

# DE TODO UN POCO

◆ **Salvavidas.** El uso del Air-Bag reduce un 28% las muertes de conductores por impacto frontal de su vehículo.

◆ **Evitar la Depresión.** Las mujeres que trabajan y se relacionan fuera del hogar son menos propensas a sufrir depresiones.

◆ **Más torpes.** Dormir poco es casi tan malo como no dormir. Tres noches seguidas de 3 horas de sueño, tienen los mismos efectos que una noche sin dormir.

◆ **Ensalada de pelo.** El pelo es como la lechuga : mejora con el aceite y el vinagre. Rico en vitaminas D y E, un masaje con aceite de 20 min. antes del champú revitaliza el cabello. El vinagre lo deja brillante.

◆ **Niños en Internet.** Ya existen numerosas guarderías que ofrecen a los padres saber lo que pasa en la misma a través de una cámara que envía imágenes, a través de Internet, al ordenador de casa o el trabajo.

◆ **Afrodisiaco.** Un masaje en los pies con algún tipo de aceite, es considerado como un potente afrodisiaco.

## N O S O T R O S

### Coordinación

Angel Serrano Morena

### Redacción

Luis Muñoz de Morales Melendo

José Luis Pérez Leal

Gregorio Fernández Alberro

Juan Gonzalez Alache

Juana María Guerra Creus

Emiliano Sánchez de Moya

### Fotografía

Emiliano Sánchez de Moya

### Maquetación y Producción

S.A.C. - ESPAÑA, S.L.L.

### Colabora

Excmo. Ayuntamiento de Ciudad Real

Concejalía de Bienestar Social

### Domicilio social

Plaza Mayor, 14 - 1º B-1 \* 13001 - C. Real

Telf. / Fax. : 926 23 11 74

### ¿ Donde nos puedes encontrar ?

- \* Concejalía B. Social (Centro Verde Torreón)
- \* Centros Sociales de Barrio
- \* Ayuntamiento de Ciudad Real
- \* Diputación, Deleg. de Bienestar Social
- \* Centros de Salud I, II y III
- \* Residencia Ancianos C/ Cva, Residencia Ancianos (Ctra. Toledo), Ciudad de Matrimonios Ancianos, Residencia Asistida.
- \* Hogar I y II de la JCCM, Hogar de Unicaja
- \* Asoc. Contra el Cáncer, Patronato de Minusválidos, Asoc. de Amas de Casa, Asoc. de Viudas, Asoc. de Alzheimer, Peña Flamenca, Asoc. de Amigos del FFCC, ...
- \* Ortopedia Rafi, Ortopedia Consultoría, GAES.
- \* Restaurante "El Toboso"

# S U M A R I O

## 3 EDITORIAL

Rincones de Mi Mancha 4

## 6 Perfiles Manchegos

Un Poquito de historia 7

## 8 Mazantini y el Folklore

Rincón de la Salud 9

## 10 Colecciones : Flamenco

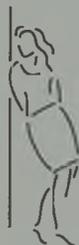
Campo de Montiel 11

## 12 Tus Denuncias

Lagunas de Ruidera 13

## 14 Último Rincón : Otros muros

Tú Opinas / Poesía 15



# TF. INTERES

### Hospital Alarcos

Tf. : 926 213444

### Hospital del Carmen

Tf. : 926 225000

### Urgencias

Tf. : 926 213444

### Servicio Ayuda a

### Domicilio

Tf. : 926 231174

### Centros de Salud

Nº 1 - 926 214114

Nº 2 - 926 230035

Nº 3 - 926 231731

C. Pilar - 926 221954

### Policía

Local - 092

Nacional - 091

Guardia Civil - 062

### Bomberos

Tf. : 006

### Centro Asesor de la

### Mujer

Tf. : 926 211003

### Carreteras

Tf. : 900 123505

### Ayuntamiento C. Real

Tf. : 926 211044

### Atención a

### Drogodependientes

Tf. : 926 216168

### Información

### Toxicológica

Tf. : 915 620420

### Agua

Tf. : 926 231105

### Electricidad

Tf. : 926 256640

### Cibutano

Tf. : 926 223510

### Gas CLM

Tf. : 926 254972

Urgencias : 926 230058

### Reparaciones y Averías

Tf. : 926 250051

### Autobús

Tf. : 926 211342

### Autobús Urbano

Tf. : 926 213405

### Taxis

Tf. : 926 21 30 40

### RENFE

Tf. : 926 220202

### Limpieza y Pulidos

Tf. : 926 250051