

EL SOBERANO



CENTRO DE ADULTOS

SEÑOR PEZZI, NO SOMOS COSAS,
SOMOS PERSONAS. NO NOS quite
ALGO QUE NOS HA DEVUELTO LA
ALEGRÍA Y LAS GANAS DE SABER
COSAS NUEVAS.

SUMARIO

* EDITORIAL: Grupo de postgraduado.....	Pág. 1
* EXPERIENCIAS PERSONALES:	
"Los tiempos del estraperlo". María Gallardo.....	Pág. 2
"Mi abuela era una mujer...". Robledo F. Vargas.....	Pág. 3
"Yo tengo muy buenos...". Estrella Fortaleza.....	Pág. 3
* ¿CÓMO SE HACÍA...?:	
El queso. Carmen Florido Fernández.....	Pág. 4
La cría de los pollos. María Gallardo.....	Pág. 6
* DICHOS Y REFRANES:	
Recopilados por Josefa Márquez.....	Pág. 7
Recopilados por Estrella Fortaleza.....	Pág. 8
* ¿QUÉ SABEMOS DE...LA RESIDENCIA ESCOLAR "LOS PINOS":	
Entrevista a D. Gregorio Rodríguez Navarro.....	Pág. 9
* CANCIONES PARA JUGAR:	
"Anda diciendo tu madre..." Recopilado por A. Caballero...	Pág. 11
"Soy la reina de los mares" Recopilado por D. López.....	Pág. 11
* POESIAS:	
"La niña lava pañales".Recopilado por Carmen Florido.....	Pág. 12
"Entre palmas y alegría".Recopilado por M. F. Granados....	Pág. 13
* NUESTRA OPINIÓN:	
"Medios de comunicación de masas".Grupo de pregraduado....	Pág. 14
"La educación en Constantina". Ana Rodríguez Gómez.....	Pág. 15
* RECETAS:	
Ensalada de arroz. Consolación Gallego González.....	Pág. 16
Rollo de carne. Emilia Muñoz Muñoz.....	Pág. 17
Tarta de almendras. Josefa Torrado González.....	Pág. 18
* VIAJE CULTURAL A CÓRDOBA:	
Manoli Bolaños Muñoz y María Cantos Campano.....	Pág. 19
* PÁGINA ABIERTA:	
Cáritas. Juan Francisco Granés Alvarez.....	Pág. 21
* AZARTAJONES. Rosario Fernández Reina.....	Pág. 22
* ASÍ HABLAMOS EN LA SIERRA NORTE.....	Pág. 23
* ACTIVIDADES DEL CENTRO.....	Pág. 24

CONSEJO DE REDACCIÓN:

- . Gracia Corona Luque.
- . Angeles Moruno Romero.
- . Rosario Navarro Vizquete.
- . Ana Rodríguez Gómez.
- . Robledo Sayavera Martín.
- . Josefa Simeón Rubiano.
- . Josefa Torrado González.
- . José T. Fernández García.
- . Francisco Vera Díaz.

DIRECCIÓN:

C.P. EPA Constantina.
C/ Hermosa Baja; S/N. Apdo: 88.
Tlfno: 588 18 29.
Constantina-41450.
SEVILLA.

DISEÑO, IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN:

Taller de Prensa.
Centro de Adultos de Constantina.

Constantina, Junio de 1.997.



EDITORIAL

Estamos a las mismas puertas del siglo veintiuno.

Somos una civilización y presumimos de ser un pueblo civilizado, si comparamos nuestra situación con otros pueblos que cada día tienen un nombre.

Todos hablamos de solidaridad y de derechos humanos y en muchos países hay una lucha férrea por conseguir esto y, si algún día se consigue, se hace un balance de las vidas que ha costado y que podrían haberse evitado, sólo con que unos pocos dieran "su brazo a torcer" y se hubiesen estrechado las manos.

Aquí en nuestro país la mayoría de las voces se alzan, piden un puesto de trabajo, digno y sin discriminación, pero nosotros, aquí y ahora en particular, luchamos por una mínima educación, - que casi se nos niega.

Utilizando los medios que, dentro de nuestra educación, nos son permitidos, intentamos ser escuchados, al igual que nosotros escuchamos y respetamos esas leyes, aprobadas por unos pocos y - obligatorias para todos, pero que apenas en algún sitio pueden ponerse en práctica.

Les exigen a los jóvenes unos estudios y una preparación que no pueden ponerse en práctica sin un ambiente y preparativos adecuados. Así es que seguiremos alzando la voz, pues lo que pedimos creemos que no es ningún disparate. Creemos que con una buena educación los países evitarán muchos conflictos y sólo así, nuestros hijos podrán ser libres, luchar por un puesto de trabajo el día - de mañana y podrán hablar sin miedo a equivocarse.

Pero de unos años acá, la educación está cambiando, según dicen para equipararnos con Europa, aunque no para mejorarla, sino para tener que empezar a rebajar los niveles de enseñanza.

Seamos miembros de esa Comunidad tan famosa, pero con mejores estudiantes, no con más jóvenes en clases sin saber que hacer, no recortando cada año los presupuestos de la enseñanza y sí haciendo de las escuelas un lugar donde educar de verdad. Pero, - pasado algún tiempo y los padres no hayan podido dar a sus hijos la educación que una sociedad civilizada requiere, ¡no importa!, ya que el Gobierno de los recortes a la educación, sacará alguna partida para asistentes sociales, que intentarán entonces educar a padres e hijos, cuando la enseñanza se hace más difícil en una edad adulta.

Por todas estas cosas y por el panorama que tenemos en nuestro pueblo, creemos que el título de europeos no nos debe deslumbrar y nuestra Educación, hoy por hoy, es peor que ayer y para este cambio, conocemos todos un refrán: "Para este viaje..."

Y es una pena que si todos los españoles somos iguales, según dice la Constitución, haya tanta desigualdad y que en unos lugares haya gran cantidad de colegios, institutos, universidades y que aquí, en Constantina, lo poco que tenemos, incluido - nuestro Centro de Adultos, nos lo quieran quitar.

Por eso es triste pensar que, ya que muchos de nosotros no tuvimos esas oportunidades, ahora nuestros hijos tampoco las vayan a tener igual que las tienen los que viven en otro lugar y - que cuando lleguen a ser adultos no tengan la misma preparación que otros para poder realizarse en la sociedad.

Grupo de postgraduado.

EXPERIENCIAS PERSONALES

LOS TIEMPOS DEL ESTRAPERLO

Cuando yo tenía doce años, era cuando había el estraperlo. Entonces, aquí en Constantina, se hacía el estraperlo del aceite, entre otros.

Había una mujer que le decían la Asturiana, y entre ella, mi madre y yo íbamos a los molinos a por el aceite.

Antes, en el pueblo había muchos molinos, como el Molino - Blanco, que estaba a la vera del "Gasolina", el de la Trapera, - que ahora es la Cooperativa, también estaba el de Melendo, que - es donde ahora están los coches del "Quinto", otro era el de Ru - perto, que es donde están los pisos de Santa Ana y el de Ortiz, que es ahora la bodega de Palomo.



Teníamos que acarrear el aceite por la noche, a eso de las dos o las tres de la madrugada y se pasaba mucho miedo, porque - si nos cogía la Guardia, nos quitaban el aceite.

Entonces venían los mineros con sus bicicletas en busca del aceite. Unos lo llevaban en latas y otros se lo llevaban en unos pellejos, que no sé si eran de cabra o de cochino y le echaban - cinco garrafas de aceite que hacían diecisiete litros cada una.

Yo pasaba tanto miedo, que lo único que pensaba era que me gustaría ser hija de todos los señoritos para no tener que acarrear aceite y no tenerme que acostar tan tarde.

María Gallardo.

Mi abuela era una mujer bajita, de ojos azules y alegres. Esto lo sé, no porque la haya conocido, sino porque mi madre - así me lo ha contado.

Me cuenta, por ejemplo, que de cualquier cosa sacaba una fiesta: vestía una escoba con los faldones de sus hijos, una botella de aguardiente la llenaba de agua, unos cagajones los liaba en papel de polvorón y se iba de casa en casa invitando a los vecinos y después se iban a su casa y formaban una fiesta.

Le gustaba tener a su familia siempre a su lado para contarles sus historias y nunca le gustaba estar sola.

También me contaba mi madre algunos recuerdos, como cuando venía con el cántaro de barro lleno de agua fresquita, que lo ponía en la cantarera al lado del chinero, con su jarrillo de lata al lado.

Así que estos son los recuerdos que yo tengo de mi abuela, a pesar de no haberla conocido.

Robledo Fdez. Vargas



Yo tengo muy buenos recuerdos de mi abuela.

Tenía diez años cuando se vino con nosotros a vivir y estuvo hasta que se murió. Mi abuela tenía mucho genio, pero después era muy buena y nos quería mucho. Siempre se tiraba más a mi hermano Joaquín, porque era el niño mayor.

Un día vino al pueblo, se perdió porque había mucha niebla, teníamos miedo pues había lobos, pero gracias a Dios no le pasó nada.

Estrella Fortaleza.

El Soberao 3

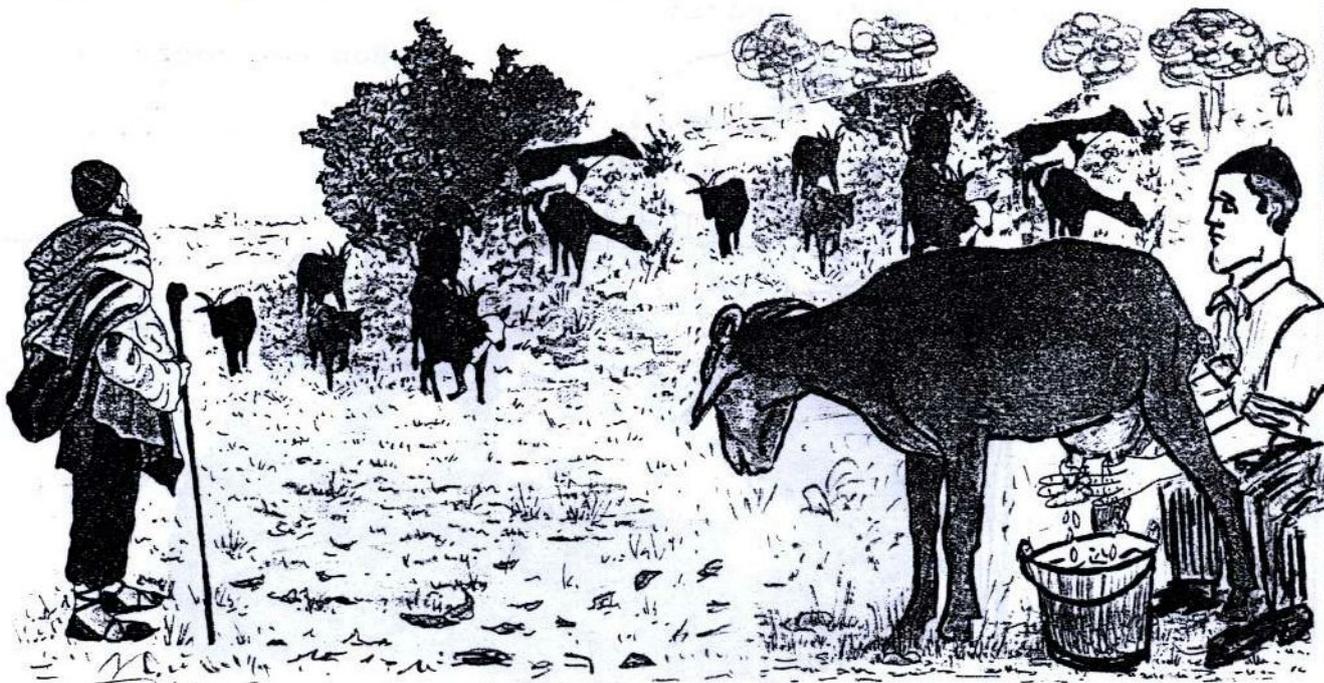
¿COMO SE HACIA...?

Antiguamente, se hacían muchos quesos en el campo. Y así es como lo hacíamos los pastores en nuestros tiempos:

En primer lugar había que preparar cuajo, que era natural, porque se hacía con el estómago de un chivito. Es decir, cuando el chivo muere al nacer y habiendo sido amamantado una sola vez, o sea, - que si el chivo ha comido cualquier otra cosa que no sea leche, el cuajo no servirá para nada, ya que éste está sucio.

Entonces, se cogía al chivo muerto y se le abría en canal, después se le sacaba la barriga, que como ya he dicho antes, si hubiese comido algo no valdría y se le dice mondongo. Luego, como el cuajo se encuentra dentro del estómago y tiene una pequeña boca, se tiene que amarrar con una guita para que la leche no se salga.

A continuación, se coge el cuajo y se refriega en ceniza para que las moscas no lo piquen y para que se seque antes y después se cuelga hasta que esté seco del todo.



Una vez preparado el cuajo, se coge un pedacito, según la cantidad de suero que se vaya a utilizar, se machaca en un mortero para que quede como la harina y se le añade al suero. En caso de que no hubiera suero, se le añade agua, siempre menos cantidad que si fuese suero, ya que con el suero queda más espeso.

Después, una vez que se ha ordeñado la cabra, hay que colar la leche, que se puede hacer con un paño blanco o con un estropajo y un colador de tela metálica grande.

Con la leche aún caliente y cerca de la candela para que no se enfríe, se le añade el cuajo, que debe ser bien movido antes y en proporción a la cantidad de leche que se tenga.

Una vez echado el cuajo y de tener la leche preparada, se mueve bien con un aparato que tiene un mango largo que acaba abajo en una ruedecita de corcho con varios picos a su alrededor.

Cuando está bien movido, se tapa el cubo con un paño blanco y así se tiene aproximadamente unas dos horas. Pasado este tiempo, que la leche esté cuajada, se vuelve a mover y se deja reposar otra media hora, para que el cuajo esté completamente asentado.

Luego, con un jarro se le va sacando el suero y con la otra mano se va bajando la cuajada.

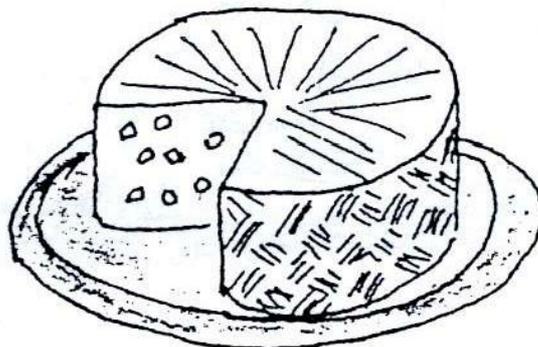


A continuación, se pone en el entremijo, que es una tabla de un metro de largo aproximadamente, con rendijas, para que al hacer el queso, escurra el suero.

Después se utilizan las esterillas, que rodean la masa del queso en redondo y que tienen unos agujeros alrededor y un ganchito con el que se va presionando el queso, ayudándose con las manos.

Por último, cuando al queso no le queda suero, se le echa sal y se deja escurrir y al día siguiente está listo para comer.

Carmen Florido.



LA CRIA DE LOS POLLOS

Hay un refrán que dice: "si quieres pollos el día del Señor, - echa la gallina el día de la Ascensión, que veintiún días son".

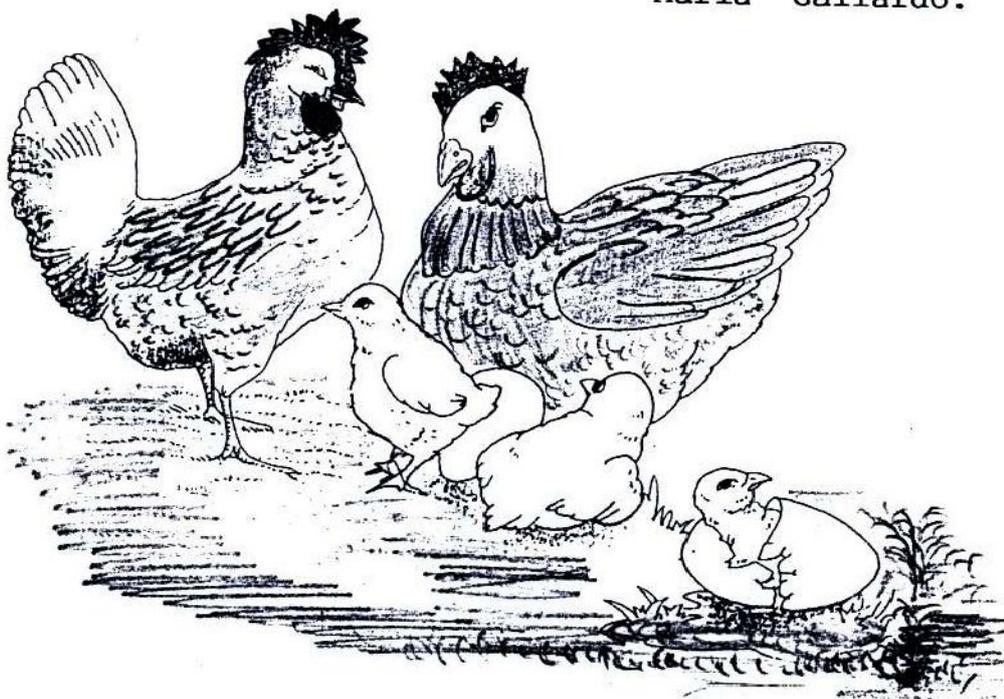
Esto quiere decir que antes se tenía la costumbre de que cuando la gallina caía clueca, se ponía en un cajón con paja y se le echaban los huevos, que se le debían poner veintiún días antes.

Se ponía la gallina en un cuarto con su comida y su agua y, - con sus alas tapaba los huevos para incubarlos. Así, al cabo de - los veintiún días empiezan a salir los pollitos.

Pero cuando ya está fuera del cascarón, lo primero que había que hacer era quitarle un pellejito que tienen en el pico y darle un grano de pimienta para que coman y se le haga el estómago, de manera que con el pique de la pimienta le entraba calor y le daba ganas de beber agua y así empezaban a comer.

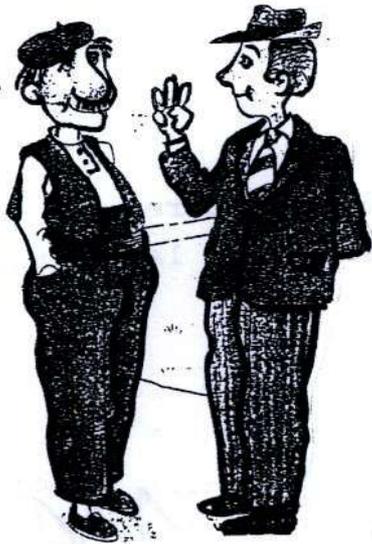
También se tenía la costumbre de ponerle a los huevos una cruz de madera encima o unas tijeras abiertas, para que no se pusieran hueros cuando había tormenta. Ahora en cambio, algunas personas, para evitar que se les estropeen los huevos los días de tormenta, le ponen una radio encendida a la gallina.

María Gallardo.



DICHOS Y REFRANES

Ya sé por qué me dijiste
que no me podías ver
fue por tu falta de vista
y no por tu mal querer.



Si ves a un rico
comiendo de un pobre.
en compañía,
o el rico le debe al pobre
o es del pobre la comida.

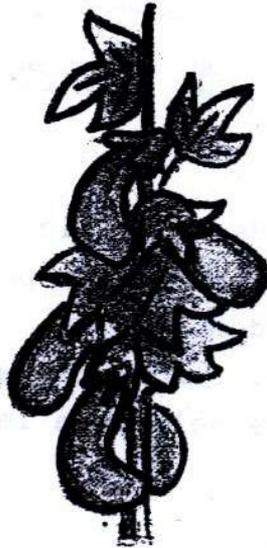
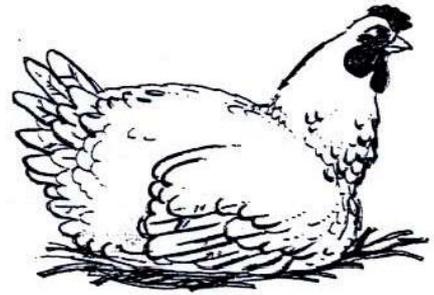
Pa echarte el novio que tienes
con esa cara mostillo,
o tienes muy malo el gusto
o te gusta su "bolsillo".



La atmósfera es una cosa
que nadie la ve,
pero que al nublarse está
propensa a llover..

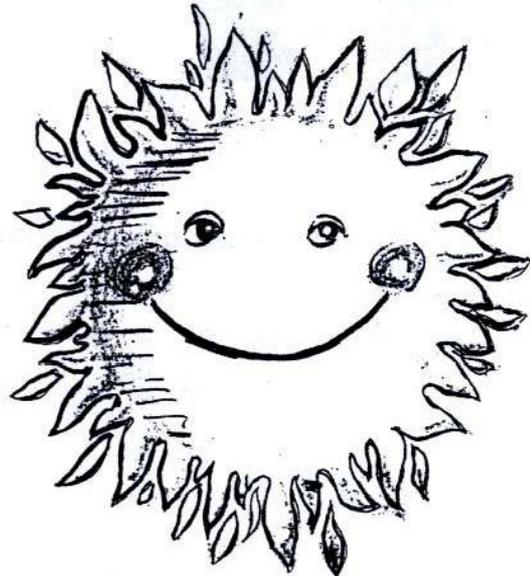
Recopilado por Josefa Márquez.

En el tiempo de la graná
la gallina no pone ná.



En el tiempo de la berenjena
a la mujer se le cae la melena.

En Marzo
se pega el sol
como un pelmazo.



En Abril, hueverín
y en Mayo pajarallo
y en San Juan,
pajarillos a volar.



Recopilados por
Estrella Fortaleza.

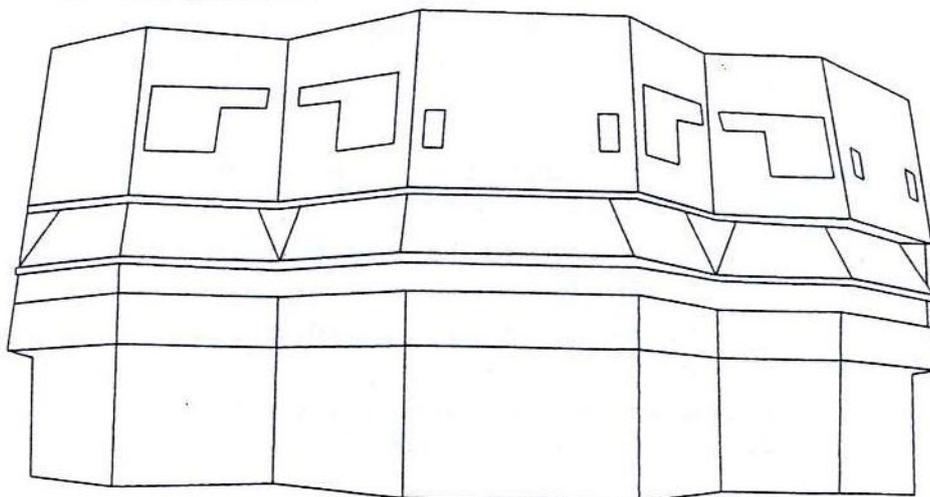
¿QUÉ SABEMOS DE...

LA RESIDENCIA ESCOLAR "LOS PINOS"?

Con motivo del 30º Aniversario de la inauguración de la Escuela Hogar, hemos creído interesante realizar la siguiente entrevista a D. Gregorio Rodríguez Navarro, director actual de la Residencia Escolar "Los Pinos". Para ello, varias alumnas del Centro de Adultos se desplazaron a la Residencia, donde fueron atendidas amablemente.

- ¿En qué año se inauguró la Escuela Hogar?
En el año 1.967. Durante el presente año estamos celebrando el 30º Aniversario.
- ¿Por qué motivo se construyó la Escuela Hogar?
Para atender a los niños que vivían en el campo y no podían asistir al colegio con regularidad.
- ¿Cómo se llama: Escuela Hogar o Residencia Escolar?
Antes era Escuela Hogar, pero desde el año 1.988 pasó a llamarse - Residencia Escolar, para diferenciarlas de las privadas que siguen denominándose Escuelas Hogares.
- ¿Cuántos alumnos tenía cuando se inauguró?
Cuando se inauguró había 250 niños y todos eran del campo.
- ¿Cuántos alumnos hay actualmente?
En el presente curso hay 220 internos sobre una capacidad en la Residencia de 260 alumnos.
- ¿Cuántos alumnos comparten la misma habitación?
Depende, pues no todas las habitaciones son iguales. Las hay para 6, para 8, para 10 y hasta para 26 alumnos.
- Este Centro, ¿acoge a niños sólo de Constantina o también de otros pueblos?
La Residencia Escolar recibe a niños de Constantina, de la Sierra Norte y, también, de otros pueblos de la provincia.
- ¿Qué hay que hacer para apuntar a un niño en la Residencia?
Solicitar una beca gratuita de la Junta de Andalucía.
- ¿Cuántos alumnos habrán pasado por la Escuela durante estos años?
Aproximadamente, alrededor de unos 6.000 alumnos.
- ¿Cuántos años lleva usted de director en la Residencia?
Desde el año 1.984, es decir, llevo ya 13 años.
- ¿Cuál es la función del director?
Intentar dirigir el Centro lo mejor posible.
- ¿Qué se siente al llevar tantos años de director?
Personalmente siento una gran responsabilidad y, al mismo tiempo, una gran ilusión por poder ayudar a niños y jóvenes que tienen dificultades.
- ¿Cuántas horas le dedica usted a la Residencia?
La verdad, muchas, muchas horas.
- ¿Cuántos directores ha tenido la Residencia Escolar?
Antes de ser yo el director hubo dos directores en la Escuela.
- ¿Cuántas personas trabajan en la Residencia?
En total hay 30 profesionales dedicados a la Residencia.
- ¿Quién es el profesor más antiguo del Centro?
La profesora más antigua de la Residencia se llama D^a. Milagros Martín Álvarez.

- **¿Es buena la relación entre los profesores y los alumnos?**
Es muy buena porque la convivencia en la Residencia es muy estrecha, debido a que estamos mucho tiempo juntos.
- **¿Cada cuánto tiempo regresan los internos a sus casas?**
Depende de los problemas que cada interno tenga en casa.
- **¿Cuánto tiempo libre disponen los internos al día?**
También depende. Algunos disponen de más tiempo que otros según la edad que tengan y de los deberes que traigan del colegio.
- **¿Están contentos los chavales en la Residencia?**
Como en sus propias casas no están en ningún sitio, aunque ellos se encuentran muy a gusto aquí, porque esta es su segunda casa.
- **¿Qué actividades se llevan a cabo en la Residencia?**
Además de las horas de estudio y ver la televisión, se realizan excursiones y actividades donde participan conjuntamente los alumnos y profesores del Centro.
- **¿Cuánto dinero cuesta tener abierta la Residencia cada curso?**
Cada curso escolar tiene, aproximadamente, 30 millones de pesetas de presupuesto.
- **¿Quién paga todo este dinero?**
Como la Residencia Escolar es Pública, los gastos de la misma los costea la Junta de Andalucía.
- **¿Cómo se encuentra el edificio después de treinta años?**
Pues, se encuentra regular. Habría que realizar una serie de reformas: como acondicionar los dormitorios y ampliar espacios.
- **¿En qué se diferencian los niños de ahora de los de antes?**
Antes eran más obedientes y ahora son más revoltosos.
- **¿Recuerda algún alumno que haya destacado del resto en estos años?**
Pues sí. Ha habido alumnos que se han situado en la vida, gracias a la Residencia que les permitió continuar sus estudios.
- **¿Qué significa para usted la Residencia Escolar?**
Para mí la Residencia es un gran proyecto donde se intenta dar soluciones a los niños que tienen problemas.
- **Durante estos años le habrán pasado muchas cosas pero, ¿cuál es la anécdota que más recuerda?**
Cuando visitamos la ciudad de León llegamos en horas que la catedral estaba cerrada y, para poder verla, dijimos que nos acompañaba el Señor Obispo y que, en realidad, era uno de los profesores que se hizo pasar por tal. Esta es una de las muchas que durante estos años nos han pasado.



CANCIONES PARA JUGAR

Anda diciendo tu madre
que la gallina no pone
ella se come los huevos
y tira los cascarones.
Dimos a la lata, a la lata
a la lata dimos,
dimos a la lata, a la lata
nos divertimos, nos divertimos.
Zapatucho, y tú como eres
y yo como tú,
y tú por igual.
Zapatucho, zapatucho
de verdad.



Recopilado por Aurora
Caballero Ramirez.

Soy la reina de los mares,
señores lo vais a ver.
Tiro mi pañuelo al suelo
y lo vuelvo a recoger.
Pañuelito, pañuelito,
quién te pudiera tener
metidito en el bolsillo,
"liaíto" en un papel.



Botín, botera, el novio de Micaela.
Micaela fue a los toros,
de los poyos se cayó.
Pobrecita Micaela
que hasta el culo se le vio.

Recopiladas por
Dolores López Guerrero.

POESIAS

La niña lava pañales
y los tiende en el romero
y a la otra orilla del río
ha llegado un carbonero.
Corazón de a cardenales
acardenalado el cuerpo
tírame niña pañales
que tengo el niño pequeño
desnudito en la choza
sobre un puñado de heno.
Su madre lo está arropando
con el calor de su aliento.
La niña le tira pañales,
flores se le van volviendo
y la camisa que le tiró
mariposas se le han vuelto.
De oro y plata
era la cara del carbonero
y en la tarde milagrosa
¡qué bien que olía a romero!

Recopilado por Carmen Florido.



Me gustaría tener amigos
y ser muy feliz
pero no lo consigo.
Quisiera tener más ánimo
pero no lo consigo,
porque tengo muy presente
los seres queridos
que ya he perdido
y mi vida sin ellos
ya no tiene sentido.
Y ahora voy a la escuela
pero concentrarme
no lo consigo.

Isabel Nieto Domínguez

Entre palmas y alegría
 el primer domingo de Octubre
 la sacan de romería
 a la Patrona de Constantina.
 Esa Virgen tan divina
 que la sacan por la calle
 entre los hombros subida.
 Y los romeros que la llevan
 pisan con mucha alegría
 porque llevan al Robledo
 a la Virgen más bonita.
 Por la carretera va derecha
 a su ermita con carrozas,
 música y alegría
 acompañándola a su hermosa
 Ermita del Robledo,
 que hasta tiene una fuente
 y un arroyo entre juncos y chopeas,
 donde corre el agua bendita
 en la primavera,
 donde está bendecida
 por esa Virgen tan buena.

Y un día de romería
 cuando la Virgen pasaba
 una chavalilla gritó
 y le dijo estas palabras:

- Virgencita del Robledo
 de rodillas te lo pido
 que pongas a mi madre buena
 que es el último cariño.
 De promesa te voy a echar
 de llevarte cuatro velas
 a la Ermita del Robledo
 si pones a mi madre buena.

Pasaron cuatro días,
 su madre se puso buena
 y por la carretera
 se ve venir la chavalilla
 a cumplir su promesa,
 a ponerle cuatro velas
 a la Virgen del Robledo
 que puso a su madre buena.

Una tarde de romería
 cuando la Virgen paró
 la chavalilla de alegría
 le dijo estas palabras:

- Virgencita del Robledo
 vuelve la cara para atrás
 y verás de acompañamiento
 al sol y la luna llorar
 del milagro que me has hecho.

Recopilado por Manuel
 Fernández Granados.



NUESTRA OPINION

MEDIOS DE COMUNICACION DE MASAS

Los medios de comunicación de masas son aquellos que comunican o informan a una gran masa de población, es decir gran cantidad de personas.

El primer medio de comunicación de masas que surge es la Prensa, allá por el siglo XVII en forma de pequeños periódicos llamados "GACETAS".

Ya en el siglo XX, aparece otro nuevo medio de comunicación - como es la Radio. Y por último, superando a estos dos medios (Prensa y Radio) aparece la Televisión.

Estos medios de comunicación de masas han sido una parte importante en la sociedad, ya que sirven para informarnos de muchas cosas que pasan, fuera y dentro de España, llegando a todas las clases sociales, pues hoy todo el mundo dispone de un televisor o de una radio.

La Prensa es un medio de comunicación escrito y, aunque es el más lento de los tres, es el que más obliga al lector a pararse a leer y, así, aumentar su nivel cultural.

La Radio es un medio de comunicación oral y supuso un gran avance pues, por primera vez, se podía oír hablar a otras personas a grandes distancias. Es un medio rápido y entretenido que nos permite oírla sin que dejemos de trabajar o realizar otra actividad.

En cambio, la Televisión, que es el medio de comunicación hoy día más utilizado, nos hace ser personas pasivas pues, mientras la vemos, no hacemos otra cosa más que consumir televisión.

La Televisión se ha convertido, actualmente, en un objeto de consumo más de nuestras vidas. Nos absorbe muchas horas de nuestro tiempo y, aunque nos informa en directo de acontecimientos ocurridos muy lejos, también nos influye en nuestro comportamiento y en nuestra vida, ya que muchas veces queremos, hacemos o imitamos lo que echan por televisión.

Grupo de Pregraduado.



LA EDUCACION EN CONSTANTINA

Soy alumna del Colegio de Adultos y una noche viendo la televisión, o sea, la emisora de la KTV, escuché hablar del tema de los colegios que tiene Constantina y cuando dijeron que iba a haber una manifestación por las calles del pueblo, nosotros también decidimos salir y nos inventamos esta canción:

¡Constantina está que trina
porque no tiene colegios,
pero salimos a la calle
a pedir nuestros derechos!

Como con esta manifestación, que se celebró el día 7 de Marzo, no se consiguió nada, el pueblo volvió a salir a la calle una semana después. Esta vez lo hicimos todos los alumnos del Centro de Adultos y además con unas pancartas hechas por nosotros mismos. Una de ellas decía: "LAS ABUELAS DEL CENTRO DE ADULTOS PEDIMOS COLEGIOS PARA NUESTROS NIETOS".

También volvimos a cantar canciones que nos habíamos ido preparando para reclamar una solución al Señor Consejero:



¡Estamos todos muy hartos de pedir nuevos colegios. Dice el Señor Consejero que todavía esperemos!

¡Somos alumnas de Adultos y salimos por las calles a pedir nuestros derechos, pero no nos escucha nadie!

A la semana siguiente hubo una nueva manifestación, pero esta vez sólo fue en la calle Mesones. También se dieron charlas en todos los colegios, incluido nuestro Centro de Adultos, para informarnos y parece que algo se va solucionando.

Ana Rodríguez Gómez.

ENSALADA DE ARROZ

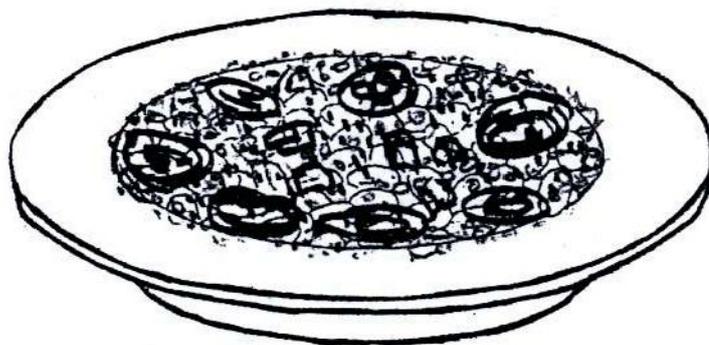
Ingredientes:

- Arroz.
- Pimiento.
- Tomate.
- Guisantes.
- Maíz.
- Atún.
- Cebolla.
- Aceite.
- Vinagre.
- Sal.



Preparación:

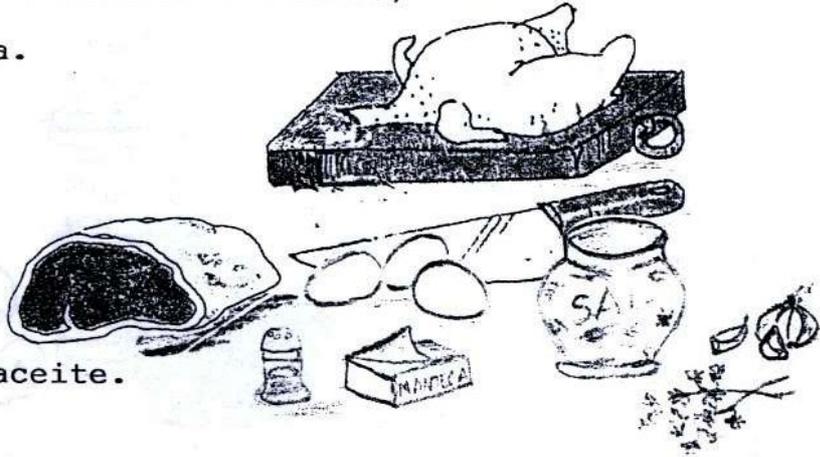
En primer lugar, se cuece el arroz y se deja enfriar. A continuación, picamos el pimiento, el tomate y la cebolla en trocitos muy pequeños. Después, mezclaremos todos los ingredientes y aliñaremos al gusto la ensalada. Servir fría.



ROLLO DE CARNE

Ingredientes:

- Mitad y mitad de carne de cerdo y de pollo picada.
- Huevos (según la cantidad de carne)
- Pimienta molida.
- Sal.
- Ajo.
- Perejil.
- Pan rallado.
- Mantequilla o aceite.

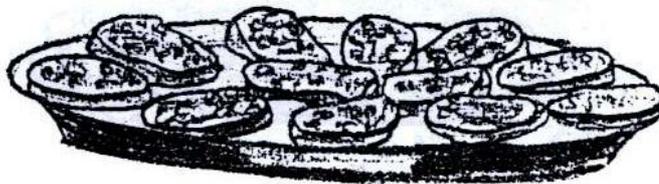


Preparación:

Se baten los huevos y se le añade bastante pimienta, sal, ajo y perejil picado muy pequeñito. A continuación, se añade la carne picada, el pan rallado (el que admita). Con todos los ingredientes se hace una masa y se enrolla.

Se extiende un trozo de papel de aluminio y le untamos mantequilla o aceite. Llamos el rollo de carne en este papel bien apretado. Después, metemos el rollo en el horno, aproximadamente, una hora u hora y media. Vamos pinchando y comprobando si la carne está hecha.

Por último, cuando se enfríe, se le quita el papel y se corta en rodajas.



TARTA DE ALMENDRAS

Ingredientes:

- 1/4 Kg. de Almendras.
- 1/4 Kg. de azúcar.
- 4 huevos.
- Aceite.



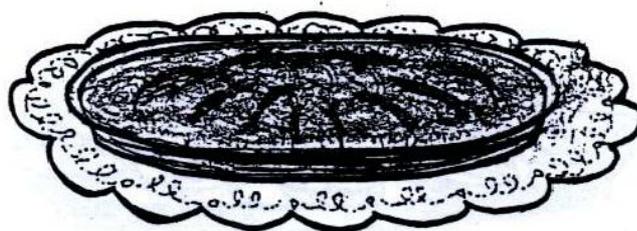
Preparación:

En primer lugar, separamos las claras y las yemas de los huevos. Se baten muy bien las claras y, después, las yemas.

A continuación, le quitamos la piel a las almendras y se pasan por el rallador.

Luego, mezclamos las claras, las yemas y el azúcar. Por último, le echamos las almendras ralladas y poco a poco vamos moviéndolo todo muy bien.

Después, se unta un molde con aceite y se pone toda la masa dentro. Metemos el molde en el horno y le colocamos un trozo de papel de estraza encima de él para que la masa no se arrebate y la almendra cueza bien.



VISITA CULTURAL

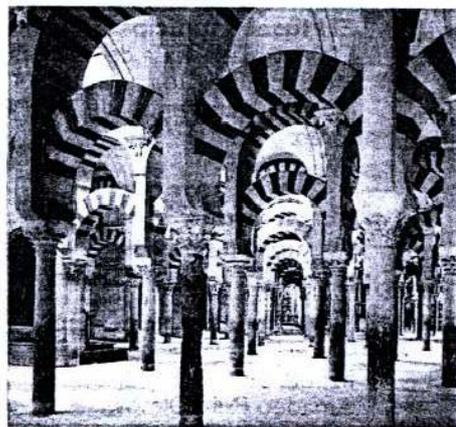
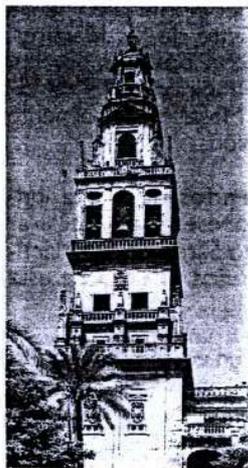
El día 30 de mayo, hicimos una excursión a Córdoba, promovida por el Centro de Adultos y los Servicios Sociales del Ayuntamiento. Fuimos dos autobuses, uno para el Centro y el otro para el pueblo de Constantina y como hubo subvenciones, todo fue muy barato y nos beneficiamos todos.

La salida fue en Llano del Sol, a las siete y media de la mañana y cuando íbamos por la carretera de Lora, nos asustamos al escuchar el coche de los Municipales tocando mucho el claxon, pero sólo era que la Alcaldesa había llegado tarde y fue allí donde se unió a nosotros.

Paramos a desayunar en Posadas, en la misma carretera y allí sucedió la segunda anécdota, cuando pedimos el desayuno y no había tostadas, así que a alguien se le ocurrió decir: "En el pueblo de Posadas, ya no hay tostadas".

A las diez y media llegamos a Córdoba y, después de algunas intrucciones que nos dieron para que no nos perdiéramos, nos dirigimos hacia la Mezquita. Pero mientras esperábamos la entrada, unas compañeras hicieron amistades con unos "chinos" y los demás como buenos andaluces, cantaban y bailaban sevillanas y los turistas extranjeros nos hacían fotos y vídeos.

Una vez dentro de la Mezquita Catedral pudimos apreciar lo bonita que es, por su arqueología y sus monumentos en general, - como el altar, el crucero, sus columnas en forma de herradura y sobre todo, su coro que es digno de ver. Algunas de las capillas estaban siendo restauradas y en una de ellas nos llamó la atención un escrito que decía: "Se mudó a esta capilla la pila de bautismo, siendo obispo de Córdoba el ilustrísimo reverendísimo D. Fr. Alonzo de Salizanes. Año 1619". Y aunque es un escrito de lo más normal, nos llamó la atención que Córdoba estaba con "v".



A la salida se hizo un recuento de todos nosotros por si faltaba alguno y nos fuimos hacia los Reales Alcázares, donde hay muchos jardines con plantas y fuentes, muy parecidos a los de la Alhambra de Granada. También había estatuas de reyes y, entre ellas, los Reyes Católicos y Cristóbal Colón. Ya dentro del Alcázar nos llamó la atención un sarcófago romano del siglo III y el Salón de los Mosaicos, donde se estaban celebrando bodas. Una de las parejas de recién casados coincidió luego con nuestro grupo en el jardín y, al grito de "que se besen", los novios accedieron y nos dieron las gracias por haberlos felicitado.

Después de un nuevo recuento, para que nadie se quedara des-
pistado, nos dirigimos al Museo Taurino, donde pudimos ver dis-
tintas salas dedicadas a grandes toreros cordobeses como Macha-
quito, Lagartijo, El Cordobés, ...pero con especial interés y en
una sala preferente, la dedicada a Manolete. Allí pudimos contem-
plar carteles, trajes de toreros, retratos, cabezas de toros y
muchas cosas más, que para los que sean aficionados merece la pe-
na verlas.

Así terminamos la jornada de mañana e hicimos un paréntesis
para comer. Fuimos a un restaurante en la parte antigua de Córdo-
ba, justo al lado de la Mezquita y durante el almuerzo, nos estu-
vieron acompañando con sus canciones un dúo de sudamericanos que
nos cantaron boleros y rancheras. Cuando estábamos más tranqui-
los nos ocurrió una anécdota muy divertida, aunque al principio
nos asustó, pues en una de las mesas empezaron a mojarse porque
salía agua por una de las columnas, así que tuvimos que mudar la
mesa de sitio y en esta circunstancia, una de nuestras compañe-
ras cayó al suelo mojándose el trasero. Al final, este pequeño -
incidente lo tomamos con buen humor ya que no pasó nada.

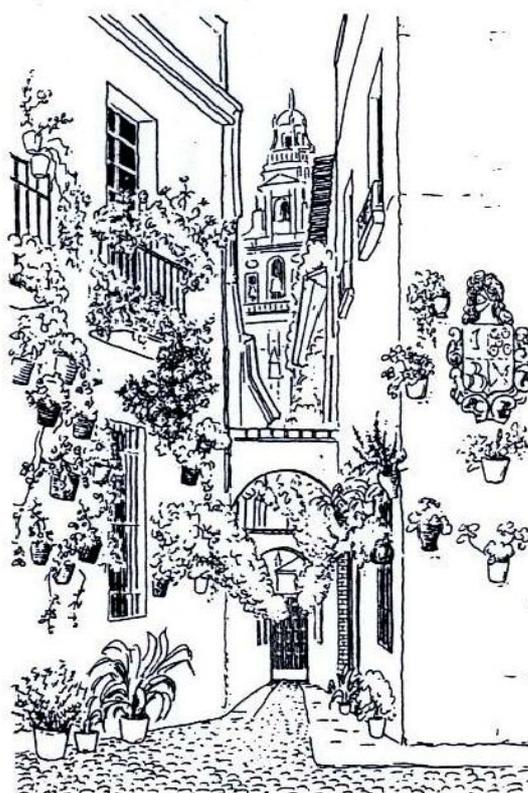
Terminada la comida hubo una hora libre; unos aprovecharon -
para ver la feria y otros optamos por recorrer el centro, donde
fuimos a visitar unos baños árabes del siglo X, habiendo allí -
una temperatura bajísima, ideal para los días de riguroso calor.

Después de un nuevo recuento, volvimos a coger el autobús pa-
ra llevarnos a la cuarta y última visita que fue el Jardín Botá-
nico, donde recorrimos sus jardines, con gran variedad de plantas
y el Museo Etnobotánico. Allí había utensilios antiguos de la-
branza y de actividades agrícolas. A la salida nos regalaron, co-
mo recuerdo, a cada uno un arbolito y un parasol para el coche.

Sobre las siete, nos montamos
en los autobuses, sin apenas notar
el cansancio, pues todavía se si-
guió cantando hasta llegar a Cons-
tantina y hay que felicitar a Mano-
lo, nuestro chófer, pues con su -
simpatía nos hizo reír con algunos
chistes.

Por último, quisiéramos decir
que, siendo este nuestro primer -
año en el Centro y después de nues-
tra experiencia, os animamos a to-
das las personas a que forméis par-
te del Centro de Adultos, pues aquí
siempre hay una puerta abierta a -
la cultura y a la amistad.

María Cantos y Manoli Bolaños.



PAGINA ABIERTA

Aprovecho la ocasión que me brinda la revista "El soberao", para dar a conocer lo que es "Cáritas Parroquial", y la nueva visión que tenemos los componentes del Consejo.

El artículo 45 de los Estatutos define a Cáritas como: "El organismo oficial de la Iglesia para la acción caritativa y social de la Parroquia. Aprobada su constitución por Cáritas Diocesana, promoverá y coordinará las actividades de acción caritativa y social que, en nombre de la Iglesia, se desarrollen en el ámbito de la Parroquia."

El 6 de Marzo del presente año, se constituyó el nuevo Consejo de Cáritas Parroquial, presidido por el Párroco y la Delegada de Zona.

Este nuevo Consejo está formado por un grupo de 13 personas, abierto a todos aquellos que quieran unirse y colaborar con su trabajo y sugerencias, para poder conseguir los fines de Cáritas que son la promoción de la Iglesia, formando las conciencias, coordinando actividades, ayudando a la promoción humana y al desarrollo integral de las personas (Art. 4 Estatutos de Cáritas Parroquial)

El Consejo se reúne periódicamente, levantando Acta en cada sesión, las cuales se encuentran a disposición del Consejo Pastoral Parroquial.

En el tiempo que llevamos funcionando se han realizado actividades de ayuda, especialmente con alimentos, medicina y ropa, a varias familias de nuestra localidad. También se les ha proporcionado hospedaje, comida y viaje a unos transeúntes.

Entre las actividades que tenemos en proyecto podemos destacar una campaña de recogida de libros y medicinas, que serán enviados a los lugares donde son necesarios.

Se va a organizar un ropero en el que se seleccionará la ropa que nos den, para poder atender a las personas que lo necesiten.

Este nuevo Consejo ha mantenido reuniones con otros organismos, como la Cruz Roja y los Servicios Sociales del Ayuntamiento, con el fin de coordinar las ayudas y que éstas sean más efectivas.

Pretendemos crear grupos de trabajo encaminados a visitas y ayuda a domicilio, organizar talleres de cocina, costura u otros, que sirvan de promoción y ayuda a las familias más desfavorecidas.

Para poder desarrollar estas ideas es necesario contar con medios personales y económicos. Los únicos ingresos con que cuenta Cáritas es la colecta que se realiza en las Misas de los primeros Domingos de cada mes, de la cual hay que remitir el 50% a Cáritas Diocesana para "la comunicación cristiana de bienes", que consiste en la ayuda a otros Cáritas Parroquiales, necesitadas en algunos casos concretos, también contamos con los donativos y con las cuotas de los Socios que estamos organizando en estos momentos.

Desde aquí pedimos la colaboración de todas las personas que deseen hacerse socios, así como de las que quieran colaborar con estos proyectos, ya que sin la ayuda de todos será imposible realizar los trabajos que hemos proyectado.

Aunque Cáritas es una organización de la Iglesia, contamos con colaboradores fuera de Ella, que trabajan con la misma ilusión por la justicia social y la igualdad. Creemos que ya es hora de que dejemos de fijarnos en las diferencias que existen entre los creyentes y los no creyentes y ver sólo lo que nos une. Creemos que una buena excusa para ver lo que tenemos en común es el bien que todos deseamos para las personas más necesitadas. Éstas necesidades no son siempre materiales, sino que pueden ser de compañía, de atención, etc.

Nuestra intención es hacer un buen reparto de los medios con que contamos, pero somos conscientes de que siempre habrá quien crea que no se está haciendo bien, desde fuera se puede ver que se ayuda a personas que quizá lo necesiten menos que otras que no se atreven a pedir ayuda. Os rogamos que nos lo digáis, ya que puede que desconozcamos esas necesidades.

Con la crítica por detrás no ayudamos a nadie, queremos que la crítica se nos haga directamente, ya que así podremos sacarle provecho.

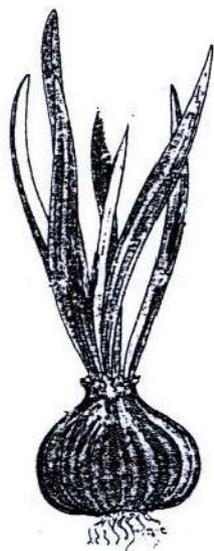
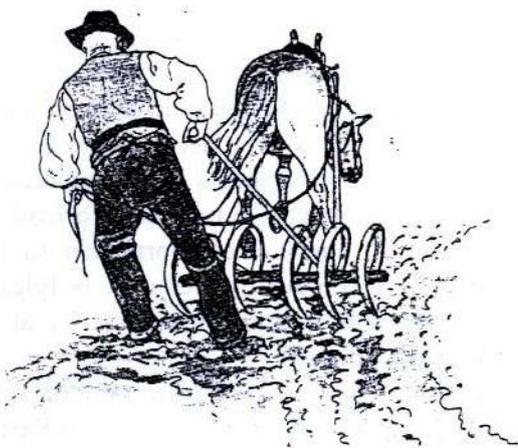


Constantina, 24 de Mayo de 1.997

EL DIRECTOR DE CÁRITAS PARROQUIAL

AZARTAJONES

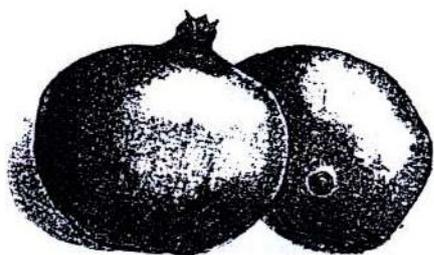
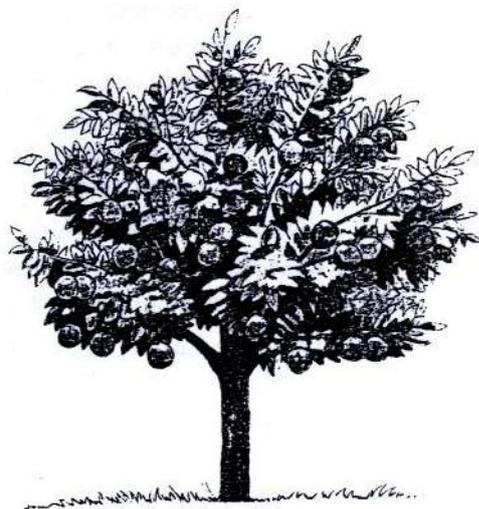
Veinte bestias arando.
Veinte fanegas de trigo:
Cada arno, media fanega;
Cada caballo, tres fanegas;
Cada mulo, dos fanegas.
¿Cuántas bestias hay
de cada clase?
(14, 5 y 1)



En el campo me Guil,
atada con verdes lazos,
Y aquel que llora por mí,
me está partiendo en pedazos.
(La cebolla)

Tronco de bronce,
hojas de esmeralda,
frutos de oro,
flores de plata.

(El naranjo y sus frutos)



Nací como clavellina
me Guil como redoma
de los huesos de mi cuerpo
todo el mundo se enamora
(La graná)

ASI HABLAMOS EN LA SIERRA NORTE

- Aguaera: Angarilla para transportar cántaros de agua en las bestias.
- Albardón: Almohadilla rellena de centeno, con dos costuras laterales de cuero. También llamado Albarda.
- Camalecho: Nombre con el que se llamaba en el campo a la cama.
- Capacha: Cesta de palma que se usa para ir a la compra.
- Culeca: Gallina clueca.
- Chasca: Capa de jara que se ponía encima de la leña para hacer el boliche.
- Escalera: Cama, también llamada camalecho.
- Entremijo: Mesa con rendijas, que se utilizaba para hacer el queso, para que escurriera por ellas el suero.
- Jarria: Fila de burros que llevan alguna carga.
- Jeñir: Darle la forma a la masa del pan.
- Lamparilla: Lumbre que se hace con un trozo de corcho y de cartón, cortados en círculo, y con una mecha en el centro, que flota en aceite sobre agua.
- Machota: Martillo para darle al cincel.
- Mariposa: Lamparilla.
- Ojogallo: Especie de callo que suele salir entre los dedos de los pies.
- Picola: Herramienta de albañilería que se usa normalmente para picar las paredes.
- Plomá: Cuerda con un trozo de plomo en un extremo de ésta, que se usa para buscar el nivel vertical.
- Pilón: Gancho de la romana.
- Rodillo: Base de almohadilla que se ponía en la cabeza para cargar tinajas, cántaros, etc.
- Rosquete: Rodillo.
- Romana: Instrumento metálico de pesaje en una vara, pesas, ganchos y una argolla para colgarla.
- Salamadre: Salamandra. Reptil negro con pintas amarillas.
- Trasquilar: Pelar las ovejas.
- Trocha: Camino, vereda, vaguada.

ACTIVIDADES DEL CENTRO

Prensa: Edición de los números 13, 14, 15 de la Revista Trimestral "El Soberao".

Montaje del Portal de Belén.

Manualidades:

- * Decoración de figuras para el Portal de Belén.
- * Cuadros tridimensionales (2º y 3º trimestre).
- * Esmalte en frío (2º y 3º trimestre).
- * Porcelana rusa (2º y 3º trimestre).
- * Flores de media (2º y 3º trimestre).
- * Decoración de bandejas (2º y 3º trimestre).
- * Decoración de madera (2º trimestre).
- * Técnicas de imitación en escayola (2º y 3º trimestre).

Corte y Confección. (2º trimestre)

Labores: Ganchillo, lana, punto de cruz (1º, 2º y 3º trimestre).

Encaje de Bolillo. (2º y 3º trimestre)

Expresión Artística:

- * Campanilleros (1º trimestre).
- * Sevillanas (3º trimestre).

Charlas-Coloquio:

- * Núcleo Temático Juventud: "Jóvenes y Sida"
- * Núcleo Temático Alimentación: "Prevención de enfermedades del Aparato Digestivo".

Exposiciones:

- * Exposición del Portal de Belén (1º trimestre).
- * Exposición de Manualidades (3º trimestre).

Conmemorativas:

- * Actuación del Coro de Campanilleros.
- * Día de Andalucía: Plantación de árboles en La Alameda.
- * Fiesta de despedida de Curso.

¿Qué le pasa a mi torre
que tan tã-paita está?
La están poniendo bonita,
limpita y "acicalá".
Cuando por las calles paso
y te asomas a los tejados
me emocionas al mirarte
pues me tienes enamorado.
Te quería viejecita,
crecí contigo a mi lado
jugando a la vera tuya
me sentía acompañado.

