

# TRIBUTO

VOLUMEN 1

AÑO 1

No.1


JULIO 2002



## Editorial

Por naturaleza, la vida no alcanza para realizar todo lo que planeamos, lo sabemos. Por ello queremos aprovechar el tiempo de hoy para conocernos más con nuestros clientes y evitar hacerlo hasta llegado un momento difícil. Queremos estar cerca,

sentirnos en familia, convertirnos en un enlace de ideas sobre tópicos y puntos interesantes sobre algo que nos atañe a todos, por igual: la vida.

A partir de esta publicación, nos comprometemos a que TRIBUTO llegue a su casa cada cuatro meses, cada vez con la intención de estar más cerca de usted y de su familia. Hasta entonces. 

Cuando tratamos de ver más allá de lo evidente, de seguro se aprenden lecciones interesantes. La historia de aquel hombre que al encontrar a unos trabajadores picando piedra y preguntó a uno de ellos sobre qué hacían ilustra esta idea. “¡Picamos piedra!” —fue la respuesta evidente de uno de ellos. Sin embargo, al preguntar lo mismo a otro de los hombres, la respuesta fue: “Construimos una catedral”.



Cuando cada empresa u organización se hace la pregunta sobre cuál es el giro al que se dedica, es interesante ver caer los esquemas. Nosotros, en Montelena Parque Memorial, nos lo hemos preguntado y hemos comprendido que en realidad nos dedicamos a rendir tributo a los seres más queridos de nuestros clientes. Nos dedicamos a facilitar recuerdos gratos, momentos buenos de la vida. Nuestra razón de ser se orienta a rendir tributo a la vida, a lo bello e inspirador que nos aleje de cualquier sentido de sufrimiento. Nuestra misión es para con las personas que deben sobreponerse ante la ausencia de un ser importante en sus vidas.

El TRIBUTO que usted tiene en sus manos nace con esa filosofía. Pues valorando la vida es como llegamos a valorar la felicidad, el amor, la familia, la solidaridad. Principios que se tambalean, lamentablemente, en el devenir de tiempos más agitados, una comunicación cada vez digitalizada, globalizada, y el encuentro menos cotidiano de rostros frente a rostros.

**Nuestra razón de ser  
se orienta a rendir  
TRIBUTO  
a la vida,  
a lo bello e inspirador  
que nos aleje de cualquier  
sentido de sufrimiento.**

## En mi mundo

En la infinitud de la vida, donde estoy,  
todo es perfecto, completo y entero.  
Yo me mantengo, y la vida me mantiene.  
A mi alrededor veo pruebas de la Ley  
que opera en todos los aspectos de mi vida.  
Refuerzo todo lo que aprendo  
con convicción y júbilo.  
Mis días se inician con gratitud y alegría.  
Con entusiasmo me anticipo  
a las aventuras del día,  
porque sé que en mi vida “todo es bueno”.  
Amo y acepto lo que soy y lo que hago.  
Soy la viviente, enamorada  
y jubilosa expresión de la vida.  
Todo está bien en mi mundo.

Inspiración tomada del libro  
“Usted puede sanar su vida”  
de Louise L. Hay



EDITORIAL  
pág. 1



PALABRAS DE  
INSPIRACIÓN  
pág. 1



SALUD  
pág. 2



ACERCAMIENTO  
pág. 3



PARROQUIA  
pág. 3



CURIOSIDADES  
pág. 2



PREGUNTAS  
FRECUENTES  
pág. 4

TRIBUTO  
es una publicación de:



PARQUE MEMORIAL  
HACIENDO MÁS FÁCILES SUS MOMENTOS MÁS DIFÍCILES

teléfono: 289-7800 fax: 289-7801

correo electrónico: montelena@salnet.net



## Mensaje para la eternidad

Nunca es demasiado tarde para decir "te quiero", aunque esa persona especial ya haya partido. Ahora es posible enviar mensajes de amor a nuestros seres queridos que han fallecido, gracias a una cápsula del tiempo llamada *Memorias para la Eternidad*.

Esta pequeña cápsula de vidrio contiene una delgada hoja para los pensamientos y mensajes que deseen escribir familiares y amigos: el último adiós, el último mensaje, las palabras que nunca se expresaron ...

Esta cápsula proporciona a los familiares una gran tranquilidad emocional, y les da la oportunidad de compartir recuerdos y de fijar instantes felices acerca de la persona que ya se fue.

La cápsula queda sellada herméticamente y se introduce en un compartimiento al costado de algunos ataúdes especiales.

*\*Los ataúdes especiales están disponibles en Montelena, como producto de la alianza con la empresa Batesville.*



Foto de nuestra cápsula del tiempo



## Antioxidantes: ALIMENTOS que curan



Por generaciones nuestras madres y abuelas han afamado de virtuosas a las frutas y las verduras calificándolas de "alimentos saludables". En nuestros días, los estudios científicos especializados en nutrición han confirmado lo que ellas nos transmitirían por sabiduría popular: las frutas y verduras son buenas para la salud debido a que contienen sustancias antioxidantes.

Los antioxidantes son un grupo de nutrientes como vitaminas, minerales y otros compuestos vegetales que se encuentran en los alimentos que ingerimos, los cuales previenen el desarrollo de ciertos tipos de enfermedades como el cáncer, arteriosclerosis, enfermedades cardiovasculares, y envejecimiento.

Además de ayudar a prevenir todas estas enfermedades, los antioxidantes contribuyen a mantener "jóvenes" a las células del organismo y ayudan a evitar las acumulaciones grasas que forman las obstrucciones de las venas y arterias, también colaborando con su flexibilidad.

La mayoría de las sustancias antioxidantes como la vitamina C, la vitamina E, el zinc, el selenio y el betacaroteno se encuentra en alimentos vegetales; lo que explica que incluir frutas, legumbres, verduras y hortalizas o cereales integrales en nuestra dieta sea tan beneficioso, pues se aumentan nuestras defensas ante el estrés del organismo, previniendo enfermedades y retardando el envejecimiento.

Si su alimentación es poco variada, no contiene frutas ni verduras, o está en una etapa de mayor requerimiento de nutrientes como el crecimiento, las actividades deportivas intensas, el embarazo o el envejecimiento; usted podría carecer de antioxidantes y debería tomar un aporte suplementario de las sustancias de las que carece, bajo la supervisión de un nutricionista.

Pero si su dieta es rica en frutas y verduras que contienen antioxidantes usted tiene una mayor protección contra las enfermedades y no necesitará tomar suplementos de estas sustancias para mantenerse saludable. ⬆

### ¿Qué frutas y verduras contienen ANTIOXIDANTES?

**Vitamina C:** En frutas y verduras, frescas y crudas, como guayaba, kiwi, mango, piña, cítricos, melón, fresas, pimientos, tomate, verduras de la familia de la col, frutas y hortalizas en general.

**Vitamina E:** germen de trigo, aceite de soja, germen de cereales o cereales de grano entero, aceite de oliva, vegetales de hoja verde y frutos secos.

**Betacaroteno:** verduras de color verde o coloración rojo-anaranjado-amarillento (zanahoria, espinacas, calabaza, etc.) y ciertas frutas (duraznos, cerezas, melón y melocotón).

**Selenio:** En carnes, pescados, mariscos, cereales, huevos, frutas y verduras.

**Zinc:** Constituyen buena fuente de zinc las carnes y vísceras, los pescados, los huevos, los cereales completos y las legumbres.

HORARIO

De lunes a viernes:

Sábados: 12:00

Domingos: 8:00 a.m., 9:00

Misa en Inglés: 10:00



## Isaac Carranza: un amigo **COMPENSIVO** en los momentos difíciles



La tarea de inhumar a los difuntos no es un trabajo fácil. Se necesita tener una gran vocación de servicio y mucha calidad humana, dos cualidades que caracterizan a Isaac Carranza, el Gerente de Operaciones de Montelena Parque Memorial, y quien se encarga de efectuar los procesos ceremoniales de enterramiento.

Como los dolientes se encuentran afectados emocionalmente por la pérdida de sus seres queridos arreglar los detalles del funeral nunca es sencillo. Los 23 años de experiencia que tiene Isaac en este campo le han permitido generar una capacidad extraordinaria de empatía; es decir, de ponerse en los zapatos de otros para comprender qué es lo que necesitan y apoyarlos en sus horas difíciles.

“Muchas veces hay problemas operativos o desacuerdos entre las mismas familias sobre los detalles de la inhumación; pero el secreto para que todo salga bien está en comprender que todos están atravesando un momento difícil y que aún así tienen la

fortaleza de no dejarse vencer...hay que hacerle frente a la situación tratando de ayudar a la gente”, comparte Isaac para los lectores de **TRIBUTO**.

Una de las satisfacciones más grandes para Isaac –nos cuenta- es que algunos dolientes lo buscan, cuando posteriormente llegan de visita al parque, y sienten la confianza de compartirle algún detalle: “se acuerda Isaac, lo que nos costó decidir entre todos...”. Y es que Isaac pretende ser el amigo comprensivo que siempre está allí, cuando más se le necesita.

Por todo lo anterior, Isaac Carranza es admirado, respetado e imitado por el personal de Montelena Parque Memorial. ✠



## De la parroquia



La administración de los sacramentos y la atención espiritual de los miembros de la parroquia es una actividad constante en el templo de Montelena. Estas actividades relativas a la vida y a la fe católica son aspectos disponibles para todos los feligreses de la parroquia, en los cuales pueden apoyar su crecimiento espiritual.

Entre las actividades de la parroquia están las charlas de bautizo, de confirmación, de preparación para el matrimonio, catequesis y un círculo de apoyo para personas que han perdido a algún ser querido. Las misas de cuerpo presente, novenarios y otros servicios también se realizan con la ventaja de cercanía con el parque memorial.

## Actividades importantes

- **Los bachilleres de la Escuela Americana se confirmaron**  
El día 6 de marzo se realizó la ceremonia de confirmación de 51 bachilleres de la Promoción 2002, de la Escuela Americana, que fue ofrecida por Monseñor Sáenz Lacalle, Arzobispo de San Salvador; el padre José Félix Bricio, párroco de la Iglesia Montelena; y por el padre Luis Ángel Jiménez, auxiliar de la parroquia.

- **Celebraciones de Semana Santa**

Del 24 al 30 de marzo se realizó la tradicional celebración de la Semana Santa en la Iglesia Montelena, comenzando con la procesión del Domingo de Ramos, seguida por las celebraciones de misas los días lunes, martes y miércoles santo, la celebración de la Santa Cena del Señor, el Lavatorio de los pies y una vigilia el jueves santo. El viernes santo, los oficios religiosos estuvieron centrados en la realización del Vía crucis, en el cual se recrearon las 14 estaciones de la travesía del Señor hacia el Calvario. La Vigilia Pascual y la bendición del fuego tuvieron lugar el sábado de gloria. En todas estas actividades se contó con la presencia de feligreses de la parroquia e invitados especiales. ✠

*Para mayor información sobre la celebración de eventos religiosos contacte a **Diana Quintanilla** al teléfono 289-7800.*

**MISAS**

8:30 a.m. y 6:00 p.m.

9:00 a.m. y 6:00 p.m.

12:00 m. y 6:00 p.m.

Domingo 5:00 p.m.



## Nuestros clientes preguntan

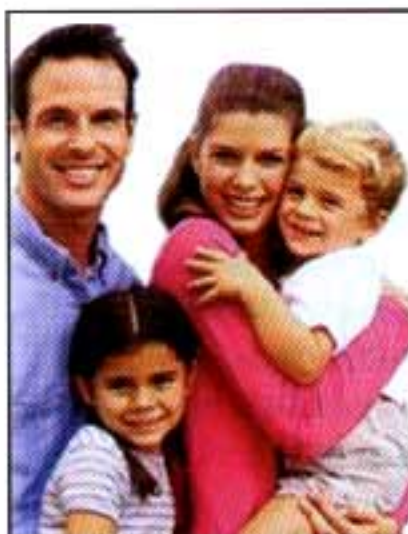
### *¿Para qué sirven los cementerios?*

El propósito de un cementerio es conmemorar la vida, reunir a las familias y hacer que el amor que existió sea eterno y las memorias siempre estén presentes. Un cementerio es la historia de la gente y de la comunidad en la que vivieron.

Es, además, una constancia perpetua del ayer y un santuario de paz y tranquilidad del presente.

### *¿Cuál es el propósito de un funeral?*

El servicio funerario ayuda especialmente a los que le sobreviven al fallecido, ya que enfrentan la realidad de la muerte, que es el primer paso para superar la pérdida de un ser querido y le permite a sus familiares y amigos expresar el amor y respeto que sienten por esa persona.



### *¿Qué hago si necesito un servicio para un familiar?*


Aunque ya conozcan los procedimientos, llegado el momento la mayor parte de personas no saben cómo actuar para llevarlos a cabo, pues experimentan una turbación y descontrol naturales. Por eso, lo más conveniente es pedir asesoría especializada. En Montelena Parque Memorial, hemos habilitado los teléfonos 289-7800 y 245-1155

unidad 9953 (este último permanece disponible las 24 horas del día) para atender a nuestros clientes u otras personas que lo necesiten.

### *¿Es costoso un funeral?*

Al compararlo con otros grandes eventos en un ciclo de vida, como nacimientos o bodas; los funerales no son tan costosos. Una boda puede llegar a costar mucho más, pero como es un evento feliz, raramente nos fijamos en eso.

### *¿Por qué es una tradición velar a un fallecido con el ataúd abierto?*

Tener el ataúd abierto para poder apreciar al fallecido, es una tradición de varias culturas. Muchos especialistas aseguran que ver al fallecido ayuda a sanar el dolor, ya que hace que la familia y amigos reconozcan y acepten la realidad de la muerte. 



Final Boulevard Orden de Malta Sur,  
Urbanización Santa Elena, Antigua Guatemala

SELLO  
POSTAL