



III JORNADAS VETTONAS

Contenido:

III Jornadas Vettonas	2
Noticias	4
Recetas	8
Fauna	9
Salud	10
Flora	11
Poesía	12



El pasado 6 de junio, se celebraron en nuestra localidad las III Jornadas de puertas abiertas de Villasviejas del Tamuja. A pesar del mal tiempo, la afluencia de público fue muy buena.

Sigue en pág. 2



REHABILITACION

Finalizada la primera fase de la rehabilitación del edificio de la Biblioteca.



Sigue en pág. 5

III Jornadas puertas abiertas Villasviejas del Tamuja.

El pasado 6 de junio celebramos por tercer año consecutivo las jornadas de puertas abiertas de Villasviejas del Tamuja. Pese al mal tiempo que nos acompañó ese día, la afluencia de público fue bastante buena, calculando que al menos nos visitaron alrededor de las 300 personas.

El mal tiempo obligó a tomar la decisión de anular la actuación del grupo de música folk "Mansaborá". Dicha actuación se trasladó al próximo día 13 de

agosto, coincidiendo con la celebración de las fiestas de los Sagrados Corazones.

Una vez más, la Corporación Municipal quiere destacar y agradecer, en especial a la Asociación de Mujeres y en general a todos los vecinos, la gran colaboración en la organización y desarrollo de estas jornadas.

Fotos de las III Jornadas Vetonas.







Rehabilitación del local municipal.

A finales del pasado mes de Mayo, se finalizó la primera fase de rehabilitación del edificio municipal de la plaza Mayor.

En esta primera fase se ha completado el desescombro del interior y la rehabilitación del

exterior. Esto incluye la fachada, la acera y la construcción de unas nuevas escaleras para el acceso a la Biblioteca.

Además, desde el pasado 29 de junio, se ha comenzado con la segunda fase de esta re-

habilitación, que consistirá en acondicionar parte del local, para dotar al bar de propiedad municipal de una cocina de dimensiones adecuadas. El resto del local será acondicionado aunque está por determinar el uso final.



Fachada Principal

También, financiado por la Diputación, se ha dotado de nuevo mobiliario a la biblioteca, para ampliar tanto el espacio de libros, como el espacio de estudio.



Los rehabilitadores



Detalles de la fachada principal

Acondicionamiento de caminos.



Temporada 2008

En breve comenzarán las obras de acondicionamiento de varios caminos de la localidad.

Por una parte se van a acondicionar por parte de la Consejería de agri-

cultura y desarrollo rural, parte de los caminos de Benquerencia, Salvatierra y la Zarza.

Por otra parte, y con las máquinas de la Mancomunidad, se ha comen-

zando a arreglar varios caminos en las inmediaciones de la localidad.

Restricciones de agua



Desde el pasado 6 de julio, varios pueblos de nuestra mancomunidad, están sufriendo cortes de agua desde las 20 horas hasta las 8 horas del día siguiente. En principio los únicos pueblos que no sufriremos esta situación somos Botija y Santa Ana, ya que disponemos

de pozos propios. Para paliar esta situación, se está realizando desde hace unos meses, una obra de urgencia, por la que se conectará el canal de Orellana, con el pantano de Zarza de Montánchez.

En nuestro municipio, aunque en principio no ten-

dremos cortes al disponer de agua en pozos propios, si que hemos de extremar las precauciones de no utilizar el agua potable para otro fin que no sea el de abastecimiento humano. Por ello es conveniente controlar al máximo el uso de este bien, ahora escaso.

Comienza el AEPSA

El pasado día 13 de julio, comenzó el plan AEPSA, que este año conlleva tres contrataciones. En esta ocasión, vamos a

acometer la reparación y mejora del cerramiento de la Dehesa Boyal.



Iluminación de "El Ejido"

En breve comenzarán las obras para la instalación del alumbrado público de la zona del Ejido, llevadas a cabo por la Diputación de Cáceres.

Junto con la instalación de la iluminación de las zonas nuevas, se va a proceder a la reforma de la iluminación de la avda. Fray Luis de León, sus-

tituyendo los báculos existentes por farolas iguales a las del resto del pueblo.

Asimismo estos báculos serán aprovechados e instalados a lo largo de la entrada al pueblo por la ctra. de Torremocha, desde el final de la valla de la dehesa hasta llegar a las primeras casas.



Comienzan las obras en El Ejido

Ya han comenzado algunos particulares con la construcción de sus viviendas en los solares de el Ejido.

Poco a poco iremos viendo

como va creciendo el municipio.



Viviendas sociales

Ya están concedidas a nuestro municipio seis viviendas sociales más.

Esperamos que a primeros del 2010, comiencen las obras de las mismas, calculando, si todo va bien, que

alrededor del mes de Noviembre del próximo año la Junta podrá entregarlas a aquellos que en su momento les sean adjudicadas.

Estas viviendas serán construidas a

continuación de las ya existentes, incluyendo la prolongación de la calle Lope de Vega, la cual con el tiempo llegará desde la calle Mayor hasta la avda. de Extremadura.



Nuevo diseño de la pagina WEB

Desde el pasado 10 de julio, la página WEB del municipio, ha sido cambiada en su apariencia, aunque no en su contenido.

Esta remodelación y el cambio de servidores, ha sido realizado por la Diputación, de cara a mejorar el servicio, sobre todo en la agilidad del mantenimiento.

Hasta ahora, el mantener actualizada la página, requería una gran cantidad de tiempo, debido a la lentitud de trabajo. Esperamos que a partir de ahora, esto cambie, y tengamos más posibilidades de mantener la página al día.



Nueva apariencia de la WEB.

Huevos con jamón y patatas

Ingredientes para cuatro personas

8 huevos	120 g de jamón cocido en una loncha
4 patatas pequeñas	4 pimientos del piquillo
aceite	sal y pimienta

Pela las patatas y córtalas en dados pequeños; corta el jamón en dados y los pimientos en tiras.

Calienta un poco de aceite en una sartén, fríe las patatas durante 10 minutos y retíralas. Elimina el exceso de aceite y dora ligeramente los dados de jamón.

Calienta una sartén antiadherente con un poco de aceite, añade algunos dados de patata y jamón y casca sobre ellos dos huevos; cuécelos a fuego suave y tápalos si fuera necesario. Repite esta operación con el resto de los ingredientes.

Sirve los huevos, salpimentalos y acompáñalos de las tiras de pimiento.

Escalopa de ternera al limón

Ingredientes para cuatro personas

4 filetes de ternera	2 huevos	aceite
½ vaso de pan rallado	1 limón	sal
8 aceitunas verdes	perejil picado	pimienta

Llena un cazo con agua fría, añade un huevo y cuécelo 10-12 minutos a partir del momento de la ebullición; retíralo, córtalo en rodajas cuando este frío y resérvalo.

Mientras, salpimenta los filetes y pásalos por el otro huevo batido y el pan rallado.

Calienta una sartén con aceite y fríe la carne unos 2 minutos por cada lado; retírala y escúrrela sobre el papel absorbente de cocina. Corta el limón por la mitad y exprime el zumo de una de las mitades en la sartén. Agrega el perejil picado, las aceitunas cortadas en rodajas y remuévelo.

Corta el medio limón restante en rodajas. Distribuye la carne en los platos, decórala con rodajas de limón y de huevo y riégala alrededor con la salsa.

Cañas borrachas

Ingredientes para seis personas

- Las Cañas

200gr. de harina
150cc de aceite de oliva virgen extra
200cc de "Pedro Ximenez"

- La Crema

4 huevos	1 tallo de canela
150 gr de harina de maíz	100 gr de azúcar
½ litro de leche	

Para la crema: Hervir la leche con la canela y el azúcar; dejar enfriar. Mezclar los huevos y la harina de maíz y añadir la leche. Hervirlo todo hasta que espese

Para las cañas: Mezclar la harina con el aceite de oliva virgen extra y el Pedro Ximenez, amasarlo bien. Con un rulo estirar la masa y cortarla en tiras. Enrollarlas en las cañas y alisarlas, freírlas en aceite de oliva virgen extra abundante y una vez frías retirar las cañas y rellenarlas con la crema y pasarlas por el azúcar.

La avutarda

La característica más llamativa de la Avutarda es su gran tamaño. Los machos (a la izquierda), pesan hasta 15 kg, mientras que las hembras (a la derecha) no pasan de los 4-5 kg, y tienen una silueta más grácil y una coloración menos llamativa.

Se trata, pues, de una de las especies de Vertebrados con mayor grado de dimorfismo sexual.

Durante la mayor parte del año machos y hembras viven en grupos separados. Esta es una de las consecuencias del marcado dimorfismo sexual en tamaño, que determina diferencias notables no sólo en el comportamiento alimentario de uno y otro sexo, debido a sus distintos requerimientos energéticos, sino también en su comportamiento reproductivo, dispersivo y migratorio.

Los machos (a la izquierda) desarrollan al final del invierno un plumaje nupcial llamativo, que exhibirán en primavera frente al resto de machos del grupo y frente a las hembras. A ambos lados del pico destacan las llamadas barbas, mechones de plumas delgadas de 15-20 cm de longitud que cada año van adquiriendo un desarrollo mayor en número y tamaño, y que justifican el apelativo de barbones en los machos de mayor edad.

Los bandos de hembras (a la derecha) están formados por individuos genéticamente más afines entre sí que los machos. Son más gregarias y fieles a sus zonas natales que ellos. Las hembras son casi dos veces más numerosas que los machos. Esta es otra de las conse-



cuencias de la diferencia en tamaño y modo de vida entre ambos sexos, que se traduce en una mayor mortalidad del sexo masculino, tanto por causas naturales, como inducidas por el hombre.

La diferencia de tamaño entre ambos sexos está relacionada con la extrema selección sexual y la poligamia, otras dos características del peculiar sistema reproductivo de la avutarda, basado en la exhibición de todos los machos del grupo en un área concreta y tradicional, conocida como **arena** o **lek**, a la que acuden las hembras para el apareamiento. Sólo los machos más dominantes de cada grupo podrán optar a la reproducción, aunque cada uno de ellos fecundará a varias hembras. Éstas serán, sin embargo, las encargadas de elegir al macho con el que desean aparearse. Posteriormente llevarán a cabo solas, sin la colaboración del macho, el proceso de incubación y cría de los pollos.

Tras el apareamiento la hembra pone de uno a tres huevos de color verdoso con manchas pardas. El nido es una simple depresión del terreno, apenas tapizada con vegetación seca, en un campo de cereal, labrado o barbecho.

Los primeros pollos comienzan a verse a finales de mayo y primeros de junio, tras cuatro semanas de incubación. Aunque casi todas las hembras mayores de dos años nidifican, sólo una de cada 8 ó 10 logrará sacar adelante a sus crías, a las que cuidarán y enseñarán durante aproximadamente un año.

El plumaje de los pollos es críptico, permitiéndoles camuflarse entre la vegetación para pasar inadvertidos ante sus depredadores.



Riesgos ante la exposición al sol

Una quemadura solar es literalmente una **quemadura de la piel** causada por una sobre exposición a los rayos ultravioleta del sol. Esto quiere decir que todo lo que tienes que hacer para prevenir las quemaduras es limitar tu exposición a los rayos ultravioleta. Y existen muchas maneras de hacerlo.

Un bronceado seguro

- Usa un bloqueador solar con un factor de protección solar (SPF en inglés) y comienza por exponerte de unos 15 minutos a una hora
- Si quieres pasar la mayor parte de tus vacaciones en la playa, considera visitar un salón de belleza para broncearte por lo menos una semana antes de tus vacaciones para preparar tu piel contra el sol.
- Si estás tomando algún medicamento, consulta a tu doctor antes de ir de vacaciones ya que algunos medicamentos pueden aumentar la sensibilidad a los rayos solares.

PRECAUCIÓN: Los bebés de menos de 6 meses no deben ser expuestos a la luz solar directa por períodos de tiempo largos. Mantén a tu bebé fresco y en la sombra. Los filtros solares no deben ser aplicados en niños de esa edad.

Prevención de las quemaduras

- Utiliza un bloqueador solar con un SPF no menor de 8.
- Vuelve a aplicar bloqueador solar cada 30 a 45 minutos si tu piel todavía se está aclimatando al sol. Una vez que se acostumbre puedes aplicar cada 2-3 horas.
- Es importante proteger tus ojos, pero recuerda siempre que las gafas de sol pueden dejar divertidas marcas de bronceado.
- Si crees que estás en peligro de quemarte pero no quieres marcharte todavía, muévete a la sombra y ponte ropa delgada y suelta. Un sombrero ancho protegerá tu rostro y tu cuello.

Para luego del bronceado

- Usa crema humectante y lociones after-sun. Las más populares contienen aloe. Si guardas la botella en el refrigerador la crema estará fría al aplicarla produciendo una agradable sensación.

- Exfolia tu piel cuando te bañes.
- La manteca de cacao aplicada directamente se dice que ayuda a preservar el bronceado y además humecta la piel.

Remedios tópicos para las quemaduras solares

Por lo general lo que hace un medicamento tópico para las quemaduras solares es humectar y dar a la piel lo que necesita para mantenerse saludable y dar a la naturaleza el tiempo para que lleve a cabo su magia.

La única excepción es cuando la quemadura solar presenta ampollas. Las ampollas no deben ser cubiertas con ninguna crema, loción o bálsamo, ya que pueden hacer que la herida se infecte. No intentes reventar las ampollas - espera a que desaparezcan por sí solas.

A continuación hay algunos tratamientos tópicos utilizados frecuentemente. Asegúrate de dar un tiempo a tu piel entre aplicaciones para que pueda respirar, si no lo haces, puede que el tiempo necesario para curar se alargue.

Alivio del dolor provocado por las quemaduras solares

Busca productos como cremas que contengan lidocaína. La lidocaína es un anestésico que ayudará a disminuir el dolor.

- El yogur frío aplicado delicadamente puede ayudar a calmar el dolor. El dolor también puede ser enfrentado con analgésicos como el ibuprofeno. Asegúrate de seguir al pie de la letra las instrucciones del producto.
- Compresas frías y baños de agua fría proporcionan alivio temporal para el dolor.

Tratamientos para las quemaduras solares

La mayoría de los siguientes tratamientos también ayudan a calmar el dolor

- Productos que alivian y ayudan a la piel: aloe vera, manteca de cacao, vitamina E, aceite de lavanda y el té.
- Unta mostaza.

Corta un tomate y aplícalo en las áreas quemadas. Esto puede ser doloroso pero también ayudará a apresurar el proceso de sanación de la piel.

La Chumbera

El nombre técnico de esta planta es *Opuntia ficus-indica*.

Esta planta vive con facilidad en terrenos áridos y pedregosos pues se reproduce espontáneamente y únicamente precisa sol abundante para desarrollarse, lo que la hace bien conocida en toda la península ibérica.

Si viajamos por el sur de la península ibérica veremos frecuentemente esta planta que pertenece a la familia de las cactáceas y por su perfecta adaptación al clima seco unida a su facilidad para multiplicarse coloniza rápidamente los bordes de los caminos, los roquedales y cualquier terreno descubierto donde pueda recibir el sol que es lo único que precisa para ofrecernos sus frutos, denominados higos chumbos y que actualmente ya se empiezan a encontrar en los mercados especialmente en los especializados en agricultura ecológica desde otoño hasta bien entrado el invierno.

Tiene unos tallos característicos en forma de óvalo carnosos aplastados de color verde hierba cubiertos de botones con diminutas espinas que funcionalmente son las hojas de la planta y con toda la superficie tapizada de pelillos aguzados, que ocasionan dolorosas heridas por contacto, lo que constituye una protección común en casi todos los cactus. La planta se desarrolla fractalmente apareciendo los brotes de nuevos tallos cada año sobre los antiguos y consiguiendo algunos ejemplares viejos formar setos impracticables de gran altura y volumen por sus defensas espinosas que pone la planta a salvo de ser utilizada como alimento por herbívoros o atravesada por animales de gran tamaño, lo que ofrece refugio a roedores y otros pequeños animales que buscan la protección de sus espinas.



Esta bonita y humilde planta ya dije que se reproduce espontáneamente, pero si queremos utilizarla para aprovechar un terreno pedregoso o para formar un seto que además de cómodo, por fácil de mantener, nos proporcione frutos, bastará desgajar un tallo en primavera y enterrarlo en el suelo hasta la mitad para que en poco tiempo tengamos un nuevo ejemplar. No es necesario regarla, ni cuidarla de forma especial. Si se planta en maceta se desarrolla igualmente aunque entonces las plantas que en terreno libre pueden llegar a tener una gran superficie, cuando se restringe el espacio para sus raíces simplemente se adaptan reduciendo un poco su tamaño, pero producirán igualmente los higos chumbos, aunque en menor cantidad y algo más pequeños.

Hablaremos ahora de los higos chumbos: sobre los tallos externos de la planta aparecen unos brotes verdes que van creciendo hasta adoptar la forma aovada en cuya extremidad aparecen unas breves flores que suelen ser de color amarillo en forma de corona. El color del fruto va cambiando indicando el grado de maduración que será óptimo cuando adopte un decorativo color rojo anaranjado. Para recogerlos será necesario desgajarlo del tallo empleando alguna protección para evitar las espinas que lo recubren y para consumirlo la forma más práctica es partirlos por la mitad con un cuchillo y extraer la pulpa que aunque con numerosas semillas tiene un contenido de azúcar aproximadamente de un 10 % lo que es perfecto como alimento no empalagoso, también contiene abundante vitamina C, calcio, magnesio y fibra celulósica, que lo convierte en un saludable y refrescante alimento por su gran contenido de agua.

Ayuntamiento de Botija

Plaza Mayor, 1
10188 Botija
CACERES

Teléfono: 927 31 37 02

Fax: 927 31 35 86

Correo: aytobotija@yahoo.es

www.botija.es
www.botija.org
www.botija.org/villasviejas



AYUNTAMIENTO DE
BOTIJA

Directorio de empresas del municipio

Aptos. Villasviejas del Tamuja	927 31 36 98	
Apartamentos rurales	Sta. Teresa de Jesús, 5	10188 Botija Cáceres
Central 2M3 de gestión de proyectos, S.L.	609354295	
Gestión de proyectos	Tahona, 6	10188 Botija Cáceres
Comercio Nines	927 31 36 95	
Comercio	La Fuente s/n	10188 Botija Cáceres
Granja cinegética La Pradera	699 40 95 15	
Granja de perdices	Ctra. Ruanes, s/n	10188 Botija Cáceres
Javier Pérez García		
Bar	Pza. Mayor, s/n	10188 Botija Cáceres
José Antonio Rentero	927 31 36 51	
Tratante de ganado	La Fuente, 10	10188 Botija Cáceres
Muebles Víctor	927 31 35 74	
Muebles de cocina a medida y electro.	Vallehondo, 10	10188 Botija Cáceres
Quesería Tamussia	927 31 38 10	
Fábrica de quesos	Dehesa, s/n	10188 Botija Cáceres
San Sebastián C.B.	927 31 37 36	
Construcciones	Mayor, 19	10188 Botija Cáceres
TICH Gestión de Proyectos S.L.	609354295	
Gestión de proyectos	Tahona, 6	10188 Botija Cáceres
Ttes. Higinio Pérez Solís	927 31 37 18	
Transporte de ganado	Reyes Católicos, 10	10188 Botija Cáceres

Canastera

TIENES SOBRE TUS MANOS LA DULZURA
A PESAR QUE LOS AÑOS DEJAN HUELLA,
HAS HECHO DEL CANASTO UNA CULTURA
QUE BRILLA COMO BRILLAN LAS ESTRELLAS.

RECUERDO TUS ANDANZAS "CANASTERA"
DEJANDO EL DOLOR SOBRE TUS MANOS,
DEL ROCE DE LAS CAÑAS Y LOS MIMBRES;
QUE MARCAN UN SENTIR ALGO LEJANO...

¡ TU ARTE ES EL REFLEJO DE LA VIDA!
QUE DUERME AGUANTANDO SU POSTURA,
IGUAL COMO EL PINTOR, COMO EL POETA,
QUE HICIERON DEL SABER, UNA CULTURA.

NO LLORES EN SILENCIO, "¡CANASTERA!"
Y DAME TU SONRISA Y TU EXPERIENCIA,
-LOS AÑOS TE DEJARON LAS HERIDAS-
QUE AGUANTAS CON DOLOR Y SIN CLEMENCIA.

TE DARÉ PARA EL RESTO DE TU VIDA...
MI RECUERDO Y, MI VERSO SIN ESPERA,
Y PONDRÉ UNA ROSA EN EL CAMINO;
EN HONOR A TU NOMBRE, "CANASTERA"

Agustín Casero