

AFORISMOS

PLANTAS MEDICINALES

HERMINIA PANADERO

AMAPOLA

Partes útiles: los pétalos de las flores.
 Conservación.- Se secan a la sombra (y mejor a la oscuridad). Se conservan en recipientes que las resguarden de la luz, de la humedad y del aire.

Propiedades terapéuticas.- Calmante, somnifero suave, contra la tos y afecciones relacionadas, relaja y ablanda las partes inflamadas.

Modo de empleo.- Infusión: poner una cucharada pequeña de pétalos secos en una tacita de agua hirviendo.

Uso externo infusión: poner en infusión durante un cuarto de hora un puñado de pétalos secos en medio litro de agua hirviendo. Lavar el rostro para que conserve la frescura.

CARDO CORREDOR

Partes útiles: la raíz.

Conservación.- se seca al sol, las raíces más gruesas se cortan a lo largo.

Propiedades terapéuticas.- Diurético, eficaz en los cálculos renales y vesicales en la retención de la orina. Para detener o frenar el volumen de la leche en las lactantes.

Modo de empleo.- Infusión: verter una cucharadita de raíces trituradas en una taza de agua hirviendo y dejar reposar hasta que se enfríe. Beber 3 ó 4 tazas al día.

Cocimiento: Hervir durante 10 minutos cuatro cucharadas de raíz desmenuzada en un litro de agua. Dejar reposar durante un cuarto de hora. Filtrar tomar dos ó tres tomas al día.

Polvo: triturar en un mortero hasta reducir a polvo una porción de dicha raíz, tomar de media a una cucharada al día en obleas, mermelada o miel.

COLA DE CABALLO

Partes útiles: toda la planta.

Conservación.- se seca al sol y se conserva en bolsas al abrigo del polvo.

Propiedades terapéuticas.- diurético (aumenta la secreción de orina), hemostático (que frena el flujo de sangre o hemorragia) y reumatizante.

Modo de empleo.- uso interno - cocimiento: hervir por lo menos durante media hora de cinco a seis cucharadas de la planta seca desmenuzada en medio litro de agua. Dejar reposar y filtrar. Dos o tres tazas al día.

Uso externo - cocimiento: hervir durante media hora dos manojos de planta en medio litro de agua. Para lavados en dermatosis, úlceras varicosas, ganganismos,

FRESA

Partes útiles: hojas y el rizoma.

Conservación.- se secan a la sombra y se preservan del polvo y la humedad.

Propiedades terapéuticas.- diuréticas, antirreumáticas, contra la gota, hemostáticas y en uso externo para la curación de heridas.

Modo de empleo.- dos cucharadas de hojas y rizoma secos desmenuzados en infusión durante al menos media hora. De cinco a seis tazas al día.

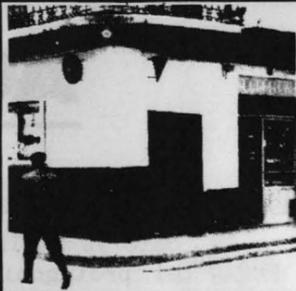
GRAMA COMUN

Partes útiles: el rizoma (tallo subterráneo o rastrero)

Conservación.- se seca al sol y se conserva en recipiente de madera o de hojalata que la preserven de los insectos.

Propiedades terapéuticas.- Diurético, depurativo de la sangre y aumenta o estimula la expulsión de la bilis. Se emplea en afecciones de las vías urinarias, en calculos urinarios y biliares, oliguria (disminución de la orina) artritis y afecciones reumáticas.

Modo de empleo.- cocimiento: hervir durante un minuto 30 gramos de rizoma en una pequeña cantidad de agua (unos 200 g). Filtrar, triturar el rizoma antes hervido, y añadir 1.250 g. de agua. Poner a hervir hasta que quede reducida a un litro, al final de la ebullición añadir 8 g. de regaliz (raíz) como edulcorante y dejar que se enfríe. Filtrar y tomar dos o tres tazas al día.



Esquina

La Marcela

Parece que nuestros colegas de la Verdad sólo se acuerdan de nosotros para mofarse.

A propósito así se escribe Times.

Aunque nuestra Constitución abolió la pena de muerte, hay algunos que se la quieren imponer a "Valdemembra".

Tranquilos, tenemos carro para rato.

Sanchiz "tu policía no te quiere"

Las obras de la calle la Virgen en marcha y las aceras sin barrer.

A este paso en la calle peatonal habra de todo menos peatones.

Campeonato local de futbol: Pinchauvas sin decidir la alineación. Doroteo tampoco suelta prenda.

Estamos en Mayo y la Plaza sin sayo.

VALDEMEMBRA

PERIODICO INDEPENDIENTE DE TARAZONA DE LA MANCHA

Nº 42 Mayo 1.986

Edita y Realiza COLECTIVO TEMPERO

Imprime: Imprenta Diputación Provincial

Fotocomposición y Textos: COLECTIVO TEMPERO

Dep. Legal AB - 757 - 81

Deportes

ENRIQUE BONAL.

FUTBOL

Terminada la temporada 85-86, nuestro equipo de futbol At. Tarazona que milita en 1ª regional murciana grupo 3º, haremos un pequeño comentario de como se ha desarrollado.

A efectos de clasificación, ha terminado en el 5 puesto, siendo el campeón del grupo el equipo vecino del Alto Jucar (Villalgordo del Jucar) lo que creo que nos posibilita para ascender a la categoría de preferente, ya que para la proxima temporada, aunque todavía no es oficial pasaremos a pertenecer a la Federación Castellano Manchega.

Volviendo a la temporada en estadísticas hemos sido uno de los equipos más goleadores

y menos goleados, el jugador más realizador ha sido el "Buitre" y por último comentar que por distintas razones el entrenador Antonio Tebar dejó su puesto a falta de cuatro jornadas haciendose cargo el segundo Basilio, el cual de los ocho puntos en disputa consiguió siete.

En el próximo número daremos información del estado económico y si hubiera alguna novedad en cuanto a la formación de la junta directiva, pues en el momento de hacer este artículo aun no se ha celebrado la asamblea:

MARATHON

El pasado día 1 de Junio que se celebraba la fiesta de fin de curso de la U.P., se celebró un marathón popular por las calles de Tarazona, organizado por la Concejalía de Deportes y Juventud del Ayuntamiento.

Se corrieron sobre las distancias de 3.000 m. para la



categoría infantil (de 10 a 12 años) y damas (todas las edades), y de 6.000 m. para juveniles (de 13 a 15 años) y libre (16 años en adelante). Con una masiva participación en las categorías infantiles y juveniles, en damas fue aceptable y no tanto en los mayores.

La entrega de trofeos se efectuó en la Plaza Mayor por

las distintas autoridades que allí se encontraban, tres copas para los tres primeros clasificados de las distintas categorías y medallas alegóricas a los tres siguientes.

Esperamos que el Ayuntamiento siga promocionando estas competiciones deportivas que tan buena aceptación despierta entre los jóvenes y menos jóvenes de Tarazona.