral y el pescado. Además, España añadió que también la leche y los productos lácteos debería añadir en su etiquetado el país de origen.



## Come más alimentos de origen vegetal

Lo sabemos: el ritmo de producción actual de la industria cárnica es insostenible. Tenemos ejemplos de su impacto en el medioambiente en áreas como el Golfo de México, donde los residuos que genera la actividad granjera a tal escala ha causado una zona muerta, donde apenas hay vida, en el mar.

## Escoge pescado sostenible

Debido a la preocupación de la comunidad científica, las organizaciones no gubernamentales, y los consumidores, surgió la necesidad de conocer y difundir acerca de la sustentabilidad de los recursos pesqueros.

Así, hoy existen en el mundo varias iniciativas que evalúan el funcionamiento de cada una de las pesquerías, catalogándolas para que el comprador y el consumidor sepan cómo ha llegado su pescado desde el mar. Una de ellas es la certificación de las pesquerías que realiza por ejemplo el Marine Stewardship Council (**MSC**)

Conocer cómo se extrae el pescado que llevamos a nuestra mesa implica que sigamos su *trazabilidad*, una tarea compleja en el caso de los productos marinos, pero que nos ayuda a poder elegir y premiar a aquellos pescadores e intermediarios comprometidos por la sustentabilidad de los recursos.

## Pide sostenibilidad a tu supermercado de confianza

Es cierto que los consumidores tenemos una gran responsabilidad con el planeta al elegir cómo, qué y dónde compramos. Sin embargo, los supermercados pueden marcar una gran diferencia implementando medidas que sean respetuosas con el planeta.

Compra allí donde consideres que se toman en serio el cuidado del medio ambiente y se preocupan por ofrecer un servicio y unos productos cada vez más sostenibles. Cada pequeño gesto del consumidor cuenta.

## Torta Banoffee

### Ingredientes:

Para la base tenés dos opciones: simple o más elaborada.

Versión simple: 200 g de galletitas de vainilla, 100 g de manteca.

Versión elaborada: masa sucrée: 250 g de harina 0000, 100 g de azúcar impalpable, 105 g de manteca, 4 yemas, una cucharadita de extracto de vainilla.

### Para el relleno:

450 g de dulce de leche repostero,  
2 bananas grandes.

Para la decoración: 300 g de crema, 50 g de azúcar, cacao amargo.



### Procedimiento:

Colocar en un bol la harina y el azúcar previamente tamizados y realizar un sableado/ arenado con la manteca bien fría y cortada en cubos pequeños.

Añadir las yemas y la vainilla y mezclar (no en exceso para no activar el gluten). Realizar un fraissage (en la mesada, generar presión sobre la masa con la palma de la mano) y llevar a descansar a la heladera por un par de horas.

Estirar la masa a unos 3/4 mm y fonzar (forrar) un aro de 20 cm de diámetro. Llevar a enfriar nuevamente y cocinar en horno precalentado a 170 grados hasta dorarla. Dejar enfriar.

-rellenar con el dulce de leche y las bananas cortadas finas.

Para la decoración: batir la crema con el azúcar hasta un poco antes que llegue a Chantilly, colocar en una manga y decorar a gusto. Espolvorear con cacao amargo.

### Tips:

-rociar las bananas con un poco de jugo de limon para que no se oxiden.

-yo uso un aro microperforado, que permite la difusión uniforme del calor durante el horneado.

-cuando preparás la crema Chantilly es conveniente que esté bien fría antes de montarla (como así también el bol).

A disfrutar



**Cecilia Szyszkowsky**  
*Chef Pastelera Cordon Bleu*  
*Delegada de Liga de Madres en la Umofc*  
*Integrante del Equipo Premios*  
*Santa Clara de Asis.*

### **Bombones estilo Cabsha**

de chocolate cobertura amargo, con leche y blanco rellenos con dulce de leche y Rhum

Estos bombones recuerdan a una de las famosas golosinas argentinas: los bocaditos Cabsha. Yo en lugar de prepararlos como la tradicional golosina, los reversioné en forma de bombones. También los hice en diferentes chocolates cobertura y a algunos los decoré con nueces caramelizadas, porque me encanta la combinación nueces-dulce de leche.

#### **Ingredientes:**

- Cápsulas para bombones
- 200 g de dulce de leche repostero
- 3 cucharas soperas de Rhum (Ron)
- chocolate para bañar las cápsulas.



#### **Procedimiento:**

Es muy simple de hacer. Hay que mezclar e integrar muy bien el dulce de leche con el Rhum. Volcar la preparación en una manga pastelera y rellenar las cápsulas para bombones. Finalmente bañarlas con el chocolate derretido.

A disfrutar

Tips:

- le incorporé a la mezcla del dulce de leche un poco de glucosa.
- utilizo siempre chocolate cobertura para mis bombones, pero se puede usar también baño (aunque la calidad es menor y es diferente el sabor).












1	2	3		4	5		6	7		8
	9		10				11		12	
13			14			15			16	
17		18			19			20		
		21		22				23		24
25	26					27	28			
29				30	31					
	32		33				34		35	
36			37			38			39	
40		41			42			43		
		44						45		

32 horizontal



### HORIZONTALES

1. (... Jones) Índice de la Bolsa de Nueva York. 4. Que dura un año. 9. Aborigen neocelandés. 11. Planta gramínea. 13. Prefijo que significa «carencia». 14. Asiento sin respaldo. 16. *El mago de...* 17. Lazo. 19. Profeta menor engullido por un pez. 21. Agradar, complacer. 23. Abreviatura que indica «persona muy importante». 25. Probar, saborear. 27. Carta de la baraja. 29. Undécima consonante. 30. Ósea. 32. (... Piaf) Nombre de la cantante francesa. 34. Embarcación malaya. 36. Iniciales de Jong, escritora de EE. UU. 37. Síncopa de «señora». 39. Símbolo químico del zinc. 40. (Billy...) Cantante estadounidense. 42. Isla griega. 44. (Franz...) Escritor checo. 45. Iniciales de Bemberg, cineasta argentina.

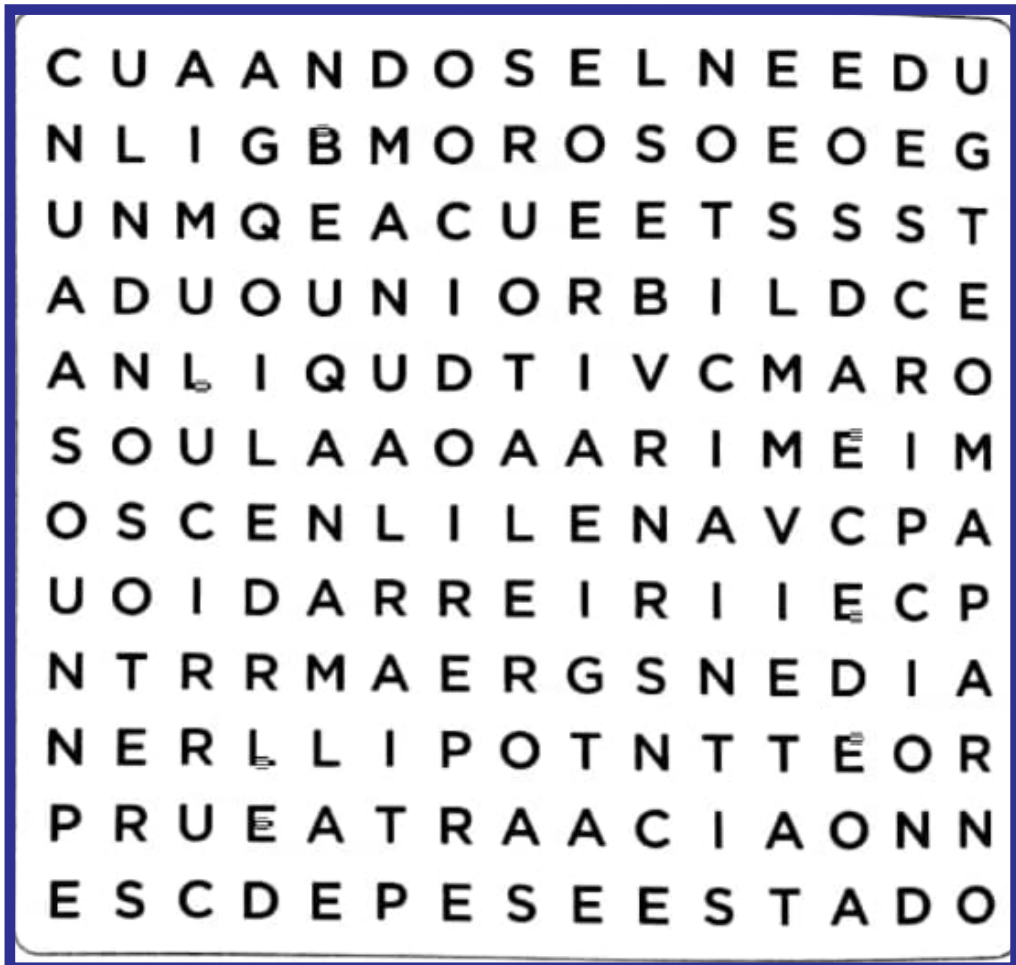
### VERTICALES

2. Prefijo que significa «todo». 3. Iniciales de Allen, cineasta estadounidense. 4. Piedra sagrada del altar. 5. (*Las tortugas...*) Personajes de la TV. 6. Dios egipcio de origen tebano. 7. Símbolo químico del litio. 8. Sonido que produce el aire al salir de la laringe. 10. Hoja delgada de masa de harina y agua, cocida en molde. 12. (... Broz) Político yugoslavo. 13. Extremo superior de una cosa. 15. Instrumento musical de viento. 18. (Michael...) Cineasta estadounidense director del film *Enigma*. 20. Arreglar, componer. 22. Modo de caminar acelerado de los caballos. 24. (Juan Domingo...) Expresidente argentino. 26. Agregado a otra cosa, anexo. 28. Hacer madeja en el aspa. 31. Colapso, conmoción. 33. Porción de tierra rodeada de agua. 35. Del color del cielo. 36. Línea recta que pasa por el centro de un cuerpo. 38. (Augusto... Bastos) Novelista paraguayo. 41. Iniciales de Kusturica, cineasta serbio. 43. Símbolo químico del fermio.

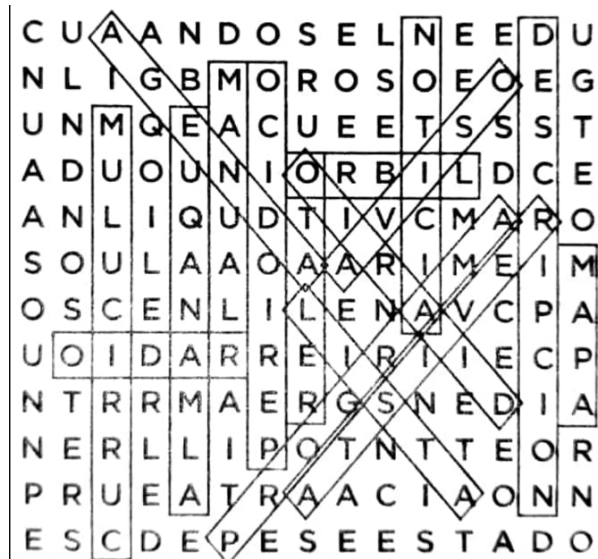


# SOPA DE LETRAS

- AGENDA
- ALMANAQUE
- AVISO
- CURRÍCULUM
- DESCRIPCIÓN
- DIARIO
- LIBRO
- LISTA
- MANUAL
- MAPA
- NOTICIA
- PERIÓDICO
- PROGRAMA
- RADIO
- RELATO
- REVISTA



## Soluciones





## COLOCAR EL LOGO COMO IMAGEN, Y/ O DE UNA FAMILIA

Durante los días 28, 29 y 30 de septiembre en la Pontificia Universidad Católica Argentina se realizará la “Semana de la Familia UCA” FAMILIA: VOCACIÓN Y TAREA, en el marco del año “Familia Amoris Laetitia” y en preparación al X Encuentro Mundial de Familias: “El amor familiar: vocación y camino de santidad”

La organización y convocatoria está a cargo del Instituto para el Matrimonio y la Familia de la Universidad. El objetivo es, además de integrar a las distintas unidades académicas de las sedes de Buenos Aires, Mendoza, Paraná y Rosario, resaltar la misión de la familia en la cotidianidad, con su fragilidad y fortaleza, en el camino a la santidad, vocación de toda persona. Las diversas temáticas serán abordadas multidisciplinariamente por especialistas que tratarán sobre el fortalecimiento de la familia en la fragilidad, mujer y economía familiar, preparación al matrimonio o cómo forjar los vínculos intergeneracionales, entre otros temas. Contará con la participación del Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida, la presencia de Monseñor Alberto Bochatey, Obispo Auxiliar de La Plata y de Monseñor Ernesto Giobando, Vicario Episcopal Vicaría Flores, de la Vida Consagrada y de la Vicaría de Niños.

Para más información escribir a [matrimonio\\_familia@uca.edu.ar](mailto:matrimonio_familia@uca.edu.ar)

## CENTRO SANTA TERESA DE CALCUTA

El miércoles 8 de septiembre, Día de la Natividad de la Virgen María, se realizó la presentación del Centro de estudios y promoción de los derechos de la familia “Santa Teresa de Calcuta”. Este centro nace en la Facultad de Derecho de la Pontificia Universidad Católica Argentina, por iniciativa del Dr. Pablo Garat, Decano de dicha unidad académica. El Instituto para el Matrimonio y la Familia de la UCA ha sido convocado a participar y con inmensa alegría se ha puesto a disposición para colaborar en el fortalecimiento, acompañamiento y promoción de la familia.

En la presentación se expresó: *“Amoris laetitia 181 nos dice que La familia no se debe pensar a sí misma como un recinto llamado a protegerse de la sociedad, aunque esta pareciera ser la estrategia más común para defenderse de las amenazas que intentan derrumbarla. La familia expresa el nexo de diálogo entre lo público y lo privado. Ahora bien, el diálogo solo es posible cuando se respeta y se comunica la verdad de lo que las cosas son. En el ámbito de la familia, comunicar la verdad significa sostener el valor del matrimonio entre un varón y una mujer, el valor de la apertura y sostenimiento de la vida, de la reciprocidad y corresponsabilidad familiar, del trabajo, de la educación y de la vivienda para un desarrollo digno y en paz de la persona y de la sociedad. La familia no puede limitarse a replegarse sobre sí misma, sino que su misión es batallar, el buen combate, por la consecución del bien común.”*

Rogamos a Santa Teresa de Calcuta, que nos ayude a caminar al encuentro con las familias, con misericordia y alegría.



### CENTRO SANTA TERESA de CALCUTA

Centro de estudios y promoción de los derechos de la familia



PRESENTACIÓN  
8 DE SEPTIEMBRE DE 2021 | 18:30H



MODALIDAD VIRTUAL | TUTORÍAS PERSONALES



### MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR NATURAL

Módulo del curso Trayecto Formativo En Torno A La Fertilidad.

**INICIO**  
22 de septiembre

**DURACIÓN**  
1 mes

**DESTINATARIOS**

Personas interesadas en aprender sobre fertilidad, docentes, formadores, orientadores, tutores, agentes, pastorales, profesionales de la salud.

Actividad arancelada con inscripción previa

MODALIDAD VIRTUAL | TUTORÍAS PERSONALES



### ANTICONCEPCIÓN

Módulo del curso Trayecto Formativo En Torno A La Fertilidad.

**INICIO**  
27 de octubre

**DURACIÓN**  
1 mes

**DESTINATARIOS**

Personas interesadas en aprender sobre fertilidad, docentes, formadores, orientadores, tutores, agentes, pastorales, profesionales de la salud.

Actividad arancelada con inscripción previa

### CURSOS PRESENCIALES

Preparación al Matrimonio

Familia y Ancianidad. Cómo cuidar a nuestros ancianos

Programa Senior. Fortalecer y renovar el proyecto de vida

Talleres de Capacitación para acompañamiento pos aborto. Proyecto Esperanza

Programa de Fortalecimiento Familiar

Cursos 2do cuatrimestre

Modalidad virtual

Adquiriendo Herramientas para acompañar a la familia. Nivel II	Duración: 3 meses. Inicia el 10 de agosto
Visión Positiva del Conflicto. Estrategias para resolverlo	Duración: 1 mes. Inicia el 13 de agosto
Planificación Familiar Natural. Nivel II	Duración: 3 meses. Inicia el 10 de agosto
ESI. Aproximaciones para la interpretación y abordaje de los NAP	Duración: 1 mes. Inicia: 26 de agosto

*Módulos del Trayecto en torno a la Fertilidad*

- Reconocer la fertilidad: oportunidad y derecho de toda mujer. Duración: 1 mes. Inicia el 18 de agosto
- Métodos de Planificación Familiar Natural. Duración: 1 mes. Inicia el 22 de septiembre
- Anticoncepción. Duración: 1 mes. Inicia el 27 de octubre

### CURSOS EN PLATAFORMA VIRTUAL

Planificación Familiar Natural. Nivel I y II

Diplomado en Educación Integral de la Sexualidad:  
Módulo de fundamentación y Módulos por niveles educativos: Inicial-Primario -Secundario

Adquiriendo Herramientas para acompañar a la Familia. Nivel I y II

Visión Positiva del Conflicto. Estrategias para resolverlo

Forjar hábitos. Estrategias para mejorar la vida familiar

"Adolescentes en casa: Un desafío para crecer"

Trayecto Formativo en torno a la Fertilidad:  
-Reconocimiento de la fertilidad  
-Anticoncepción  
-Métodos de Planificación Familiar Natural

### SERVICIOS

Gabinete de Reconocimiento de la Fertilidad y Métodos de Planificación Familiar Natural

Gabinete de Acompañamiento y Orientación Familiar

Acompañamiento pastoral pos aborto. Proyecto Esperanza

Talleres y Charlas en el país y en el exterior

matrimonio\_familia@uca.edu.ar  
www.uca.edu.ar/imf  
0810-2200-822 Int. 2827 / 2764

## Informes e inscripción INSTITUTO PARA EL MATRIMONIO Y LA FAMILIA

✉ matrimonio\_familia@uca.edu.ar  
☎ 0810-2200-822 (int 2827 / 2764)

🌐 www.uca.edu.ar/imf



**70**  
1951-2021  
**ANIVERSARIO**



**ORACION DE LA LIGA DE MADRES  
DE FAMILIA**

Señor, vamos a reunirnos  
en tu nombre,  
Queremos descubrir juntas,  
Tu voluntad sobre nosotras.

Te pedimos nos ilumines  
Para ver claramente  
El sentido de tu Evangelio.

Danos la Gracia  
de saber descubrir,  
El sentido de tu entrega  
en la Cruz;

Que nuestro trabajo  
sirva para continuar  
La redención que  
comenzaste en Nazareth.

Ayúdanos Señor,  
Para que todas las madres unidas,  
defendamos nuestras familias,  
combatiendo todo aquello  
que pueda destruirla,  
y apoyando todo lo que favorezca  
su estabilidad y fecundidad.

Te pedimos ilumines  
nuestra inteligencia para ver,  
a partir de este encuentro  
lo que debemos hacer  
Para que lo que hagamos,  
sea consecuente con el Evangelio

María, Madre de Jesús  
y Madre de la Iglesia,  
Camina con nosotros  
nuestros pasos de peregrinos  
y bendícenos.

