



El Gallito Granjero

Publicación gratuita

N° VOLUMEN 170 1a EDICIÓN
DE COLECCIÓN AGOSTO DE 2017

Complemento del programa dominical de radio del mismo nombre

Boletín para fines educativos y de información

Del 27 de Febrero de 1995 a la Fecha: 23 Años al Aire el Programa de Radio "El Gallito Granjero"

NO LES CRIES OTRA RESPONSABILIDAD A TUS VIEJOS, ELLOS CUMPLIERON SU TAREA, TEN PIEDAD , ¡¡¡AHORA LES TOCA A USTEDES!!!

Misión cumplida, ahora tú y yo

28 de agosto día del adulto mayor



¡Muchas Felicidades!

Criamos a nuestros hijos, los formamos como personas de bien y se casaron. ¡¡¡Aaah!!! Ahora si podemos hacer lo que anhelamos al inicio. ¡Ya nos lo merecemos...!



EL FIN DE LOS TIEMPOS CHILAM BALAM

Toda luna, todo año, todo día, todo viento camina y pasa también.
Toda sangre llega al lugar de su quietud, como llega a su poder y a su trono...
Medido está el tiempo en que mirarán sobre ellos la reja de las estrellas, de donde, velando por ellos, los contemplaban los dioses, los dioses que están aprisionados en las estrellas.
Entonces era bueno todo y entonces fueron abatidos. Había en ellos sabiduría.
No había entonces pecado, había santa devoción en ellos.
Saludables vivían. No había entonces enfermedad, no había dolor de huesos, no había fiebre para ellos, no había viruelas... Rectamente erguido iba su cuerpo, entonces.
No fue así lo que hicieron los azules cuando llegaron aquí.
Ellos enseñaron el miedo, y vinieron a marchitar las flores.
Para que su flor viviese, dañaron y sorbieron la flor de los otros...
¡Castrar al sol!
Eso vinieron a hacer aquí los extranjeros...!

Página de la SEDER donde se puede ver por vía multimedia/boletín "El Gallito Granjero".

<http://seder.jalisco.gob.mx/>

Una ruta de acceso más sencilla al boletín "El Gallito Granjero"
<http://www.oedrus-jalisco.gob.mx/libreria/gallitogranjero/>

Educación a distancia Para saber si aprovechaste los conocimientos, aplícalos en tu propio beneficio.

Donde hay aprendizaje, hay más esperanzas de poder solucionar las situaciones que se presenten en el transcurso del caminar de la vida.

La educación de un pueblo es la mejor inversión de una nación. ● La capacitación se da, no importa por qué medio llegue.



TÚ DECIDES QUE DESAYUNAS, YO SÓLO SUGIERO HUEVOS, FRIJOLES RECIÉN COCIDOS Y SALSA MEXICANA

PASOS PARA HACER HUEVOS ESTRELLADOS

Calienta el aceite a fuego alto por 2 minutos, baja la llama antes para que se le quite lo caliente, se agregan los dos huevos. Cocínalos a fuego bajo hasta que la clara esté cocida. De esta manera, no se te quemarán ni reventarán y tendrán una cocción pareja. Utiliza una espátula para desprender, con cuidado, si están los bordes de la clara pegados al sartén.

FRIJOLES DE LA OLLA

Se necesitan para acompañamiento de los huevos estrellados, frijoles de la olla cocidos con un diente de ajo.

PREPARACIÓN

Cuando cocines frijoles, primero límpialos (recuerda que tienen mucha tierra pegada). Ponlos en la olla express con la mitad de agua y un diente de ajo. Nota: **No le pongas sal, recuerda... Nada de sal...** por que hará que los frijoles queden duros, el sazón se dará al final, cuando abras tu olla de presión. Pasado este tiempo deja enfriar la olla de presión, **nunca la abras si esta sacando vapor**

caliente. Verifica la cocción de los frijoles es decir pruébalos. Deben estar suaves pero enteros, si quedaron duros puedes poner la olla 15 minutos más, si tienes tiempo antes de cocerlos, déjalos remojar toda la noche, eso hará que queden más suaves y se cocinen más rápido. Al final cada quien le agrega la sal de acuerdo a su gusto.

TIPS

Si quieres congelarlos, déjalos enfriar y ponlos en contenedores de medio kilo, durarán perfecto hasta dos meses si los tapas bien.

SALSA MEXICANA

Se necesita: jitomate, ajo, chiles serranos verdes, un puñado de cilantro fresco, cebolla morada y sal marina al gusto.

INSTRUCCIONES

Se lavan y desinfectan todos los ingredientes y se ponen en el procesador de alimentos, y bate hasta que tenga la consistencia deseada. Al final se mezcla todo con su sal al gusto.

¡Te va a gustar, es muy nuestro!



¡¡¡PSSST, PSSST, PSSST!!! "AHÍ TE HABLAN", ¿NO OLVIDASTE A TUS VIEJOS? ¡¡¡AÚN ES TIEMPO!!!

Señor este celular no está dañado. El anciano con lágrimas en los ojos le responde, "Si no está dañado, ¿Por qué mis hijos no me llaman?". Es triste cuando una madre pudo cuidar a 5 hijos. Pero 5 hijos no pueden cuidar a una madre. Tu madre es sagrada ámala, respétala y cuidala. El destino de muchas personas de la tercera edad es el abandono. No lo permitamos!!! Recuerda, "El llanto que tu provocas

hoy, puede ser el tuyo del mañana". Prefiero que compartas conmigo unos minutos ahora que estoy viva y no una noche entera cuando muera. Podemos abandonar mil cosas, dejar de lado mil más, pero a papá y mamá no se abandonan ¡¡¡Jamás!!! He visto hijos que se pelean por la herencia de los padres... Pero no he visto hijos que se peleén por cuidar a los padres, cuando estos envejecen. ¡Ámalos, la vida te compensará igual!



COMPARATIVO ENTRE HUMUS DE LOMBRIZ, ESTIÉRCOL Y FERTILIZANTES QUÍMICOS

*ESTIÉRCOL

Materia orgánica contenida en excrementos de animales bovinos, equinos, etc.

DOSIS DE APLICACIÓN

La dosis varía según el tipo de cultivo de 15 a 20 toneladas por hectárea al año.

Debe de estar seco, nunca aplicar el estiércol muy húmedo.

CONTENIDO DE MATERIA ORGÁNICA

Del 30 al 40% de materia orgánica en proceso de descomposición.

ASIMILACIÓN POR PARTE DEL CULTIVO

Asimilación lenta

APORTE DE MICROORGANISMOS

Algunos millones

SOBRE LA ACIDEZ O ALCALINIDAD DEL SUELO

Altera el pH en dosis altas

ECOLOGÍA/MEDIO AMBIENTE

Producto biológico/ producción ecológica.

FITOHORMONAS

No

EFFECTOS FÍSICOS EN EL SUELO

En grandes cantidades mejora la estructura del suelo.

EFFECTOS BIOLÓGICOS EN EL SUELO

Incrementa la flora microbiana benéfica.

*FERTILIZANTE ORGÁNICO HUMUS DE LOMBRIZ

Es el último estado de descomposición de la materia orgánica, que logra obtener en el proceso un perfecto equilibrio biológico y mineral.

DOSIS DE APLICACIÓN

La dosis varía según el tipo de cultivo de 0.9 a 1.5 toneladas por hectárea al año.

Su actividad es 10 veces mayor que la composta y 20 veces mayor que el estiércol.

CONTENIDO DE MATERIA ORGÁNICA

Del 35 al 40% de materia orgánica unificada. Asimilación por parte del cultivo debido a que posee materia orgánica humificada. La asimilación por parte del cultivo es inmediata.

APORTE DE MICROORGANISMOS

Más de 15 billones de UFC (Unidades Formadoras de Colonias) por gramo de humus de lombriz.

SOBRE LA ACIDEZ O ALCALINIDAD DEL SUELO

Regula el pH

ECOLOGÍA/MEDIO AMBIENTE

Producto biológico/ producción ecológica.

FITOHORMONAS

1 PPM Acelerante de los procesos de división celular vegetal.

EFFECTOS FÍSICOS EN EL SUELO

Aumenta la CIC (Intercambio de cationes). Mejora la permeabilidad del suelo, así como su estructura.

EFFECTOS BIOLÓGICOS EN EL SUELO

Incrementa considerablemente la flora microbiana benéfica.

*FERTILIZANTES DE SÍNTESIS ARTIFICIAL

Fertilizantes químicos e inorgánicos producidos artificialmente mediante reacciones y acciones químicas y físicas.

DOSIS DE APLICACIÓN

La dosis varía según el tipo de cultivo de 0.3 a 1 toneladas por hectárea al año.

El exceso y uso indiscriminado causa graves daños al cultivo y al suelo.



CONTENIDO DE MATERIA ORGÁNICA

No contiene materia orgánica

ASIMILACIÓN POR PARTE DEL CULTIVO

Si hay capacidad de campo y materia orgánica equilibrada, la asimilación es inmediata.

APORTE DE MICROORGANISMOS

Ninguno y es para los microorganismos del suelo muy perjudicial si se usa en exceso.

SOBRE LA ACIDEZ O ALCALINIDAD DEL SUELO

Altera el pH con el exceso y uso indiscriminado.

ECOLOGÍA/MEDIO AMBIENTE

Problemas contaminantes.

FITOHORMONAS

No

EFFECTOS FÍSICOS EN EL SUELO

Genera apelmazamiento del suelo.

EFFECTOS BIOLÓGICOS EN EL SUELO

Producen desertificación del suelo y contaminación.



GALLO TIPS:

**SI ENTRAS A LA CASA DE ALGUIEN,
CUANDO SALGAS DE AHÍ, HASTE MUDO. NO BUSQUES DEFECTOS EN EL HOGAR AJENO
Y SI LOS NOTAS, NO SE LOS DIGAS A NADIE.**



A TODOS TUS ADULTOS MAYORES DALES: ATENCIÓN, AFECTO, RESPETO, COMUNICACIÓN, COMPAÑÍA, INTEGRACIÓN, EN LUGAR DE EXCLUSIÓN

Los hijos son los que más abusan de sus padres ancianos.

La negligencia, el abandono, la apatía, la indolencia, el abuso emocional y la explotación financiera. Son las modalidades de maltrato más comunes. De hecho son los principales causantes de maltrato y de violación de los derechos civiles de los ancianos, de acuerdo con estadísticas de la Oficina del Procurador de las Personas de Edad Avanzada.

"Lamentablemente el maltratador está dentro del círculo familiar. Es una persona en quien la víctima confía".

Respecto al atrapello contra los ancianos, los hijos son los principales causantes, según las estadísticas, hijos que maltratan a sus padres o madres, paso a paso les violan sus derechos.

"Eso aplica a no proveerle las necesidades que la persona necesita, como: nutrición adecuada, hidratación, aseo adecuado y sus medicamentos".

Los hijos son los que más conocen de la situación financiera de sus padres y en ocasiones los problemas financieros o de adicción los motivan a robarles o quitarles el dinero a sus propios progenitores.

"Las causales para el maltrato son variadas. Sabemos del cuidador agotado, de hijos con problemas de adicción o con problemas mentales". En cuanto a la violación de sus

derechos, eso implica que al anciano no se le permite salir, tomar decisiones, se le controlan sus fuentes de ingresos, los tienen amarrados o los tienen recluidos en un lugar de donde no pueden salir.

Tanto en el maltrato como en la violación de derechos, las ancianas son las más afectadas,

"Eso también tiene que ver con la demografía, porque son más las mujeres de avanzada edad que los hombres. A este respecto la vejez tiene rostro de mujer".

Para evitar el maltrato a las personas mayores se requiere de un acercamiento integrado con ellos. Por un lado, orientar a esta población sobre sus derechos y lo que es maltrato y, por otro, educar a la comunidad "para que esté pendiente de sus familiares ancianos, de lo que les pasa".

Las instituciones bancarias, muchas veces alertan de conductas atípicas en las cuentas de los ancianos. En esa línea, mencionan, los retiros de grandes cantidades de dinero, son un posible indicador de explotación financiera.

No importa que no sea de tu familia, ¡volvamos a tener este sentido de vecindad!. Son personas ancianas **que se están quedando solas**, los están abandonando o emigrando. No podemos olvidar a esta población. Si queremos una sociedad justa y equitativa, **tenemos que crear**



A LOS ABUELOS NO LOS SEPAREN SON SU VIDA UNO DEL OTRO



Una pareja de ancianos fue obligada a separarse luego de 62 años de matrimonio

conciencia, propiciar un ambiente de mayor bienestar para esa población", porque vamos para allá, ¡y serán condiciones aún peores! La población de ancianos continúa en aumento, de acuerdo al INEGI .

TIENES QUE DEJAR EJEMPLO DE CÓMO QUIERES QUE TE TRATEN. ASÍ COMO TRATAS A TUS VIEJITOS, ¡¡¡HAY QUE ENTENDERLOS Y HACER POR ELLOS LO MEJOR!!! SI NO... ¡A TÍ TAMPOCO TE ENTENDERÁN!

¡¡¡HOMENAJE A NUESTROS VIEJITOS LINDOS, NUESTRAS RAICES!!!



CÓMO CALCULAR LA CANTIDAD DE ESTIÉRCOL, EN UNA MEZCLA DE FERTILIZANTES ORGÁNICOS

El fertilizante orgánico puede ser utilizado por el productor aprovechando los residuos que tiene en su propiedad. A veces, sin tener que agregar fertilizante químico para suplir las carencias de nutrientes. El estiércol de granja es una fuente muy encontrada en casi todas las propiedades rurales, especialmente aquellos que utilizan la producción animal.

Pero, en la práctica, el cálculo para la elaboración de un plan de fertilización orgánica es la siguiente: Vamos a suponer que las necesidades de nutrientes se recomienda 80 - 90 - 60 para la producción de maíz es 80 kg/ha de N, 90 kg/ha de P_2O_5 y 60 kg/ha K_2O . El fertilizante orgánico a emplearse será el análisis de estiércol de corral señalado los siguientes niveles: 1% N, 0,7% P_2O_5 y 0,35% de K_2O .

¿Qué significan estos niveles de estiércol de corral?

- a)** 1% de **N** que en cada 100 kg de estiércol tienen 1 kg de N, entonces en 1.000 kg (1 tonelada) tienen 10 kg de N, como tenemos que añadir 80 kg de N, la cantidad de abono necesario será 8.000 kg o 8 toneladas;
- b)** - 0,7% P_2O_5 significa que de cada 100 kg de estiércol de 700 gramos o 0,7 kg P_2O_5 . Un montón de estiércol, cantidad de 7 kg de P_2O_5 . Como la cantidad recomendada es de 90 kg/ha P_2O_5 , necesita 12.85 t/ha de estiércol (90/7);
- c)** - 0,35% de K_2O , siguiendo el razonamiento de "a y b" tendrá un

montón de estiércol la cantidad de 3,5 kg de K_2O . La recomendación es de 60 kg/ha de K_2O , necesita 17,15 t/ha de estiércol de aves de Corral (60/3.5).

En definitiva, para satisfacer las necesidades de nutrientes NPK, cantidad de abono necesario es como sigue:

80 kg/ha N = 8 t/ha de estiércol
 90 kg/ha P_2O_5 = 12.85 t/ha de estiércol

60 kg/ha K_2O = 17.15 t/ha de estiércol
¿Cuánto estiércol para satisfacer la recomendación NPK!

Ahora enfrenta un problema para determinar la cantidad: si aplicamos solamente 8 t/ha de estiércol satisfará las necesidades de N y habrá deficiencias en P_2O_5 y K_2O ; Si aplicamos 12.85 t/ha o 17,15 podría estar causando un exceso de N.

Así, la solución es aplicar la menor cantidad que, en este caso, beneficiará a la correcta recomendación del párrafo acerca de Fósforo y Potasio. La deficiencia de estos nutrientes podría ser compensada mediante la aplicación de fertilizantes químicos: triple, Superfosfato y Cloruro de Potasio.

Cómo solucionar las deficiencias de nutrientes con la adición de fertilizantes químicos

Las 8 t/ha de estiércol pueden esperarse para satisfacer a los 80 kg/ha de N. Por otro lado, 8 t/ha de estiércol nos dará 56 kg/ha de P_2O_5 , (8 x 7 kg). Necesitamos 90 kg/ha P_2O_5



allí es una deficiencia de 34 kg/ha de P_2O_5 (90-56). Usando un superfosfato triple (ST) con 45% de P_2O_5 , necesitas:

En 100 kg del ST tiene..... 45 kg P_2O_5

En X kg de ST tendremos... 34 kg/ha P_2O_5

$$X = \frac{34}{45} \times 100/45$$

X = 76 kg/ha de ST
 Las 8 t/ha de estiércol proporcionan 28 kg por hectárea K_2O (8 x 3.5).

Deficiencia de Potasio es de 32 kg/ha K_2O (60-28). Usando el cloruro de Potasio (KCl) con 60 kg/ha de K_2O , necesitamos:

En 100 kg KCl tiene... 60 kg de K_2O
 En X kg de KCl tiene... 32 kg por hectárea K_2O

$$X = \frac{32}{60} \times 100/60$$

X = 54 kg/ha de Cloruro de Potasio.

Conclusión

Para cumplir con la recomendación de 80 kg/ha de N, 90 kg/ha de P_2O_5 y 60 kg/ha K_2O deben aplicarse, en este caso, uso de abono orgánico + fertilizantes químicos, una mezcla de 8 t/ha de estiércol de aves de corral, 76 kg/ha de Súper triple y 54 kg/ha de Cloruro de Potasio.

VIDEOS DESTACADOS DEL MES

<https://youtu.be/t5D0d88dl0s>

Cómo Revertir la Perdida de Memoria y el Alzheimer - Deepak Chopra

https://youtu.be/DkGBSbe_dMA

HELADO CASERO SIN MAQUINA

<https://youtu.be/9UhfOA2GGo8>

Royito primavera

<https://youtu.be/ZUUckU-vAqI>

Vehículo atascado

GALLO TIPS (SUGERENCIAS)



AVES DE CORRAL, LOS POLLOS DE VÍCTOR

La producción de carne de pollo es importante para la familia de Víctor, porque la incluye regularmente en la alimentación. Además, en la región el pollo es un alimento muy solicitado.

Víctor piensa y calcula que en su casa podrían comer pollo, por lo regular una vez o más por semana, tal vez en un mes comerían la cantidad de seis pollos. Su demanda de carne de pollo es regular.

No puede competir con el gran productor de carne de pollo, pero sí puede dejar de comprarle, para producir la propia. Es más, también puede producir huevo. De esa manera lograría un ahorro importante en el gasto familiar y tendría garantizada una fuente de alimentos.

Víctor considera que si necesita seis pollos al mes, debe tener por lo menos dos gallinas que en ese tiempo empollen de seis a diez pollitos. Él sabe que el período de incubación es de 21 días, entonces es posible intentarlo.

Para tener asegurado el abasto, necesitaría seleccionar a las gallinas que van a producir diez pollos que, como mínimo, va a necesitar cada mes y desde luego un buen gallo. Las gallinas tienen una vida productiva de aproximadamente dos a tres años y, de un año, las de postura intensiva. La edad reproductiva empieza a los seis meses. A los gallos se recomienda cambiarlos después de que fecunden durante seis meses.

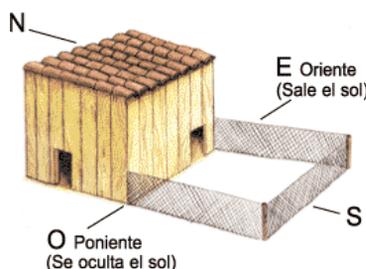
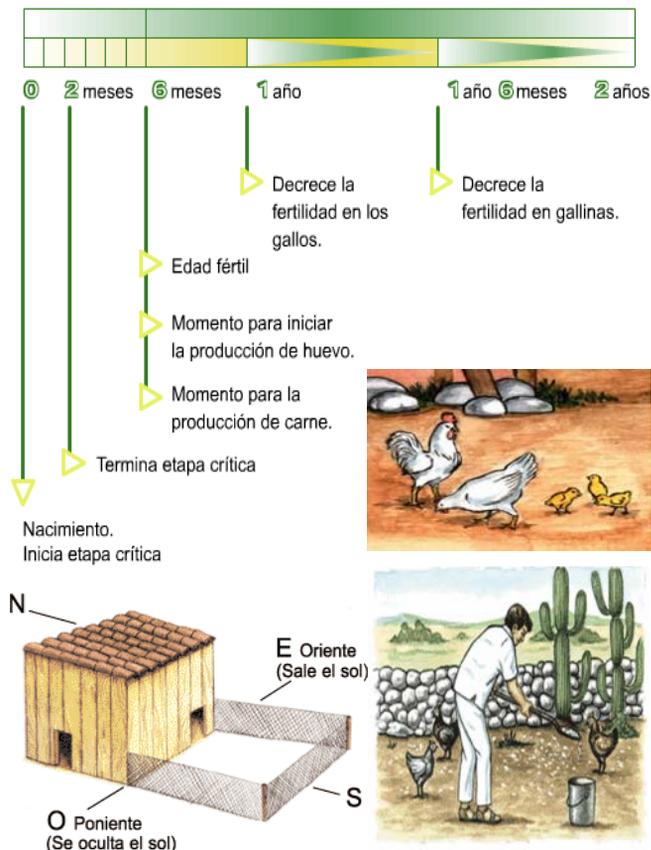
ESQUEMA DE FERTILIDAD DE LAS AVES

Si tomamos en cuenta el esquema anterior, cada mes se tendrá producción de carne para el autoconsumo y un remanente de cuatro pollos promedio para comercializarlos. Ahora, si se tiene la oportunidad de cambiar algunos pollos por gallinas, puede conformar una parvada de 10 gallinas: dos que sirvan para empollar y 8 para producir huevo. La postura es de un año. Un solo gallo es suficiente para la parvada. Tenemos que tomar en cuenta que cuando una ave rebasa el año de edad su carne se vuelve muy dura, pero aún cuando no sea muy suave para comer, todavía puede servir para caldo porque, como dice el dicho: "Gallina vieja hace buen caldo".

Las recomendaciones técnicas para producir más carne y cosechar huevo, están en relación con la atención a las aves. Se trata de no dejar nada a la casualidad.

LAS RECOMENDACIONES PARA VÍCTOR SON LAS SIGUIENTES:

- Ubicar un espacio para el gallinero, tomando en cuenta la posición del sol: dónde sale, dónde se oculta, el momento en que hace más calor.
- Observar de qué lado pega el aire. Lo anterior sirve para ubicar la puerta y las ventanas. Para un clima caluroso, como en el que vive Víctor, se recomienda acondicionar un lugar apropiado: el gallinero de una sola agua, de 3m por 3m de superficie ya que para empollar, las gallinas necesitan un espacio para sus nidos con cuatro gallinas por



metro cuadrado, percheros para los demás pollos, comederos y bebederos.

• Los alimentos para las aves son los insectos que se encuentran en el lugar del corral, además de los vegetales que no se consumen en la familia, como rabos de cebolla, quelites, verdolagas, frutos, tortillas remojadas, etcétera, Recordemos que no se trata de desperdicios, sino de alimentos, que deben estar en buen estado.

• La limpieza es fundamental; el excremento de los animales si no se limpia, es una fuente de enfermedades. La gallinaza, si se le da tratamiento especial sirve como alimento para los animales. La mejor es la de las ponedoras en jaula, porque contiene un 31% de proteína. La gallinaza obtenida del piso está mezclada con desperdicios y se le utiliza generalmente para producir fertilizante.

• Es importante prevenir enfermedades porque repercuten directamente en la producción y por consiguiente en la economía. Sabemos que por falta de higiene se pueden contaminar los animales: falta de limpieza, desperdicios, basura, materia orgánica en descomposición, etc.

• Las enfermedades más comunes en las aves son: la Viruela, la Salmonelosis y el Newcastle.

NUESTROS VIEJOS... NUESTROS PADRES...

Padres héroes y madres heroínas del hogar.

Pasan buena parte de su vida formando a sus hijos.

Hasta que un día el padre héroe comienza a pensar todo el tiempo, protesta bajito y habla de cosas que no tienen ni pie ni cabeza.

La heroína del hogar comienza a tener dificultades para terminar las frases.

¿Qué hicieron papá y mamá para cambiar de un momento a otro?

¡¡¡Envejecieron...!!!

Nuestros padres envejecieron.

Nadie nos había preparado para esto.

Un triste día ellos pierden la compostura, se vuelven más vulnerables y adquieren unas manías bobas.

Están cansados, ya no quieren cuidar a otros, ellos ya cumplieron ejemplarmente.

Ahora llegó el momento de ellos, de ser cuidados y mimados por nosotros.

Tienen muchos kilómetros andados y saben todo, y lo que no saben lo inventan.

No hacen más planes a largo plazo, ahora se dedican a pequeñas aventuras, como comer a escondidas todo lo que el médico les prohibió.

Tienen manchas en la piel.

De repente están tristes.

Más no están caducos: caducos están los hijos, que rechazan aceptar el ciclo de la vida. Es complicado aceptar que nuestros héroes y heroínas ya no tienen el control de la situación. Están frágiles, distraídos y un poco olvidadizos, tienen este derecho, pero les seguimos exigiendo la energía de un torbellino.

No admitimos sus flaquezas, sus tristezas. Nos sentimos irritados y algunos llegamos a gritarles si se equivocan con el celular u otro aparato electrónico; y encima no tenemos paciencia para oír por milésima vez la misma historia, que cuentan como si terminaran de haberla vivido.

En vez de aceptar con serenidad el hecho de que adoptan un ritmo más lento con el pasar de los años, simplemente nos irritamos por haber traicionado nuestra confianza, la confianza de que serían indestructibles como los superhéroes.

Provocamos discusiones inútiles y nos enojamos con nuestra insistencia para que todo siga como siempre fue. Nuestra intolerancia solo puede ser miedo.

Miedo de perderles, y miedo de perdernos, miedo de dejar también de ser lúcidos y joviales.



Con nuestros enojos, sólo provocamos más tristeza a aquellos que un día procuraron darnos alegrías.

¿Por qué no aceptamos, ser un poco de lo que ellos fueron para nosotros?

¿Cuántas veces estos héroes y heroínas estuvieron noches enteras junto a nosotros, medicando, cuidando y bajando fiebres?.

Y nos enojamos cuando ellos se olvidan de tomar sus remedios, y al pelear con ellos, los dejamos llorando, tal cual las criaturas que fuimos un día.

El tiempo nos enseña a sacar provecho de cada etapa de la vida, pero es difícil aceptar las etapas de los otros...

Como me ves, te veras...!

fuentes: Creative Commons License

FARMACIA NATURAL

Reduce Colesterol

- 1 limón
- 2 jitomates
- 1 naranja
- 4 ramas de perejil
- 3 tallos de apio
- 1 calabacita



Reduce azúcar en la sangre

- 1 limón
- ½ jícama
- 1 pepino
- 1 manzana
- ½ taza col verde



Reduce Presión arterial

- 1 limón
- 1.5 pepino
- 1.5 calabacita
- ½ taza de uvas
- ½ rodaja de piña



Desde hace 23 años en el aire

Es un programa técnico, científico, cultural e informativo
 Acompañanos



El Gallito Granjero

Programa de Radio para del Desarrollo Sustentable que trata todos los temas relacionados con el campo.
 Domingos 9:00 de la mañana. Frecuencia 760 a.m.
 Televisa Radio Guadalajara.

Directorio

Revisión Técnica y Forma

	Tel.	Ext.
Dr. Salvador Mena Munguía.....	37 77 – 11 55	3175
Dra. Martha Isabel Torres Morán	37 77 – 11 50	33141
(CUCBA UDG)		
Ing. Ricardo Rivas Montiel (HCG).....	36 17 – 07 60	52630
Téc. Teresita del Niño Jesús Ortiz García.....	30 30 – 06 00	56195

Edición y Diseño

Ing. María Elena Estrada García.....(33) 30 30 06 71
 Coordinadora de Desarrollo Rural, Radio y Comunicación Social
programagallito@hotmail.com