

Gracias Y que Dios les Bendiga!!

La escuela Santo Nombre de Jesús tiene la oportunidad de desear a todos los parroquianos muchas Bendiciones y Prosperidad para el año 2009.

Agradecemos especialmente a todos aquellos que respondieron al llamado de nuestro Fondo de Colecta Anual.

Nos gustaría tomar esta oportunidad para dar a conocer sus donaciones.

Donante Platino \$500 o mas

- Verna Lipscomb
- Sr. Y Sra. Jeanne Wiltz
- Sylvestre J. Ina and Company
- Jeffrey Upperman y Bevanne A. Bean-Mayberry

Donante Oro \$300 a \$399

- Brenda L. Harris
- Alexis A. Thompson
- Marion y Eduarda King

Donante Plata \$200 a \$299

- Marion K. Rideau y Brenda Rideau
- Donna L. Finley

Donante Bronze \$100 a \$199

- Lou y Vera Edward
- Laqueta J. Sheldon
- Marsha A. Barnes
- Barbara Clary James
- Freddie Mae Simpson
- Alejandro C. Marin y Carmen V. Marin
- Marjorie Neal Andrewin

Amigo de HNOJ \$5 a \$99

- Mrs. Shirley Coburn
- Claudia Osorio
- Frances C. Lewis
- Martha B. Ramirez
- Gwendolyn Duncan
- Jenny Millender
- Monique Brackett
- Victor D. Bernandez
- Barbara M. Flowers
- Mrs. Doris M. Sparks
- Basilia Rosales
- Sharon D. Johnson
- PG Patrick
- Jeff King
- Tamera Flowers
- Margaret Franklin
- Esther Estrada
- Amy Gosey
- Eva Mae Smith y Audry A. Smith-Miller
- Marilyn Leon
- TaShanna Houston

Y para todos aquellos que estén considerando, todavía es tiempo de hacer su donación a su escuela favorita.

Haga su cheque a nombre de Holy Name of Jesus School ahora!!

Holy Name Of Jesus School

1955 W. Jefferson Blvd.

Los Angeles, CA. 90018

Telefono: (323)731-2255

Viviendo Saludable...

Prepare su comida favorita cocinando saludable.

La llave para preparar su comida favorita saludablemente es no cambiar la receta. Usted tiene que ir modificando el proceso y haciendo pequeños cambios hasta que se siente satisfecha con el sabor de la nueva preparación de su comida.

Hay numerosas formas de reducir el colesterol, la grasa, el sodio y el azúcar en sus recetas favoritas. El secreto para rehacer su vieja receta a una nueva receta saludable, es la sustitución de ingredients y el cambio en el método de cocinarla. Use el siguiente método simple y fácil y sustituciones para hacer una saludable adaptación de sus comidas favoritas.

Cuando en la receta diga producto lácteo, escoja los que sean bajos en grasa o sin grasa. En lugar de la leche entera, la de 1% o 2%.

Saque toda la sal de sus recetas, la mayoría de las recetas actualmente no requieren sal, o muy poca, también se puede usar hierbas, limón o especias. Use frutas, vegetales y carnes frescas en sus recetas, porque los productos enlatados tienen mucho sodio.

Pruebe un método diferente de cocinar cuando usted cocine su próximo pollo, o rebanadas de puerco para su cena. Hornee, salcoche, rostize o ponga su carne en la barbacoa, esto es mucho mejor que freirlas, pues no tendrán mucho colesterol y grasa.

Use carnes con cortes sin grasa, y remueve toda la grasa visible antes de cocinarla, quitele la piel al pollo y así elimine la grasa y colesterol al cocinarlo. Si usted tiene que freír sus vegetales y sus carnes, evite la manteca y los aceites con grasa saturada, escoja aceites bajos en grasas y altos en grasas saludables.

Use menos carne y más vegetales y productos de granos enteros en sus recetas. Use carne de pavo molida en lugar de carne de res. Si usted no sustituye la carne de res por la de pavo en su chili o meatloaf, usted se está perdiendo un gran sabor de la carne baja en grasa.

Practica de Receta de Comida Saludable.

Digamos que usted quiere reducir su consumo de grasa y colesterol cocinando pollo a la barbacoa en lugar de freirlo. Inicialmente solo hará ese cambio, después quitará la piel del pollo antes de cocinarlo para obtener grandes y saludables beneficios, después reducirá el consumo de sodio y usará hierbas y especias.

Para más información por favor vaya a www.soulfoodsoutherncooking.com.

¿SABE USTED**Acerca de Participar en Programas de Seguridad en su Parroquia?**

Los Padres y los guardianes desempeñan un papel muy importante para asegurar el éxito de los programas en la parroquia para los jóvenes. Los padres y los guardianes involucrados en los programas y eventos de la parroquia están en la mejor posición para proteger a sus propios niños, así como a los demás niños de la comunidad en la parroquia. La participación y la comunicación son factores importantes que ayudan en asegurar un ambiente sano para todos nuestros niños.

**SHARMAINE HAYLOCK, PRESIDENTA
PARROQUIA HOLY NAME OF JESUS
COMITÉ DE SEGURIDAD PARA LOS NIÑOS**

Todas las personas que recibieron la clase de entrenamiento VIRTUES, en el año 2004, se les informa que deben tomar de nuevo dicho entrenamiento para recibir un nuevo certificado. Usted debe recibir la clase que dura una hora y media.

Revise el boletín para mas información o llame a Cathy Brown al (323)734-8888 ext.2

Noticias de la Escuela Santo Nombre de Jesús

- La Escuela Santo Nombre de Jesús tiene matrícula abierta para grados de Kínder al Octavo Grado, si esta interesado por favor de llamar a la oficina de la escuela al 323-731-2255 para mas información.
- Infórmese como ser parte de las actividades de nuestra escuela, estamos buscando voluntarios para leer y supervisar estudiantes. También recibimos donaciones de útiles tales como libros y papel para hacer copias. Esta usted retirado? Venga y hable con nuestros estudiantes acerca de temas interesantes. Llame al (323) 731-2255, para recibir mas información, ya!
- Estación de la Cruz o Viacrucis será el 27 de Febrero a las 2:00pm y lo conducirá el 8th Grado.
- Misa Familiar el 22 de Febrero de 2009 y la conducirá el 4o. Grado.
- Programa de la Historia Afro-Americana el Jueves 19 de Febrero de 2009 a las 7:00pm.

Estamos reciclando botellas plásticas y latas de aluminio para ayudar a recaudar dinero para la escuela. Gracias por su apoyo.

Día Mundial del Matrimonio

El Mundo tiene un plan para su matrimonio; Dios tiene un plan para su matrimonio. Desafortunadamente nosotros vemos el plan del mundo como un efecto diario, a medias a través de nuestros ojos, de la television, de programas o revistas. Demosle a nuestros matrimonio el credito que ellos se merecen, observando este día como un Día Especial para nuestras Parejas Casadas.

El Día Mundial del Matrimonio honra a esposos y esposas como cabeza de la familia, el principio básico y unitario de la Sociedad. Saluda la belleza de sus Creencias, su sacrificio y el gozo en su vida diaria. El Día Mundial del Matrimonio eleva un publico o Reconocimiento de los Aspectos Positivos del Matrimonio.

La idea del celebrar el matrimonio comenzo en Baton Rouge, La. En 1981, cuando parejas motivaron al alcalde, al Gobernador y al Obispo a proclamar que así como celebramos el Día de San Valentin así "Nosotros Creemos en el Día del Matrimonio". El evento fue exitoso y la idea fue presentada y adoptada por los Lideres Nacionales del Mundial Encuentros Matrimoniales.

Para 1982, 43 Gobernadores oficialmente proclamaron el Día del Matrimonio y la noticia se difundio en varias Bases Militares de U.S. En 1983, el nombre fue cambiado a "Día Mundial del Matrimonio", designado para celebrarlo cada año el Segundo Domingo del mes de Febrero. En 1993, Su Santidad El Papa Juan Pablo II, impartio su Apostolica Bendicion al Día Mundial del Matrimonio. La celebracion del Día Mundial del Matrimonio continuo creciendo y su expresion de fe difundiendo por mas países cada año.

El Lema que ha sido permanentemente adoptado para el Día Mundial del Matrimonio es Amense los Unos a los Otros". Esta frase es un mandato que Jesus nos dio en Juan 14. Habla a nosotros en una simple pero retadora manera de como nuestro Padre desea que vivamos. Amarse los unos a los otros es una decision diaria-simple , pero retadora.

Al celebrar el "Día Mundial del Matrimonio" invitamos a todas las parejas casadas a experimentar un fin de semana de Encuentro Matrimonial. Para Inf. Llame Winston y Pansy 661-297-8271

Reporte de Administración

Siendo ricos de todo, esten listos para dar abundantemente, y nosotros lo transformaremos en acciones de gracias a Dios. Pues este servicio de caracter sagrado, no solamente proporciona a los santos lo que necesitan sino que de el resultaran las incontables acciones de gracias que ellos daran a Dios.

2 Corintios 9:11-12

Colecta Semanal**Presente Año**

Febrero 1, 2009 = \$ 8,515.00

Dos años Anteriores

Febrero 3, 2008 = \$ 8,816.00

Febrero 4, 2007 = \$ 9,580.00

HORARIO DE LA MISA

Lunes 2/09 7:30AM Fr. Spellman

Génesis 1:19
Salmo 104:1-2, 5-6,10,12,24,35
Marcos 6:53-56

Martes 2/10 7:30AM Fr. Idomele

Génesis 1:20- 2:4
Salmo 8:4-9
Marcos 7:1-13

Miércoles 2/11 7:30AM Fr. Spellman
(Misa Escolar) 9:30AM

Génesis 2:4-9,15-17
Salmo 104:1-2, 27-30
Marcos 7:14-23

Jueves 2/12 7:30AM Fr. Idomele

Génesis 2:18-25
Salmo 128:1-5
Marcos 7:24-30

Viernes 2/13 7:30AM Fr. Spellman

Génesis 3:1-8
Salmo 32:1-2, 5-7
Marcos 7:31-37

Sábado 2/14 7:30AM Fr. Spellman
4:30PM Fr. Spellman

Génesis 3:9-24
Salmo 90:2-6, 12-13
Marcos 8:1-10

Sexto Domingo en Tiempo Ordinario

Domingo 2/15 8:00AM Fr. Spellman
10:00AM Fr. Idomele
12:30AM Fr. Spellman

Levíticos 13:1-2, 44-46
Salmo 32:1-2, 5, 11
1 Corintios 10:31-11:1
Marcos 1:40-45

Necesitan Oración.....



Ethel Allen, Genevieve Alexander, Susan Augustine, , Arleen Bouscher, , Rebecca Braithwaite, McCoy Brown, Iola Brown, Inez Cameron, Regina Christian, Nicholas Dudley, Bettye Epps, Rita Gaudin, Olivia Griffin, Amy Gosey, Henry Green, Ruth Yilma, Margaret Guillory, Milton Johnson, Irene Johnson, Yvonne Peebles, Anita Polite, Ruth Revis, James Smith, Eva Mae Smith, Phyllis Troupe, Elsie Weston, ,West "Ted" Williams, Mary Wiley, Thad Wiltz, Donald Aubry, Rudi Eagleson, Yvonne Hill (sister of Pansy Greene), Jose Gonzalez and Ruben Palamaris, Ophelia Walker, Elrena Dandy and Ruth Howard (sisters of Tina Floyd) Sheryl Cooper McGinest, Naomi Sealey, Zelandia Fero, David Little, Edna Valdry, Phyllis Pope, Eva Anderson, Lucy Byrd, Taylor Brown, Jordon Brown, Shelia Marshall, David Lewis, Gerald Winn, Alberta Cannon(Sister of Debra Stewart), Lawanda Jackson, Susan Hughes, Karla Martinez Ochaeta (niece of Carmen El-Khouri), Joshua Bolden, Warren Knox Jr., Edwin Thomas Sr., Betty Menzies and Thurman Johnson.

**EL MES DE LA HISTORIA
AFRO-AMERICANA EN EL 2009**

"Un Espiritu de Cambio... Haciendo Historia". Venga y disfrute con nosotros de procesiones de entrada especiales, y muchas actividades. Para informacion llame a la oficina de la Parroquia.

Anuncios de la Iglesia

lunes 9 de Feb. del 2009 7:00pm
7:00pm Renacer (Español)

martes 10 de Feb. del 2009 7:00pm Grupo de Intercepción

miércoles 11 de Feb. del 2009 7:00 Clases de Bautismo
7:00 Ministerio Mariano
7:00 Estudio de Biblia

jueves 12 de Feb. del 2009 7:00 Clases de Confirmación
7:00pm Grupo de Oración

viernes 13 de Feb. de 2009+++++

sábado 14 de Feb. del 2009 9:30am Formación Religiosa
9:30pm Estudio Bíblico

domingo 15 de Feb. del 2009 9:00am Formación

Carta del Pastor

Cuando uno piensa en **Administración**, lo primero que viene a la mente es nuestra oportunidad y responsabilidad de compartir nuestro **Tiempo**, nuestros **Talentos**, y nuestro **Tesoro** con nuestro amoroso Dios. Hay alguna manera en que podemos pagarle de regreso a Dios por todas las bendiciones que El nos ha otorgado? Por supuesto que no, pero continuamos reconociendo que las bendiciones que Dios nos ha dado demandan respuesta.

Como nos recuerda San Pablo, hay muchos regalos, pero solo un Espíritu. Cuales son sus regalos y talentos que usted puede compartir con la gente de Dios? Hay muchos ministerios que operan aquí en la Iglesia del Sagrado Nombre de Jesús, y cada ministerio puede usar buenos miembros nuevos. Que tal acerca de liderazgo? Usted ha estado involucrado en un ministerio que le ha traído alegría y realización, y a lo mejor es tiempo ahora para que usted tome un papel de liderazgo? No espere a que le pregunten; líderes ponen un pie enfrente cuando ven la necesidad.

Aquí en la Iglesia del Sagrado Nombre de Jesús estamos bendecidos en tener un **Consejo Pastoral de la Parroquia** el cual esta hecho de líderes de varios ministerios de la parroquia, y el CPP se reúne cada mes para discutir de las necesidades y oportunidades que se le presentan a nuestra parroquia. Quisiera tomar esta oportunidad para felicitar tres miembros nuevos en nuestro Consejo Pastoral de la Parroquia, y dos miembros que han recibido extensiones en sus términos:

Nuevos Miembros:

Elizabeth Profit
Brenda Rideau
Veronica Tatenco

Miembros en Segundo Terminio:

LeRoy Titus
Yvette Stewart-King

Cuando ustedes vean estos cinco miembros del CPP, por favor felicítenlos, y después pregúntenles si hay algo que ustedes pueden hacer para ayudar a nuestra parroquia en sus varios ministerios. Tenemos mas de 1,000 familias registradas, y un par de docenas de ministerios. Hay lugar para todos - ***la clave es discernir como Dios nos llama!***

Que el Señor continúe bendiciéndonos siempre y de todas las maneras, ***Padre Paul***

Retiro para Hombres del Santo Nombre de Jesus 17 al 19 de Abril de 2009

Se llevara a cabo en el Centro de Retiro Madre Dolorosa en la Ciudad de Sierra Madre, el retiro el cual sera dirigido por un excelente equipo, comienza el Viernes por la noche y concluye el Domingo por la tarde. El encantador ambiente y apacible atmosfera de Madre Dolorosa sera el lugar perfecto para un fin de semana de renovacion y crecimiento espiritual.

El Tema de este Año es: La Comunión de los Santos...Nuestros Heroes todos los días.

Donacion Requerida:\$170.00

\$50.00 de deposito No-Reemnolsables, se necesitan para completar su registracion (No se completaran las registraciones hasta que la donacion requerida se pague totalmente).

Para mas informacion llame a Clyde G. Sparrow 213 392-1916 o al 323 770-4708.

Oficina de Educación Religiosa

- **Ritos de Iniciación Cristiana para Adultos (RICA).. Son los Martes a las 7:30pm en el Centro Acacia. No habrá clases esta semana.**

**Para mas información por favor llame a Cathy Brown al :
(323)734-8888 ext. 2**

Encuentros Matrimoniales.

Esposos y esposas, el regalo mas precioso que ustedes se pueden dar es su amor. Por que no renuevan su amor con la experiencia de un Fin de Semana de Encuentro Matrimonial? Es un regalo perfecto para el Dia de San Valentin. El proximo fin de semana de encuentro matrimonial esta programado para el 13-15 de Febrero de 2009. Para mas informacion llame a Winston y Pansy Green al (661)297-8271.