



Manos Unidas



Parroquia de
San Esteban Protomártir
Alicante. Diócesis de Orihuela - Alicante

Catálogo Plantas 2021





15 €

1- ANTIRIUM

En verano riega unas 3 veces a la semana pero en invierno reduce a 1 vez por semana.
Es casi más importante la humedad del aire que el riego



19 €

2- ORQUÍDEA

Al crecer en países tropicales el lugar ideal para poner las orquídeas son lugares húmedos, cálidos y con mucha luz, pero sin exposición directa al sol. Con regar la orquídea una vez por semana será suficiente.

Debemos humedecer la tierra donde está plantada la orquídea. El tiesto que contiene la orquídea debe de tener agujeros debajo, para que se filtre el agua sobrante, ya que las raíces de la orquídea deben humedecerse, pero en ningún caso deben quedar bajo el agua.

El tiesto que contiene la tierra de la orquídea debe de ser translúcido (dejar pasar la luz) y a su vez la maceta donde lo contenemos debe de ser de cristal o algún material traslúcido, para que la luz solar llegue hasta a las raíces.



8 €

3- GARDENIA (Jazmín del Cabo)

Necesita de abundante riego y rociado. Riego abundante cada 4-5 días en verano y semanal en invierno. Requieren la tierra húmeda todo el tiempo, pero sin que llegue a estar mojada

4- BEGONIA (Flor de azúcar)



4 y 8 €

Florecen durante casi todo el año. El riego debe ser frecuente y moderado, evitando los encharcamientos porque se pudre la base de los tallos

5- GUZMANIA



9 €

En verano riego debe ser frecuente, con agua tibia y no caliza. Utilizar agua de lluvia o descalcificada. Echar agua en el cogollo y axilas. Cámbiala 2 o 3 veces al mes. Durante el periodo de crecimiento regar con agua preferiblemente de lluvia o mineral, y mientras no esté en flor. Cuidar que haya agua en la roseta de hojas. En invierno espaciar los riegos cada ocho o diez días, sumergir la maceta en agua

6- SPATIFILIUM



7 €

Requiere ser pulverizada con frecuencia para aportarle la humedad ambiental que demanda. La tierra ha de mantenerse siempre húmeda durante el crecimiento y en invierno se deben reducir los riegos

7- KALANCHOE



3 €

Es muy sensible al exceso de agua; este es su punto débil y la causa de muchas bajas. Deja secar el compost entre riego y riego y en invierno, riego escaso. Maceta con buen drenaje



2 €

8- PENSAMIENTOS

Es conveniente regarlas con una frecuencia de 3 días durante la floración (invierno). Hay que procurar que la tierra en la que crecen esté siempre húmeda, pero también hay que prestar atención para que los suelos no se encharquen



15 €

9- CAMELIA

Es uno de los arbustos más populares de invierno y primavera. Necesita luz y mantenlas regadas, más no empapadas. Aumenta el riego durante el tiempo de florecimiento para fomentar flores llenas, luego de la floración, alimentarlas ligeramente con un fertilizante equilibrado



2 €

10- PETUNIA

Debe tener un buen drenaje y estar fertilizadas. Es importante vigilar la humedad y el exceso de agua. Los riegos dependen del clima donde te encuentres. Si es seco los riegos serán más frecuentes, pero si el clima es húmedo y soleado los riegos deben ser esporádicos. Comprobar la tierra, si aún está húmeda, espera un par de días. Requiere luz del sol directa durante ocho horas diarias así la planta florezca perfectamente



7 €

11- AMARILIS

Buena luminosidad sin exposición directa al sol ya que podría quemar sus hojas y flores (cerca de una ventana). El riego: es importante que tenga un sustrato húmedo de forma habitual, aunque evitando el encharcamiento, ya que esto podría hacer que se pudriera el bulbo



3 €

12- GERANIO

Necesita cantidades exigentes de luz. El riego depende de la temperatura ambiente. En el caso de la diferencia entre verano o invierno es el doble de aplicación de agua. Asegúrate de que la tierra esté húmeda pero sin exceso de agua



3

13- JACINTO (bulbo)

Requieren iluminación en interior de casa y parcialmente sombreada en exterior. Se riega con frecuencia pero con poca agua para evitar que se pudra el bulbo y siempre que tenga hojas verdes y esté floreciendo



3

14- NARCISO (bulbo)

La calefacción es su peor enemigo, al igual que la falta de agua. Si no hiela, sácalas mejor fuera de la casa durante la noche. Mejor es ponerlos en lugares con luz, sin sol directo. Hasta principios de verano el riego debe ser muy moderado, pero teniendo siempre la tierra húmeda. Importante que haya un buen drenaje para evitar los encharcamientos que pudrirían los bulbos



12 €

15- ZAMIOCULCA

Planta de interior fuerte y poco exigente, es preferible que no reciba la luz directamente. Riego entre 15 días y 20 días. En verano abonarla al menos una vez al mes.



2 €

16- HIEDRA

Perfecta para interior y exterior. Esta planta de bonitas hojas verdes aguanta muy bien la falta de luz, aunque crece mejor con mucha luz solar pero no directa. Debe tener bastante humedad y que no haya corrientes de aire. No necesitan mucha cantidad de agua, por lo que regaremos cada dos días en verano y en invierno una vez al día.

Importante: que tenga muy buen drenaje.



2 €

17- FITONIA

De interior en un ambiente de entre 20 y 28 grados. No puede recibir sol directo, pero sí es recomendable tenerla en un espacio muy luminoso y con humedad ambiental, por ello en clima seco o con calefacción pulverizarla con agua. El sustrato debe estar siempre húmedo pero evitando encharcamientos



3 €

18- DIMORFOTECA

Es familia del Girasol, Caléndula y otras plantas ornamentales. Requiere: luz solar completa, buen drenaje, suelo rico, recorte de hojas una vez que la floración ha terminado y eliminar las hojas y flores marchitas para incentivar un buen brote. Riego regular dos veces por semana y por la mañana



3 €

19- CINTA

Necesita buenas dosis de luz pero sin exponerla al sol directo. Es una planta resistente y no dará problemas al respecto. Si tiene las puntas secas puede ser por falta de humedad o por exceso de sol. En invierno es suficiente con regar la Cinta una vez cada 5 días o cada semana. En verano de 2 o 3 veces por semana



2 €

20- CRISANTEMO

Ponerla en un lugar claro y ventilado, pero sin corrientes. Mantén siempre la planta húmeda y quita siempre las flores u hojas marchitas. Se puede podar después de la floración, cuando ya se han caído las flores y, para realizarlo, hay que cortar las ramas dejando unos 4 cm solamente. A continuación, riega moderadamente

21- LAVANDA



2.50

Es una de las **plantas aromáticas** por excelencia, perfecta para tener en casa **y para ahuyentar a los insectos** (moscas, mosquitos). Requiere **buen drenaje**. Para ello, lo ideal es que le procuremos un suelo arenoso que facilite la evacuación de agua, evitando que haya cualquier rastro de humedad. Fundamental que la **planta reciba sol directo**, al menos durante **seis horas diarias**. La reguemos evitando siempre mojar sus ramas y flores.

Desde la antigüedad, se ha utilizado la lavanda como **relajante**. Además del insomnio, es altamente eficaz a la hora de reducir los **estados de ansiedad** y nerviosismo, disminuye la **tensión arterial**, ayuda a evitar el mareo en los viajes y facilita las digestiones alteradas por nervios. Con propiedades antisépticas, astringentes antiinflamatorias, calmante del dolor reumático, lumbares, cabeza y migrañas. Para aplicación externa y para la elaboración de los productos se emplea el aceite esencial de lavanda, el cual se extrae tras la destilación de las flores, para afecciones de la piel y cuero cabelludo (Picaduras y quemaduras, Psoriasis, eccemas o sarna, Heridas, cortes y moretones, Previene y evita la caída del cabello). Alta capacidad antivírica y antibacteriana, para faringitis, laringitis y de inflamación de anginas se recomiendan los gargarismos con lavanda. Para gripe, la bronquitis y los resfriados se aconseja tomar una infusión de lavanda muy caliente y endulzada con miel.



2.50

22- ROMERO

Planta aromática ideal tanto para dentro como fuera de casa. Ponerla al lado de una ventana, en terraza o jardín. Regarlo una vez con moderación y esperar a que la tierra se seque completamente. Tolerar temperaturas alta y frío sin exceso. Ahuyenta a los mosquitos.

Gases, diurético, antiinflamatorio, antioxidante, artritis, dolor cabeza y musculares, faringitis, dermatitis o lesiones cutáneas, estimula producción de jugos gástricos.

23- MENTA



2.50

Repele a los mosquitos. Necesita riego regular y abundante, sobre todo en las épocas de crecimiento en primavera y verano. Es recomendable utilizar fertilizante. No necesita mucho sol, por lo que se puede tener en terraza con pocas horas de luz natural

Utilizada para tratar los resfriados, la tos, la inflamación de garganta, las infecciones respiratorias y de los senos nasales, las náuseas, los vómitos, la diarrea, la acidez, el dolor de estómago, menstruales, hígado y vesícula. El aceite para dolores de cabeza, dolor muscular y de articulaciones, dolor de muelas, el picor y las erupciones alérgicas, como repelente de mosquitos.



2.50

24- HIERBABUENA

Ubicarla a pleno sol, aunque también puede adaptarse a zonas semi-sombreadas (siempre y cuando tenga un mínimo de 5 horas/luz al día). Conveniente regar unas 3 veces por semana en verano, y 2 veces el resto del año.

Ayuda a reducir **trastornos digestivos** como gases, hinchazón, náuseas, indigestión o cólicos, **acaba** el mal aliento y previene problemas de higiene dental, reduce la mucosidad y la irritación de garganta. Puede **calmar la piel irritada** a causa de quemaduras solares, picaduras de insectos o erupciones causadas por plantas venenosas.



3 €

25-RODODENDRO

Arbusto ornamental de exterior, necesita buena exposición solar pero no tolera su incidencia directa por lo que hay que plantarlo en semi sombra o en zona de sol en las horas de menos intensidad. Planta amante del agua que no tolera el exceso de agua en sus raíces, agradece la humedad y necesita una buena pauta de riego. Si vivimos en un clima muy cálido, quizás tengamos que regar incluso dos veces al día: antes de la salida del sol, y cuando atardezca.



2.50

26- SCHUMBERGERA

Truncata o cactus de Navidad

En interior: ponlo en una habitación en la que entre mucha luz natural y esté lejos de las corrientes de aire, tanto frías como cálidas. **En Exterior:** en semisombra, si está expuesto al sol directamente se quema. Al ser una planta de selva tropical, necesita que la **riegues 2 o 3 veces por semana en verano**, incluso 4 si hace mucha calor y el ambiente es muy seco, **y cada 5-7 días el resto del año**. Eso sí, en caso de que le tengas puesto un plato debajo, quítale el agua que sobre a los diez minutos de haberla regado ya que de lo contrario las raíces se pudrirían. No hay que mojar la parte aérea (segmentos), a menos que esté en el exterior y sea primavera o verano. Durante todo el año es importante abonarla con abonos específicos para cactus



2.50

27- TULIPAN (bulbo)

El riego en el interior de nuestra casa, o bien en alguna ventana o balcón será de 2 o 3 veces por semana. Cuando los pétalos se marchitaran y las hojas juntamente con el tallo, empezarán a amarillear debemos esperar unas 5 o 6 semanas hasta que la totalidad de la planta esté amarilla, y llegados a este punto, tenemos dos opciones: retirar la parte marchita de la planta y desenterrar los bulbos, para mantenerlos en lugar fresco y seco hasta plantarlos de nuevo el año siguiente o mantenerlos en la maceta cambiando el sustrato para proporcionar nuevos nutrientes a nuestros tulipanes sacando el tiesto al exterior para proporcionar ese periodo de frío necesario



28- PRÍMULAS (primaveras)

Se riegan cada 2-3 días sin mojar las flores. Hay que eliminar las flores secas

2 €

29- Tomillo



2.50

Una de las plantas más resistentes a la sequía que podemos cultivar ya que aguanta muy bien las altas temperaturas y no sufre demasiado con la falta de riego y requiere poca agua y macetas altas y profundas. De las más utilizadas en nuestra famosa gastronomía mediterránea por su intenso aroma y delicado sabor. Pero además se puede usar como medicamento natural ya que tiene unas propiedades muy interesantes para la salud, un potente expectorante natural, propiedades antisépticas y desinfectantes.

Una infusión calentita de tomillo es ideal para para tratar tos, catarros, faringitis, laringitis, trastornos digestivos como gases, reflujo, ardor de estómago, alivia la sensación de pesadez después de las comidas copiosas o la molesta sensación de nervios estomacales.



2.50

30- Curry

Destaca por su **particular e intenso olor**, y su aspecto es ornamental. Se caracteriza por su **fácil cultivo** y que es muy resistente, se adapta bien a distintas temperaturas y cambios climáticos. Necesita una ubicación **donde reciba luz solar plena**. Dado que es una planta que produce flores y es aromática, se recomienda ubicarla a pleno sol. Es importante **evitar un exceso de humedad**



2.50

31- Perejil

Acción diurética y antiinflamatoria, presenta sales de hierro, calcio, fósforo, magnesio y varias más, que le confieren -junto con las vitaminas A, B y C- propiedades como remineralizante, tónico y antianémico.

Requiere de estar en una zona muy iluminada, pero no debe estar expuesta de forma directa a la misma más de unas 4 o 6 horas al día, ha de regarse el perejil de forma que la tierra se encuentre siempre húmeda y la maceta requiere un drenaje adecuado. En ambientes secos, conviene atomizar o pulverizar agua sobre sus hojas y tallos de vez en cuando. Si la pones cerca de otras plantas aromáticas ahuyenta los insectos.



2.50

32- Ruda

Planta silvestre, muy rústica, capaz de sobrevivir sin ayuda, necesita sol en abundancia, en la zona de **máxima exposición solar** y la tierra con buen drenaje para que no se encharque. Se riega muy poco, **solo cuando el suelo comience a secarse**, es muy resistente a la sequía.

El aceite de ruda se aplica a la piel para aliviar el dolor de la artritis y para tratar heridas. Las infusiones de hoja de ruda para tratar casos de estreñimiento o desórdenes digestivos, dolor cabeza, síndrome premenstrual, nerviosismo, ansiedad, tonificar arterias y normalizar el flujo sanguíneo



2.50

33- Santolina

Le tiene que dar la luz del sol de manera directa, a ser posible durante todo el día. Es planta de exterior que aguanta hasta -5º. En interior solo si se tiene una habitación en la que entre mucha luz natural. Tiene que tener un **tener buen drenaje, riego poco frecuente, una o dos veces por semana**. Si le tenemos puesto un plato debajo, le quitaremos el agua que sobre a los diez minutos de haber regado

Propiedades antiespasmódica, analgésica, antiulcerosa y antiinflamatoria, **descongestionante y expectorante**, combate **infecciones por vermes** (lombrices y gusanos), aumenta el apetito, **evita que las heridas se infecten**, aliviar conjuntivitis e inflamaciones en los ojos, ayuda a regular la menstruación, ligero efecto sedante. Pero un consumo elevado puede provocar intoxicaciones

Su uso en **Infusión** (se ponen a hervir de 5 a 8 flores en una taza de agua. Para mejorar la digestión y como desparasitante, se han de tomar hasta 3 tazas al día), en **Esencia**: se han tomar de 3 a 4 gotas en una cucharada pequeña 3 veces al día, lo mejor para eliminar los parásitos internos) o **tópico externo** (se pone a hervir de 5 a 8 flores en una taza de agua, se humedece un algodón y luego se escurre bien para posteriormente colocarlo sobre las zonas inflamadas o sobre los ojos)